



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

**Propuesta del programa Sumak Kawsay para reducir el nivel
de agresividad en adolescentes de una institución educativa
de Ate, 2023**

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE

Licenciado en Psicología

AUTORES:

Curaca Perez, Eduardo Lucas (orcid.org/0000-0002-0669-765X)

Flores Pillar, Dayse Vanesa (orcid.org/0000-0002-8862-8702)

ASESOR:

Dr. Garcia Garcia, Eddy Eugenio (orcid.org/0000-0003-3267-6980)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Violencia

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

Promoción de la Salud, Nutrición y Salud Alimentaria

LIMA – PERÚ

2024

Dedicatoria

A Dios, por brindarnos vida, salud y la oportunidad de poder alcanzar nuestras metas.

Dedicamos la presente tesis de manera especial a nuestros padres, pues son principalmente ellos quienes con su apoyo y motivación nos permiten el cumplimiento de nuestras metas académicas.

Agradecimiento

En primer lugar, agradecemos a nuestra casa de estudios la Universidad César Vallejo por todos los años de enseñanza y formación académica.

A nuestro asesor, el Dr. García García Eddy Eugenio por su excelente labor, enseñanza, paciencia, guía y dedicación para con nosotros.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Resumen	v
Abstract	vi
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	4
III. METODOLOGÍA:	12
3.1. Tipo y Diseño de Investigación:	12
3.2. Operacionalización de las variables:	12
3.3. Población, muestra y muestreo:	12
Unidad de análisis: Adolescentes	13
3.4. Técnicas e Instrumentos de recolección de datos:	13
3.5. Procedimiento:	14
3.6. Métodos de Análisis de Datos:	15
3.7. Aspectos éticos:	15
IV. RESULTADOS	16
V. DISCUSIÓN	21
VI. CONCLUSIONES	23
VII. RECOMENDACIONES	24
REFERENCIAS	25
ANEXOS	30

RESUMEN

La presente investigación tuvo como finalidad diseñar la propuesta de un programa Sumak Kawsay para la reducción de niveles de agresividad en estudiantes del nivel secundaria de la institución educativa de Ate, 2023. La investigación fue de tipo básica, de diseño no experimental y con un método propositivo. Se contó con una muestra de 306 estudiantes adolescentes de la institución educativa de Ate, a los cuales se les aplicó el cuestionario de Díaz y Suaquita validado en el año 2022, el cual mide niveles de agresividad premeditada y proactiva. Se lograron obtener los siguientes resultados: En los primeros grados del nivel secundaria se encontraron niveles altos de agresividad con un 44% en el primer grado, 46% segundo grado y un 32% en tercer grado de secundaria, a su vez se ve una disminución significativa en agresividad en los últimos grados. En conclusión, frente a los niveles altos de agresividad evidenciados se optó por proponer el Programa Sumak Kawsay.

Palabras clave: Agresividad, agresividad reactiva, agresividad proactiva, adolescentes

ABSTRACT

The purpose of the present investigation was to design the proposal of a Sumak Kawsay program for the reduction of levels of aggressiveness in students of the secondary level of the educational institution of Ate, 2023. The investigation was of an applied type, of a non-experimental design and with a method purposeful. There was a sample of 306 adolescent students from the educational institution of Ate, to whom the Díaz and Suaquita questionnaire validated in the year 2022 was applied, which measures levels of premeditated and proactive aggression. The following results were obtained: In the first grades of the secondary level, high levels of aggressiveness were found with 44% in the first grade, 46% in the second grade and 32% in the third grade of secondary school, in turn a decrease is seen. significant in aggressiveness in the later grades. In conclusion, given the high levels of aggressiveness evidenced, it was decided to propose the Sumak Kawsay Program.

Keywords: Aggression, reactive aggression, proactive aggression, adolescents.

I. INTRODUCCIÓN

De acuerdo al informe realizado por la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO, 2019) alrededor de un tercio de los adolescentes ha padecido episodios de acoso y agresión ejecutado por compañeros de su entorno educativo. El comportamiento agresivo en adolescentes en etapa académica es un problema que puede afectar negativamente en su desarrollo social, emocional y académico; este comportamiento se puede manifestar de diversas formas, como la intimidación, el acoso, la violencia física o verbal y puede ser dirigido hacia compañeros, profesores o incluso hacia uno mismo.

En el informe publicado, por el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, 2018), refiere que la mitad de los estudiantes, de entre los 13 y 15 años alrededor del mundo, siendo un aproximado de 150 millones de adolescentes, manifiestan haber vivido violencia por parte de sus compañeros en su centro educativo, asimismo se menciona que 3 de cada 10 adolescentes de 39 países subdesarrollados admiten que ejercen la agresividad como método de intimidación en contra de sus compañeros.

En un informe estadístico del portal Siseve del Ministerio de Educación (MINEDU, 2023) los casos de agresividad y violencia son reportados, nos muestra que entre los años 2013 y 2023, la mayor incidencia de casos reportados las tiene el nivel secundario con un 56% de casos, en comparación a los 36% en el nivel primaria y un 8% en el nivel inicial, asimismo nos muestra que el tipo de agresión que más se reporta es de tipo físico, con un total de 25,359 casos reportados.

Es en relación a ello que el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2020) manifiesta que el 68,9% de los adolescentes sufrieron violencia tanto física como psicológica en el hogar incrementando así en un 66,2% el uso de violencia física y/o psicológica en entornos escolares, asimismo en la población de adolescentes de 12 a 17 años la violencia incrementó en un 68,5% está de forma tanto física como psicológica.

En cuanto al contexto nacional el Instituto Nacional de Salud mental (INSM, 2020), informó en un estudio epidemiológico sobre la salud mental del niño y adolescente, esta investigación se da en el contexto de pandemia, donde se revela que el 29% de los niños de 6 a 11 años, presenta conductas irritables y agresivas, que repercuten en su desempeño escolar, social y familiar.

A nivel local a través del portal Siseve del Ministerio de Educación (MINEDU, 2022), se reportó que el distrito de Ate es el tercer distrito con mayor índice de violencia escolar, después de San Juan de Lurigancho y San Martín de Porres, asimismo la agresión física es el tipo de agresividad con mayor incidencia. Por todo lo mencionado anteriormente surge la necesidad de plantear una alternativa de solución.

En base a la problemática expuesta se sugiere el siguiente planteamiento del problema: ¿Es necesario un programa que busca la reducción de agresividad en adolescentes de una institución educativa de Ate, 2023?

La presente investigación se justifica de manera teórica, puesto que es el compendio de la información disponible acerca de la variable convirtiéndose en una fuente de consulta. De manera práctica, aportó un programa que permitió disminuir los niveles de agresividad, asimismo se realizó porque existe la necesidad de reducir los niveles altos de agresividad de una institución, en adolescentes. De manera social, ya que propone una solución que contribuye a disminuir los efectos de dicha problemática, esta investigación brinda herramientas para contrarrestar los efectos de la agresividad. Por último, metodológicamente esta investigación siguió un proceso riguroso respetando el método científico lo cual garantiza un programa adecuado con resultados aprobados.

Sobre la base de lo manifestado se estableció como objetivo general: Diseñar un programa Sumak Kawsay para reducir el nivel de agresividad en adolescentes de una institución educativa de Ate, 2023. En tanto, como objetivos específicos: a) Establecer el diagnóstico de violencia en los estudiantes de la institución educativa, Ate b) Describir el marco teórico de la propuesta del

programa Sumak Kawsay c) Diseñar la estructura del programa Sumak Kawsay y d) Validar a través de criterio de jueces el programa Sumak Kawsay.

II. MARCO TEÓRICO

Arroyo (2020) desarrolló un programa de habilidades sociales cuyo objetivo principal fue el reducir los niveles de con un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental, utilizaron la metodología de tipo propositiva, con una población de 300 estudiantes utilizando el pretest del cuestionario de Buss y Perry, en los resultados se obtuvo que el 39% de adolescentes presenta un índice alto de agresividad asimismo en su dimensión ira 66% nivel bajo y 58% mostró en la dimensión hostilidad en nivel alto, por lo que se concluye que en vista de los niveles de agresividad justifican la creación del programa en mención.

Pinazo et al. (2020) el objetivo del siguiente trabajo fue la mejorar la dinámica social en el aula a través de una intervención basada en mindfulness, el diseño utilizado fue de tipo experimental, la muestra estuvo formada por 83 alumnos, el cuestionario fue adaptado del test Bull-S forma A, instrumento que evalúa la dinámica de Bullying entre estudiantes. Los resultados muestran que el efecto del programa basado en mindfulness es significativo ($F = 3,68$, $df = 12$; $p < 0,000$; $\eta^2 = .233$). El efecto del tamaño, aunque pequeño, es suficiente para considerar los resultados relevantes. En conclusión, se puede verificar la eficacia de mindfulness en adolescentes ya que mejora el ambiente social del aula reduciendo la violencia escolar.

Munévar et al. (2019) plantearon un programa en juegos cooperativos con el objetivo de crear una alternativa para menguar la agresividad, la metodología empleada para este estudio fue desde el diseño cuasiexperimental, con el enfoque empírico analítico, la muestra estuvo hecha por 428 estudiantes de la Institución educativa Custodio García Rovira, el instrumento que se Buss y Perry. Los resultados mostraron en el posttest del grupo experimental, las diferencias resultan no significativas por edad, ya que el P-valor de 0.08, 0.549, 0.410 y 0.330 para la agresividad física, verbal, ira y hostilidad, respectivamente. Se concluye que la actividad física, el apoyo familiar y el entorno social son fundamentales en la reducción de la agresividad evidencian un efecto positivo sobre los individuos del grupo experimental, quienes se muestran menos

impulsivos, más receptivos y poco conflictivos, incluso ya no se golpean ni empujan en las clases.

Sidera et al. (2019) propusieron una intervención donde el objetivo era lograr una mejor convivencia y la reducción de la agresividad, se utilizó una población de 64 participantes divididos en dos grupos de intervención y de control, se utilizó como instrumento el cuestionario de agresividad premeditada e impulsiva que consta de 24 ítems y el interpersonal Reactivity index el cual mide la empatía. Los resultados obtenidos muestran que solo existe una correlación (negativa) estadísticamente significativa entre el cambio en la agresividad impulsiva y el cambio en la subescala de fantasía de la empatía ($r = -0.326$; $p < 0.001$; $N = 61$). En conclusión, el programa no logró cumplir su objetivo de reducir la agresividad en adolescentes.

Ruales (2018) realizó una investigación con el objetivo de medir los niveles de agresividad de los alumnos del conservatorio de Quito, usando una metodología descriptiva de tipo cuantitativo, el diseño empleado fue no experimental transversal, se trabajó con una muestra de 160 estudiantes de 18 a 25 años y para el pre test se utilizó el cuestionario de agresividad de Buss y Perry, donde se obtuvo que el 64% de los estudiantes que se mantiene estudiando música después de los tres años presentan niveles de agresividad de entre medio- bajo con un 36%. Se concluye que el factor música es influyente para niveles bajos de agresividad.

Gonzales (2022) Planteó una propuesta de programa de afrontamiento de la agresividad en adolescentes de tercer año de secundaria de una institución educativa pública de Trujillo 2022, la metodología utilizada es de tipo descriptiva y propositiva, con un diseño no experimental, la población empleada por 122 adolescentes de ambos sexos que cursan el tercer grado de secundaria, el pretest utilizado como instrumento fue el cuestionario de agresividad (AQ). Los resultados evidenciaron una agresividad general un nivel medio con un porcentaje de 48.78%; en agresión física un nivel bajo con un 38.78%; en agresión verbal un nivel medio con un porcentaje de 49.94%; en ira un nivel medio, con un porcentaje 30.31% y en hostilidad un nivel medio con un

porcentaje 32.65%. Ante los resultados, se consideró diseñar un programa con estrategias de afrontamiento, para que los adolescentes tengan recursos y puedan hacerle frente a la agresividad.

Corrales (2022) realizó una investigación con el objetivo de validar un plan de intervención para disminuir la agresividad en las unidades educativa, la metodología empleada es de tipo cuantitativo, descriptivo de tipo no experimental, la población fue de 216 estudiantes de 15 años distribuidos en ambos sexos, los instrumentos utilizados fueron, el cuestionario de agresividad (AQ) y el cuestionario de personalidad de cinco factores para niños y adolescentes (FBQ). Los resultados obtenidos, nos muestra que la agresividad más predominantemente es la agresividad física, verbal e irá, asimismo nos muestra una relación entre la inestabilidad emocional y la agresividad. Es por ello que, al obtener estos resultados, se elabora una propuesta de intervención con 10 sesiones.

Cassana y Morante (2022) Plantearon una propuesta basada en mindfulness con el objetivo de disminuir la conducta agresiva en estudiantes de Chiclayo, la metodología empleada de tipo descriptiva- propositiva con un diseño no experimental, la población empleada fue de 183 estudiantes, el instrumento que se utilizó fue el cuestionario AQ. Los resultados mostraron que la dimensión más destacada es de un 48.60% en un nivel medio, 33.30% con un nivel medio en agresión verbal, un 39.30% con un nivel bajo en ira y el 31.10% de nivel bajo en hostilidad, ante el presente resultado se concluye en proponer un programa basado en mindfulness.

García (2020) implementó un programa denominado Fortaleciéndome, en el cual la finalidad era la reducción del nivel de agresividad, la población fue el quinto de primaria de la Institución Educativa Nuestra Señora de Fátima, ubicada en Comas. La investigación fue realizada desde el enfoque cuantitativo, de corte longitudinal y de tipo aplicada. Los resultados obtenidos ($Z=5,957 > 1,6706$ y el $p < 0,05$), es posible afirmar que “Fortaleciéndome” alcanzó el objetivo propuesto y redujo la agresividad física, verbal, como también la ira y la hostilidad. En

conclusión, se demostró la eficacia del programa Fortaleciéndome para la reducción de la agresividad.

Mego (2019) Planteó una propuesta de programa cognitivo conductual para disminuir la agresividad, la presente investigación es de tipo cuantitativa, descriptiva – propositiva, con un diseño no experimental, la población empleada fue de 272, de tercer grado de secundaria de ambos sexos entre las edades de 14 a 16 años, el instrumento utilizado fue el cuestionario de agresividad (AQ). Los resultados evidenciaron niveles altos de agresividad obteniendo un 67% de la muestra, siendo la agresividad física y verbal con un 58% y 80%. En vista de los resultados obtenidos se propuso un programa cognitivo conductual.

Por consiguiente, es importante mencionar el fundamento teórico de las variables de estudio.

En relación a la variable dependiente, la agresividad es descrita por Buss (1961) donde menciona que la agresividad se define como “Una respuesta inmediata, que su objetivo mayor es buscar algún tipo de daño a otro organismo. Bandura (1982) define la agresividad como un comportamiento aprendido desde la observación menciona que es “una conducta perjudicial y destructiva que socialmente es inaceptable”. Myers (2004) determina que la palabra agresión es una conducta física o verbal, que tiene el propósito de lastimar a alguien, esta definición incluye dos tipos de agresión: hostil y la instrumental, siendo la primera impulsada por la ira y realizada como un fin en sí misma, y la instrumental entendida como medio para alcanzar otro fin. Del mismo modo, según Papalia (2009) define a la agresividad donde prima la intencionalidad del agresor sobre la víctima.

La investigación tuvo el respaldo de la teoría biológica se sustentó las causas de las respuestas agresivas, se sustentaron en un inicio por el psicoanálisis de Sigmund Freud y por Konrad Lorenz desde el enfoque etiológico. Freud a través de este enfoque postuló la teoría del doble instinto, donde concibe la idea de que el ser humano se caracteriza por ser una fuente de energía que está dirigida a la destructividad y que siempre se va a expresar de una forma u otra, y limitar ello, implica a la destrucción del propio individuo. A

través del enfoque etiológico su autor más sobresaliente es Konrad Lorenz, que la agresión animal es un instinto primario y su objetivo es la conservación de la especie humana (Ardouin et al., 2006). Del mismo modo en la teoría social, donde refiere que la conducta agresiva además de estar sustentada en los instintos innatos, los impulsos y los factores emocionales propios e internos, también estarían generadas por factores externos, ya sea a través del contexto o la sociedad que pueden ejercer o no una fuerte influencia en la conducta. Es por ello que Bandura (1986) refirió que el contexto en el cual un niño se relaciona con su medio, le da información necesaria y útil para que aprenda a conducirse, ya que, a través de la observación de otros, en su forma de interactuar, genera normas y patrones conductuales que le pueden o no favorecer en su comportamiento.

Según Bandura (1986) afirma que las conductas agresivas son el fruto de aprendizajes previos y la observación de estas vistas anteriormente, asimismo, mediante el entorno es donde se adquiere habilidades cognoscitivas y maneras de conducirse. En relación a esto es importante resaltar que la agresividad es parte de las características individuales y familiares tanto de los agredidos como de los agresores pues se observa que cuando el menor agredido desempeña el papel de víctima no se corrobora la razón, sin embargo, con el agresor se considera que es por una situación de violencia anterior (Fernández et al., 2004). Por otro lado, la agresividad es una respuesta emocional donde está presente el odio y la sensación de lastimar, es probable que el niño haya aprendido a generalizar esta conducta en diferentes situaciones, las familias reprimen la agresividad a través del castigo físico, es probable que las tasas de respuestas sean mayores (Griego, 2007).

La investigación tuvo como base la teoría de Crick y Dodge (1996) quienes plantean la teoría de agresión reactiva y proactiva, refieren que la agresividad reactiva se describe a la reacción del individuo a cierta provocación percibida real o imaginaria, es una actitud hostil impulsivo o reactivo, cuyo objetivo principal es lastimar al individuo asociado básicamente a la falta de control interno está a su vez asociados a reacciones tales como: miedo, irritabilidad, hostilidad y provocación. Asimismo, menciona que la agresividad

proactiva o también llamada instrumental es fría, premeditada usualmente tiene un objetivo que es utilizada para conseguir algún beneficio o recompensa por el agresor, lo cual es una distinción con la agresividad de tipo reactiva ya que no es una conducta con emociones primarias.

Según Andreu (2009) la agresividad se divide en dos: La agresividad impulsiva: Se refiere a una respuesta no planificada, que es originada por la ira y fundada con predisposición de dañar; En esta conducta impulsiva la activación se da en un sentido emocional y se exterioriza de forma desagradable, asimismo se le llama una reacción emocional, reactiva u hostil, este tipo de agresión causa actitudes emocionales a corto plazo con un gran sentimiento causar daño. La agresividad premeditada: Se basa principalmente en la intención de perjudicar al individuo agredido, esta forma de agresión es planificada y se identifica por no ser provocada lo que quiere decir que no hay necesidad de estar enojado. La reacción tiende a tener una fuerte influencia del aprendizaje social y es reforzado, este tipo de agresividad también es llamado proactivo o depredador (Barratt & Felthus, 2003).

En las dimensiones de la variable de la agresividad se consideró la agresividad reactiva y proactiva. La agresividad reactiva es un comportamiento que se da después de una reacción que es percibida como amenaza, y que está relacionada con una intensa activación emocional, impulsividad, hostilidad y dificultades en el manejo de la información (Raine, 2006); la principal motivación es solo dañar al individuo sin ningún otro interés posterior, es la respuesta de una amenaza o provocación del exterior que viene acompañado de emociones como la cólera o ira, esta amenaza puede ser real como también percibida. (López–Romero et al., 2011); asimismo, se describe como sangre caliente, ya que es una agresividad que se activa en el momento, y que presenta en ella sentimientos elevados de ira que se expresan en sus gestos y el lenguaje corporal (Hubbard et al., 2004).

La agresividad proactiva se fundamenta bajo el modelo de Bandura (1973) quien propone el aprendizaje social ya que este tipo de agresividad busca algún fin o beneficio y es usada como una estrategia con la que el individuo actúa

(Raine et al., 2006); asimismo no presenta emociones intensas, tiene carácter premeditado y se dirige a obtener o lograr una meta o recompensa. (López–Romero et al., 2011); este tipo de agresividad es percibida como sangre fría, ya

que no se relaciona con la activación emocional ni detona en sentimientos de ira (Hubbard et al., 2004); existe una correlación entre la agresividad proactiva y jóvenes con conductas antisociales que presentan ciertas características tales como: carente empatía, utilización a los demás para beneficio propio, pobreza emocional (Frick y Dickens, 2006); estos adolescentes presentan dificultad en la activación emocional impidiendo que muestren emociones prosociales, como la empatía o sentimiento de culpa, resultando en que expresen dureza e insensibilidad o pobreza en habilidades socio afectivas (Kruh, Frick y Clements, 2005)

Como segunda variable se toma en consideración la teoría cognitivo conductual como enfoque para el programa propuesto debido a que presenta un buen sustento teórico y consideramos que es la más acertada.

Alarcón (2009) define un programa como una secuencia de estrategias y técnicas relacionados entre sí donde se usa los datos obtenidos para brindar una solución a una problemática, logrando así cumplir los objetivos establecidos logrando mejorar el bienestar del individuo, asimismo, Veláz (2016) plantea que un programa es una serie de pasos con una secuencia determinada que busca abordar el problema identificado.

Golden y Bettino (2021) refieren que el enfoque cognitivo conductual prioriza las variables cognitivas ya que estas se desencadenan en conducta a su vez se caracteriza por intervenir en aspectos cognitivos como conductuales. Ellis, Caballo y Lega (1999) refieren que el modelo cognitivo conductual estudia las creencias, los pensamientos y procesos cognitivos, utilizando diversas técnicas se requiere que el individuo sea quien proponga las soluciones a sus disyuntivas es por ello que se utiliza el modelo deductivo, ya que el individuo recibe un estímulo del exterior, interioriza la información, analiza y genera un juicio, esto permite al individuo a generar nuevos esquemas mentales ya que desarrolla también el pensamiento socrático donde el individuo logre situarse en

el aquí y el ahora para que pueda ser consciente de las habilidades y capacidades que posee y que posiblemente no conoce. El enfoque cognitivo conductual nos permite intervenir los pensamientos, sentimientos, creencias y deseos de los adolescentes que posteriormente se convierten en conductas, se ha podido observar en la justificación de la presente investigación, que los adolescentes expresan conductas violentas es por ello que bajo el programa Sumak Kawsay buscamos intervenir en la conducta agresiva a través del enfoque y sus diversas técnicas.

III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo y Diseño de Investigación

La investigación se desarrolló de tipo básica, también conocida como investigación fundamental, exacta o investigación pura, que se ocupa del objeto de estudio sin considerar una aplicación inmediata, pero teniendo en cuenta que, a partir de sus resultados y descubrimientos, pueden surgir nuevos productos y avances científicos (Hernandez-Sampieri y Mendoza, 2018)

3.2. Operacionalización de las variables

Variable 1: Agresividad

Definición Conceptual

La agresividad se muestra conductualmente con una función adaptativa, que se expresa ante una situación que la persona considera amenazante, aunque, no obstante, si la respuesta no se justifica y no obedece a una razón, sería tomada como una función desadaptativa, el autor considera dos dimensiones, que sustentan las motivaciones personales e individuales de la conducta agresiva: la agresividad reactiva y la agresividad proactiva (Crick & Dodge, 1996)

Definición Operacional

Crick & Dodge (1996) sostiene que la agresividad se descompone en dos dimensiones: La agresividad reactiva y la agresividad proactiva.

Indicadores: Impulsividad, irritabilidad, hostilidad, instrumentalización y planificación

Escala de Medición: Es ordinal

3.3. Población, muestra y muestreo

Población: La presente investigación está conformada por 326 estudiantes de primero a quinto de secundaria de una institución educativa de Ate. Según

Hernández-Sampieri y Mendoza (2018) la población es representada como conjunto de individuos que conforman un entorno específico que se clasifica de acuerdo a diferentes cualidades. Para esta investigación se tomó a toda la población.

Criterios de Inclusión: Estudiantes matriculados en el nivel secundaria de la institución educativa entre 12 a 19 años de edad pertenecientes al distrito de Ate.

Criterios de Exclusión: Se excluyó a los adolescentes cuyos padres de familia no autorizaron la participación de los menores, asimismo aquellos adolescentes quienes no desearon participar en la investigación y no lograron completar de manera adecuada el instrumento.

Unidad de análisis: Adolescentes

La adolescencia es un periodo de adaptación a cambios fisiológicos, anatómicos, psicológicos y sociales, esta etapa está presente dentro de los 10 a 19 años se divide en adolescencia temprana, que está dentro de las edades de 12 a 14 y adolescencia tardía, que se presenta dentro de los 15 a 19 años (OMS).

3.4. Técnicas e Instrumentos de recolección de datos

Técnica: Se emplea la técnica de la entrevista con la finalidad de recopilar características particulares de la población de estudio (Lopez, 2014).

Instrumento:

Cuestionario de Agresión reactiva- proactiva (RPQ)

Para la recolección de datos se usará el cuestionario de Díaz y Suaquita (2022) quienes realizaron la adaptación en adolescentes de Lima Metropolitana, está a su vez es una adaptación de la versión española realizada por Andreu et al., (2009) sus resultados indicaron datos suficientes para afirmar que el cuestionario presenta validez y confiabilidad, en la muestra utilizada con adolescentes.

El instrumento original fue desarrollado por Raine et al. (2006), su procedencia es de Estados Unidos. Los resultados confirman ampliando los correlatos diferenciales de la agresión proactiva-reactiva, demuestran la confiabilidad y validez del instrumento para usarse en niños y adolescentes.

En relación al análisis de las propiedades psicométricas de este instrumento, Chavez y Suaquita (2022), presentó validez y confiabilidad, se aplicó a una muestra de la población de adolescentes de 11 años en adelante. Se utilizó el método V de Aiken, donde se evidenció valores de validez al recoger los datos de cinco jueces expertos, en cuanto al coeficiente V de Aiken obtuvo un valor de uno el cual muestra un acuerdo del 100% entre los jueces, afirmando así la pertinencia y claridad de los 23 reactivos, asimismo en cuanto a confiabilidad de consistencia interna obtuvo una puntuación Alfa de 0.83 y 0.84 en la dimensión de agresividad reactiva y un 0.93 en la dimensión proactiva.

En relación a las propiedades psicométricas en el estudio de Andreu et al., (2009) sus resultados indicaron datos suficientes para afirmar que el cuestionario presenta validez y confiabilidad, en la muestra utilizada con adolescentes, ya que la confiabilidad un alfa total de .91, mientras en la dimensión reactiva obtuvo un alfa a .84 en la dimensión proactiva un alfa igual al .87. Calificación e interpretación: En la calificación se tuvo en cuenta los puntajes obtenidos en cada una de las dimensiones mencionadas. En la dimensión de agresividad reactiva se puntúa de 0 a 22 puntos y en la dimensión proactiva se puntúa de 0 a 24 puntos. En la interpretación quien tenga mayor puntaje, determina la agresividad predominante.

3.5. Procedimiento

La presente investigación, tuvo la autorización de la directora de la Institución educativa, para la aplicación del cuestionario a los alumnos del nivel secundario, después de la aplicación del instrumento se procedió a bajar los datos a una sábana de datos en excel después de esto se procedió a hacer el análisis en SPSS donde se pudo obtener los datos para el diagnóstico situacional. En vista de los niveles altos encontrados en la institución educativa se procedió a elaborar la propuesta de programa Sumak Kawsay para la

reducción de niveles de agresividad en adolescentes, fueron catorce sesiones planteadas de aproximadamente 45 a 50 minutos cada una. Posteriormente se envió el programa a cinco jueces expertos en el tema que validaron el programa, dando como resultado la validez del programa. Los resultados obtenidos fueron presentados en tablas y figuras para su análisis e interpretación.

3.6. Métodos de análisis de datos

Se administró en una sábana de datos de Excel para después analizar en el programa SPSS 26, que ayudó a obtener los resultados del nivel de agresividad en adolescentes según grados. Los resultados obtenidos fueron presentados en tablas y figuras para su análisis e interpretación.

3.7. Aspectos éticos

La presente investigación está sujeta al principio de beneficencia; ya que la propuesta de programa permite que las personas que conforman la población seleccionada, cuenten con un programa que tiene el objetivo de reducir los niveles de agresividad del grupo seleccionado; el principio de autonomía donde los participantes decidieron libremente su participación y retirarse en el momento en el que ellos lo deseen; el principio de justicia, el cual aseguró el trato respetuoso y justo a todos aquellos que participaron; el principio de no maleficencia, pues los datos que se obtuvieron no fueron divulgados bajo ningún contexto o circunstancia, solo fueron utilizados para la presente investigación

IV. RESULTADOS

Se logró estructurar el programa que tuvo como objetivo general Reducir los niveles de agresividad en adolescentes de una institución educativa de Ate, 2023 a través de un programa de intervención psicológica basada en el enfoque cognitivo conductual, el cual cuenta con 14 sesiones de aproximadamente 45 a 50 minutos cada uno. La administración del programa de forma grupal, es dinámica y es una alternativa de solución frente a la problemática planteada.

Tabla 1:

Diagnostico de violencia según grados en la institución educativa

NIVELES DE VIOLENCIA					
DIMENSIÓN	1 ° grado	2 ° grado	3 ° grado	4 ° grado	5 ° grado
Reactiva	Moderado	Alto	Alto	Bajo	Bajo
Proactiva	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto

En la tabla 1 se puede evidenciar un predominio en niveles moderados y altos de agresividad en los adolescentes del nivel secundario, estando presente en sus dos dimensiones tanto reactiva como proactiva, asimismo se ve que, en los últimos grados del centro educativo, tanto en cuarto como en quinto grado hay una disminución de la agresividad reactiva.

El programa Sumak Kawsay se fundamenta en la base teórica cognitiva conductual. Ellis, Caballo y Lega (1999) refieren que el modelo cognitivo conductual estudia las creencias, los pensamientos y procesos cognitivos, utilizando diversas técnicas se requiere que el individuo sea quien proponga las soluciones a sus disyuntivas es por ello que se utiliza el modelo deductivo, ya que el individuo recibe un estímulo del exterior, interioriza la información, analiza y genera un juicio, esto permite al individuo a generar nuevos esquemas mentales ya que desarrolla también el pensamiento socrático donde el individuo logre situarse en el aquí y el ahora para que pueda ser consciente de las habilidades y capacidades que posee y que posiblemente no conoce. El enfoque cognitivo conductual nos permite intervenir los pensamientos, sentimientos, creencias y deseos de los adolescentes que posteriormente se convierten en conductas, se ha podido observar en la justificación de la presente investigación, que los adolescentes expresan conductas violentas es por ello que bajo el programa Sumak Kawsay buscamos intervenir en la conducta agresiva a través del enfoque y sus diversas técnicas.

Tabla 2:*Estructura del programa Sumak Kasway*

Objetivo General	Reducir los niveles de agresividad en adolescentes de una institución educativa de Ate, 2023 a través de un programa de intervención psicológica basada en el enfoque cognitivo conductual.
DIMENSIÓN REACTIVA	
Sesión 1	Identificar las problemáticas interpersonales más comunes dentro del colegio
Sesión 2	Identificar las señales de alerta en el cuerpo y sesgos cognitivos que pueden indicar una respuesta agresiva.
Sesión 3	Desarrollo de habilidades cognitivas para identificar pensamientos que generan emociones displacenteras en situaciones cotidianas
Sesión 4	Desarrollo de habilidades cognitivas para el manejo de la ira y la frustración, como la introspección, y el contar hasta diez.
Sesión 5	Desarrollo de habilidades cognitivas para el manejo de la ira y la frustración, como la respiración profunda o alejarse temporalmente de la situación.
Sesión 6	Fomentar la comprensión de las consecuencias de la agresión y cómo puede afectar a los demás y a uno mismo.
Sesión 7	Desarrollar la capacidad de reparación y responsabilidad ante un daño causado a los demás después de una respuesta agresiva.
Sesión 8	Fomentar la capacidad para pedir ayuda a un adulto capaz cuando se sientan abrumados o incapaces de manejar una situación difícil.
DIMENSIÓN PROACTIVA	
Sesión 9	Desarrollar habilidades de comunicación efectiva, incluyendo la escucha activa y uso de un lenguaje no violento para la expresión de necesidades.
Sesión 10	Identificar y mejorar los niveles de empatía entre los adolescentes.
Sesión 11	Fortalecer el autoconcepto y autoconfianza en los estudiantes en torno a su capacidad para la solución de problemas.
Sesión 12	Identificación y desarrollo de estrategias efectivas como la comunicación efectiva y el compromiso para la resolución de conflictos interpersonales dentro y fuera del colegio.
Sesión 13	Identificación y desarrollo de estrategias efectivas como la cooperación, la negociación y el pensamiento crítico para la resolución de conflictos interpersonales dentro y fuera del colegio.
Sesión 14	Mejorar la toma de decisiones basada en el respeto propio y el cuidado mutuo.

En la tabla 2, se puede observar las sesiones, objetivos específicos y dimensiones de cada sesión. La creación del programa Sumak Kawsay dio como resultado 14 sesiones enfocadas en dos dimensiones: Agresividad Reactiva y Agresividad Proactiva, las sesiones tienen una duración de cuarenta cinco a cincuenta minutos y su objetivo es la disminución de niveles de agresividad en estudiantes adolescentes.

Tabla 3:

Validación de la propuesta Programa Sumak Kawsay por los jueces de expertos

Juez	Especialidad	Grado académico	Veredicto del juez experto.
José Francisco Vía y Rada Vites	Psicología Clínica	Magíster en Psicología	Aplicable
Angel Digno Trujillo Pardave	Psicología Clínica	Magíster en Psicología	Aplicable
Claudia Raquel Rodríguez Paiva Meza	Psicología Clínica	Magíster en Psicología	Aplicable
Martin Vargas Estrada	psicología Clínica	Magíster en psicología	Aplicable
Luis Alberto Pérez Oré	psicología clínica	Magíster en Psicología	Aplicable

En la tabla 3 se muestra los datos de los jueces expertos en el área, los mismos que validaron de manera unánime el programa Sumak Kawsay para reducir el nivel de agresividad en adolescentes, habiendo calificado la relevancia, pertinencia y claridad de la misma, donde se determinó el programa en condición de aplicación.

V. DISCUSIÓN

La presente investigación tuvo como objetivo general diseñar un programa para reducir el nivel de agresividad en adolescentes de una institución educativa de Ate, 2023, el programa se elaboró enfocado a la reducción de la problemática agresividad, la presente investigación se asemeja al estudio de Arroyo (2020) quien frente a la problemática encontrada en la Institución Educativa plantearon un programa de habilidades sociales para disminuir la conducta agresiva. Morales, et al (2018), La conducta agresiva está relacionada al contexto y las condiciones sociales en la que el ser humano interactúa, el cual le da información necesaria y útil para que una persona aprenda a conducirse, ya que, a través de la observación de otros, en su forma de interactuar, genera normas y patrones conductuales que le pueden o no favorecer en su comportamiento frente a otros. Por lo tanto, es importante puntualizar que los contextos sociales son relevantes para el desarrollo de la agresividad.

Por otro lado, el primer objetivo específico tuvo como finalidad establecer el diagnóstico de violencia en los estudiantes de la institución educativa de ate, en los resultados se identificó niveles predominantemente moderados y altos de agresividad por lo que justifica la propuesta del programa Sumak Kawsay como alternativa de solución frente al problema, tal como lo planteó Mego (2019) ya que se pudo determinar que el 66.9% de su población de adolescentes evaluados reflejaron un nivel de agresividad predominantemente alto. El autor Bandura et al. (1975) menciona que la agresividad es un comportamiento básico para la supervivencia de los seres vivos. Por lo tanto, se refleja que la agresividad está presente en toda la población, con la diferencia que existen niveles regulados por la personalidad, el contexto social y cultural de las personas; siendo en este caso el ámbito educativo donde se refleja niveles más altos de agresividad.

Como segundo objetivo específico tenemos describir el marco teórico de la propuesta del programa Sumak Kawsay, el cual se estructuró desde el enfoque cognitivo conductual, este enfoque también fue utilizado por Mego (2019) quien frente a los niveles altos de agresividad diseñó una propuesta de

programa cognitivo conductual. Según Golden y Bettino (2021) refieren que el enfoque cognitivo conductual prioriza las variables cognitivas ya que estas se desencadenan en conducta a su vez se caracteriza por intervenir en aspectos cognitivos como conductuales. El enfoque cognitivo conductual trabaja en un primer momento con los esquemas mentales y las interpretaciones de las experiencias, que a su vez se reflejan en las conductas, es por ello que consideramos que es la más acertada para intervenir en nuestra problemática.

El tercer objetivo específico planteado es diseñar la estructura del programa Sumak Kawsay, en el cual se pudo estructurar con dos dimensiones, tanto agresividad proactiva como reactiva, esto se asemeja a la investigación de Gonzales (2022) quien se planteó diseñar la propuesta del programa de afrontamiento y fundamentar teóricamente la propuesta de afrontamiento Velázquez (2016) plantea la importancia de la estructuración de un programa ya que es una serie de pasos con una secuencia determinada que busca abordar el problema identificado.

Asimismo, es importante puntualizar que todo instrumento psicológico debe estar validado, para que garantice su efectividad, es por ello que el cuarto objetivo busca validar el programa Sumak Kawsay con jueces expertos en el campo, dicho programa obtuvo la validación de cinco jueces expertos donde se obtuvo una adecuada validez; asimismo la investigación de Arroyo (2020) pudo ser validado por tres jueces expertos en la materia. Urrieta et al. (2013) menciona que la validez es un criterio fundamental para respaldar que el instrumento cumpla el objetivo por el cual fue construido. Por lo cual se resalta que mientras mayor cantidad de expertos validan un instrumento este tendrá mayor impacto frente a la problemática por la cual fue creada.

VI. CONCLUSIONES

- Primera: Se concluyó la presente investigación logrando construir el programa Sumak Kawsay el cual busca reducir niveles altos de agresividad, la cual está constituida por 14 sesiones grupales de 45 a 50 minutos cada sesión.
- Segunda: Se lograron medir los niveles de agresividad en adolescentes del nivel secundario de una institución de Ate, encontrando un predominio en niveles moderados y altos de agresividad, lo que da como resultado que los adolescentes son altamente agresivos, y sus conductas son vistas como un problema que deben tratarse, pues actualmente son problemas psicosociales que alteran la salud mental en el individuo y la sociedad.
- Tercera: Se pudo conocer que existe un 43% de los adolescentes que presentan un nivel alto de agresividad reactiva, que se refleja con conductas impulsivas con alto contenido emocional, que busca dañar a las personas de forma no planificada, esta conducta se observa en la hostilidad de la persona sobre los demás, afectado la psique y su apertura social.
- Cuarta: De igual manera se pudo conocer que el 62% de adolescentes presenta niveles altos de agresividad proactiva, reflejándose en el uso de esta agresividad para conseguir algún beneficio o recompensa, este tipo de agresividad ha sido el más prevalente en adolescentes de la institución educativa, lo que conlleva en una preocupación, puesto que esta agresividad se relaciona con indicadores que pudieran ocasionar alteraciones mentales y de la personalidad, ya que esta agresividad causa un daño significativo en la víctima.
- Quinta: Se concluye que el programa Sumak Kawsay fue revisado y aprobado a través de cinco jueces los cuales son psicólogos clínicos expertos con amplia experiencia en el campo

VII. RECOMENDACIONES

- Primera: Se recomienda a la institución educativa aplicar la propuesta del programa Sumak Kawsay para reducir los niveles de agresividad en adolescentes, el programa es de fácil aplicación cuenta con catorce sesiones, su enfoque es psicoeducativo, participativo, dinámico y su objetivo es intervenir en la problemática planteada.
- Segunda: Se recomienda que se lleven a cabo talleres o se realicen campañas para concientizar a los estudiantes sobre la repercusión de la agresividad en la vida del ser humano, asimismo realizar campañas del buen trato, el asertividad y el respeto mutuo, dado el alto índice de agresividad presentada en la presente investigación.
- Tercera: Se recomienda estudiar más la variable agresividad reactiva y relacionarla con la personalidad o la crianza a fin que se explique, la causa y efecto de la misma, y poder intervenir de forma oportuna. Asimismo, es importante que se fomente investigaciones de tipo experimental a fin de que busque intervenir no solo en adolescentes, sino también en diferentes poblaciones que comparten indicadores que sugieran estar propensos a desarrollar estas conductas disruptivas.
- Cuarta: Se recomienda desarrollar investigaciones de tipo experimental sobre agresividad proactiva a fin de cambiar los contextos donde se desarrolla y aprende esta forma de relacionarse. Asimismo, se recomienda la aplicación de talleres vivenciales ya que la agresividad proactiva es un aprendizaje social y aprendido es por ello que se busca involucrar a los adolescentes en diferentes talleres que busquen mejorar esta problemática.

REFERENCIAS

- Alarcón, R. (2009). *Psicología de la felicidad: Introducción a la Psicología positiva*. Lima, Perú: Universidad Ricardo Palma, Editorial Universitaria.
<https://www.redalyc.org/pdf/3378/337829515008.pdf>
- Andreu, J. (2009). Propuesta de un modelo integrador de la agresividad impulsiva y premeditada en función de sus bases motivacionales y sociocognitivas. *Psicopatología Clínica Legal y Forense*, 9
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3238799>
- Angulo-Gallo, L., Guerra-Morales, V. M., Pérez Borroto-Vergel, S., & Varela Porres, D. (2022). Adaptación y validación de la Escala de Agresión de Little en escolares cubanos. *Revista Información Científica*, 101(3).
<http://www.revinfcientifica.sld.cu/index.php/ric/article/view/3794/5170>
- Arroyo, B. (2020). *Propuesta de programa de habilidades sociales para disminuir la agresividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa estatal de Batangrande, 2020*. (Tesis de licenciatura). Recuperado de
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/62286/Arroyo_PBL-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Asencios, M., & Campos, P. (2019). Vínculo parental y agresividad en estudiantes de educación secundaria. *Avances en Psicología*, 27(2), 201-209. <https://doi.org/10.33539/avpsicol.2019.v27n2.1798>
- Ato, M., López-García, J. & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología/Annals of Psychology*, 29(3), 1038-1059.
<https://revistas.um.es/analesps/article/view/178511>
- Barbero, I. (2018). Conceptualización teórica de la agresividad: definición de autores, teorías y consecuencias. *Educación y futuro: Revista de investigación aplicada y experiencias educativas*, 38, 39-56.
<https://redined.educacion.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/191198/Conceptualizaci%c3%b3n.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Bautista, J., & Purihuamán, Y. (2021). *Programa cognitivo conductual para reducir conductas agresivas en adolescentes, Chiclayo 2019*. [Tesis para de licenciatura]. Universidad Privada Juan Mejilla Baca. <http://repositorio.umb.edu.pe:8080/jspui/bitstream/UMB/330/1/BAUTISTA%20JUDITH%20%26%20PURIHUAM%c3%81N%20YENNY%20%20TESIS.pdf>

Caballero S., Contini, N., & Lacunza, A. (2018). Habilidades sociales, comportamiento agresivo y contexto socioeconómico. Un estudio comparativo con adolescentes de Tucumán (Argentina). *Cuadernos de la Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales - Universidad Nacional de Jujuy*, (53), 183-203. <https://www.redalyc.org/journal/185/18558359008/>

Domínguez, R. (2019). *Programa de habilidades sociales en las conductas agresivas de estudiantes de primaria*. [Tesis doctoral]. Universidad Cesar Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/40196>

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, 2022) La mitad de los adolescentes del mundo sufre violencia en la escuela. <https://www.unicef.org/lac/comunicadosprensa/lamitaddelosadolescentes-del-mundo-sufre-violencia-en-la-escuela>

García-García, E., Cruzata-Martínez, A., Bellido García, R. S., & Rejas Borjas, L. (2020). Disminución de la agresividad en estudiantes de primaria: El programa Fortaleciéndome. *Propósitos y Representaciones*, 8(2) http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S23077999202000300031

Gonzales, A. (2022). *Propuesta de programa de afrontamiento de la agresividad en adolescentes de tercer año de secundaria de una institución educativa pública de Trujillo*. [Tesis para obtener el grado académico de Maestro en Intervención Psicológica]. Universidad César Vallejo. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/100434/Gonzales_AAJ-SD.pdf?sequence=4&isAllowed=y

Gordillo, R., Del Barrio V., & Carrasco, M. (2018). Estudio longitudinal del efecto de primacía entre depresión y agresión física y verbal en una muestra infanto-adolescente. *Revista de Psicología Clínica con Niños y*

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6399731>

Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Ciudad de México, México. <http://repositorio.uasb.edu.bo/handle/54000/1292>

Instituto nacional de estadísticas e informática (2019). Encuesta Nacional https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/presentacion_enares_2019.pdf

Instituto nacional de salud mental [INSM]. (2020). Estudio epidemiológico de Salud Mental en niños y adolescentes en Lima metropolitana en el https://www.insm.gob.pe/investigacion/archivos/estudios/_notes/EESM_Ninos_y_Adolescentes_en_LM_ContextoCOVID19-2020.pdf

López, E., Mesurado, B., & Guerra, P. (2019). Distintos estilos del sentido del humor y su relación con las conductas agresivas físicas y verbales en adolescentes argentinos. *Interdisciplinaria*, 36(2), 69-78 http://www.scielo.org.ar/scielo.php?pid=S166870272019000200069&script=sci_abstract&tIng=en

Lozano, A. (2014). Teoría de teorías sobre la Adolescencia. *Revista Última Década* https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S071822362014000100002

Luna, E. E. R., & Santa-Cruz-Espinoza, H. (2021). El rol del docente ante situaciones de agresividad en el aula. *Revista electrónica interuniversitaria de formación del profesorado*, 24(3) <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8038810>

Luna-Bernal, A. C. A., Mejía-Ceballos, J. C., & Laca-Arocena, F. A. (2017). Conflictos entre pares en el aula y estilos de manejo de conflictos en estudiantes de bachillerato. *Revista Evaluar*, 17(1) <https://revistas.unc.edu.ar/index.php/revaluar/article/view/17074>

- Mendoza, B., & Cuenca, V. (2017). Comportamiento prosocial y agresivo en niños: tratamiento conductual dirigido a padres y profesores. *Acta de Investigación Psicológica - Psychological Research Records* <https://www.redalyc.org/journal/3589/358953728006/>
- Munevar, S., Burbano, V., & Flórez, J. (2019). *La actividad física como alternativa de formación para disminuir la agresividad escolar: un estudio comparativo*. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, (56), 141-160. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=194259585010>
- Mustaca, A. E., García-Batista, Z. E., Franco, P., Moretti, L. S., & Medrano, L. A. (2022). Evidencias de Validez y Confiabilidad de las Puntuaciones del Cuestionario de Agresividad (AQ) para Adultos Argentinos. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación-e Avaliação Psicológica*, 1(62), 17-28. <https://www.redalyc.org/journal/4596/459671925002/>
- Olivera, E., & Yupanqui, J. (2020). Violencia escolar y funcionalidad familiar en adolescentes con riesgo de deserción escolar. *Revista Científica de la UCSA*, 7(3) <https://doi.org/10.18004/ucsa/2409-8752/2020.007.03.003>
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. [UNESCO]. (2018, 01 de octubre). Conductas escolares relacionadas con la salud. <https://es.unesco.org/news/nuevos-datos-revelan-que-mundo-cada-tres-adolescentes-sufre-acoso-escolar>
- Osorio, C., & Calvet, M. (2019). Esquemas maladaptativos tempranos y agresividad en estudiantes de secundaria de Lima Metropolitana. *Persona*, (022(2)), 45-66. <https://www.redalyc.org/journal/1471/147161652003/>
- Papalia, D. E., Duskin Feldman, R., & Wendkos Olds, S. (2010). *Desarrollo humano* (11a. ed.). China: McGraw-Hill <https://www.mendoza.gov.ar/salud/wpcontent/uploads/sites/16/2017/03/Psicologia-del-Desarrollo-PAPALIA-2009.pdf>
- Papalia, E., Wendkos, S., Duskin, R. (2009). *Psicología del Desarrollo* (11ª ed.). México: McGraw-Hill Interamericana.

<https://www.mendoza.gov.ar/salud/wpcontent/uploads/sites/16/2017/03/Psicologia-del-Desarrollo-PAPALIA-2009.pdf>

Pavel, C. (2022). *Aggressiveness in adolescent schools: a review of the scientific literature from 2015 to 2020*. *Conrado*, 18(84), 202-206. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442022000100202&lng=es&tlng=en.

Pérez, M., & Cernuda, A. (2020). La actividad artística como regulador de los procesos de ansiedad y agresividad en niños. *Revista Portuguesa de Educação*, 33(2), 226-239. 33(2),226-239. <https://www.redalyc.org/journal/374/37465637012/>

Pinazo, D., García-Prieto, L., García-Castellar, R. (2020) Implementation of a program based on mindfulness for the reduction of aggressiveness in the classroom. *Revista de Psicodidáctica*, Vol 25. <https://doi.org/10.1016/j.psicod.2019.08.004>

Raine, A., Dodge, K., Loeber, R., Gatzke-Kopp, Lynam, D., Reynolds, C., Stouthamer-Loeber, & Liu, J. (2006). The reactive-proactive aggression questionnaire: Differential correlates of reactive and proactive aggression in adolescent boys. *Aggressive Behavior*, 32, 159-171. <https://doi.org/10.1002/ab.20115>

Ramírez & Mateo (2009). Adolescentes, agresividad y conductas de riesgo de salud: análisis de variables relacionadas. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), 217-225. <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349832320023.pdf>

Ramírez-Corone, A., Martínez, P., Cabrera, J. (2020). Habilidades sociales y agresividad en la infancia y adolescencia. *Archivos venezolanos de farmacología y terapéutica*, 39(2), 209 <https://www.redalyc.org/journal/559/55969799012/>

Reyes, J., Hernández, H., Juárez, I., Tovilla, C., López, L., Villar, M., González, T., & Fresán, A. (2016). Evaluación psicológica de la agresividad impulsiva/predeterminada y factores asociados: Un estudio transversal en

usuarios de los servicios de salud en Tabasco, México. *Salud Mental*, 39(1), 19-24. <https://doi.org/10.17711/SM.0185-3325.2015.06>

Ruiz, M; Graupera, E., López, S., Hernández, G., (2014). La sociedad de la información y la educación superior en Cuba. Desde la perspectiva del desarrollo social. *Revista UNIANDES Episteme*, 1(2), 228-249. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6756281>

Sidera, F., Rosatan, C., Collell, & Ageli, S. (2019). Aplicación de un programa de aprendizaje socioemocional y moral para mejorar la convivencia en educación secundaria. *Universitas Psychologica* [https://revistas.javeriana.edu.co/filesarticulos/UPSY/184%20\(2019\)/64761787005/](https://revistas.javeriana.edu.co/filesarticulos/UPSY/184%20(2019)/64761787005/)

Silva, C., Barchelot, L., & Galvan, G. (2021). Caracterización de la conducta agresiva y de variables psicosociales en una muestra de adolescentes de la ciudad de Bucaramanga y su área metropolitana. *Psicogente*, <https://revistas.unisimon.edu.co/index.php/psicogente/article/view/4498/5308>

Tur-Porcar, A., Llorca, A., Malonda, E., Samper, P., Mestre, M. (2016). Empatía en la adolescencia. Relaciones con razonamiento moral prosocial, conducta prosocial y agresividad. *Acción Psicológica*, 13(2), 3-14. <https://dx.doi.org/10.5944/ap.13.2.17802>

Urrutia, M., Barrios, S., Gutiérrez, M. Mayorga, M. (2014). Métodos óptimos para determinar la validez de contenido. *Educación Médica Superior*, 28(3), 547-558. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S086421412014000300014&lng=es&tlng=es

Zambrano-Villalba, C. (2020). Validación de la Escala de Conducta Violenta en la Escuela en el contexto ecuatoriano. *CienciAmérica*, 9(1), 66-80. <http://201.159.222.118/openjournal/index.php/uti/article/view/268>

ANEXO 1. Operacionalización de las variables

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición
Teoría cognitiva conductual	Golden y Bettino (2021) refieren que el enfoque cognitivo conductual prioriza las variables cognitivas ya que estas se desencadenan en conducta a su vez se caracteriza por intervenir en aspectos cognitivos como conductuales.	Se encuentra en función al desarrollo de las 14 sesiones de la propuesta de programa.	<p>Panificación</p> <p>Ejecución</p> <p>Evaluación</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Búsqueda de información • Elaboración del programa • Personas que ejecutan • Materiales utilizados • Cuestionario de Agresión Reactiva – Proactiva (RPQ) 		Nominal
Agresividad	La agresión es una conducta con función adaptativa cuando se exterioriza en una situación amenazante, no obstante, si la respuesta es injustificada, tendrá una función desadaptativa (Rojas et al., 2020). Se distingue por dos dimensiones en la conducta agresiva que explican sus motivaciones: Agresión reactiva y agresión proactiva (Crick & Dodge, 1996).	Las medidas obtenidas a través de los puntajes del cuestionario de agresión reactiva y proactiva de Raine, que consideran a 2 dimensiones y muestran a 23 ítems, su escala de medición es de 3 opciones de respuestas.	Reactiva	<ul style="list-style-type: none"> • Impulsividad • Irascibilidad • Hostilidad • Instrumentalización • Planificación 	1,3,5,7,8,11,13,14,16,19,22 2,4,6,9,10,12,15,17,18,20,21, 23	Ordinal Y Politémica. 0=Nunca 1=A Veces 2= Siempre

ANEXO 2. Ficha técnica

Ficha técnica: Cuestionario de Agresión Reactiva – Proactiva (RPQ)

Nombre original	: Reactive-Proactive Aggression Questionnaire (RPQ).
Autores	: Raine et al.
Año	: 2006.
Procedencia	: Estados Unidos.
Adapt. al español	: Andreu et al.
Año de adaptación	: 2009.
Administración	: individual o colectiva.
Número de ítems	: 23 ítems (1D: 11 ítems; 2D: 12 ítems).
Dimensiones	: 2 factores.
	- Agresión reactiva (11 ítems).
	- Agresión proactiva (12 ítems).
Edad de aplicación	: adolescentes desde los 11 años y adultos
Escala	: Ordinal en formato Likert con opciones de 0 (nunca) a 2 (a menudo).
Tiempo de aplicación	: 8 a 10 minutos aproximadamente.

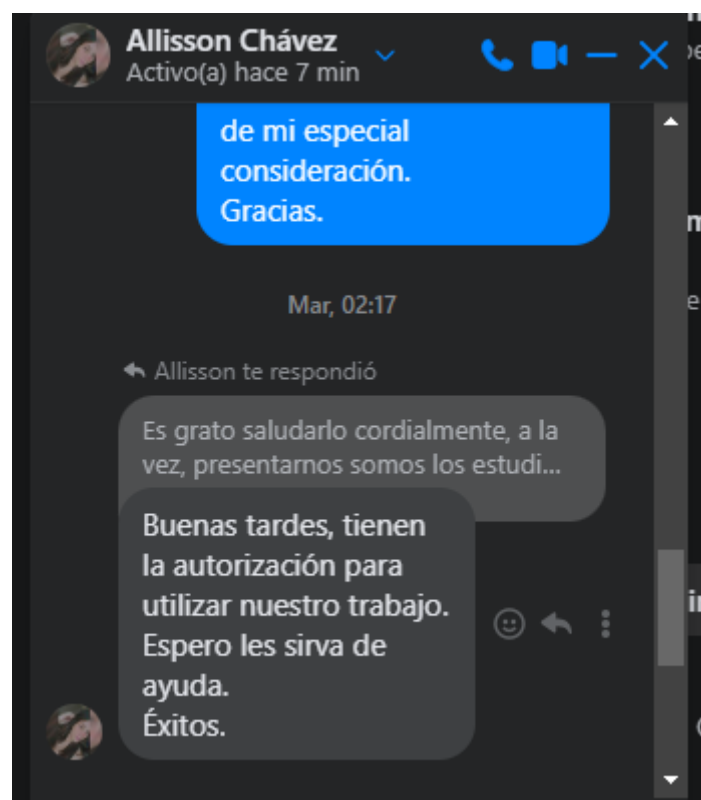
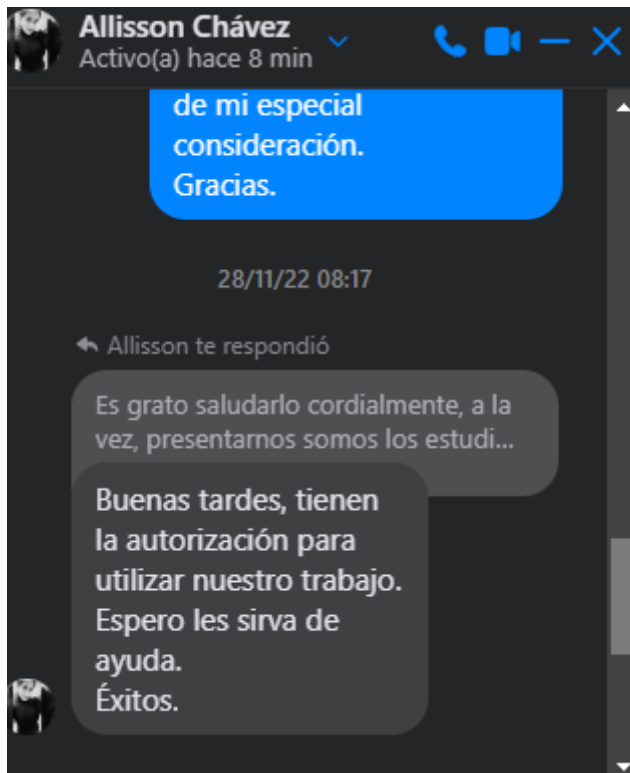
ANEXO 3. Cuestionario de agresividad

CUESTIONARIO DE AGRESIVIDAD

Cuestionario	Nunca (0)	A veces (1)	A menudo (2)
1. Has gritado a otros cuando te han irritado.			
2. Has tenido peleas con otros para mostrar quién era superior.			
3. Has reaccionado furiosamente cuando te han provocado otros.			
4. Has cogido cosas de otros compañeros sin pedir permiso.			
5. Te has enfadado cuando estabas frustrado.			
6. Has destrozado algo para divertirte.			
7. Has tenido momentos de rabietas.			
8. Has dañado cosas porque te sentías enfurecido.			
9. Has participado en peleas de pandillas para sentirte mejor.			
10. Has dañado a otros para ganar en algún juego.			
11. Te has enojado o enfurecido cuando no te sales con la tuya.			
12. Has usado la fuerza física para conseguir que otros hagan lo que quieras.			
13. Te has enfadado o enfurecido cuando has perdido en un juego.			
14. Te has enfadado cuando otros te han amenazado.			
15. Has usado la fuerza para obtener dinero o cosas de otros.			
16. Te has sentido bien después de pegar o gritar a alguien.			
17. Has amenazado o intimidado a alguien.			
18. Has hecho llamadas obscenas para divertirte.			
19. Has pegado a otros para defenderte.			
20. Has conseguido convencer a otros para ponerse en contra de alguien.			
21. Has llevado un arma para usarla en una pelea.			
22. Te has enfurecido o has llegado a pegar a alguien al verse ridiculizado.			
23. Has gritado a otros para aprovecharte de ellos.			

En algunas ocasiones, la mayoría de nosotros nos sentimos enfadados o hemos hecho cosas que no deberíamos haber hecho. Señala con qué frecuencia has realizado cada una de las siguientes preguntas. No pases mucho tiempo pensando las respuestas, sólo señala lo primero que hayas pensado al leer la pregunta. ¿Con que frecuencia?

ANEXO 4. Permiso para el uso del instrumento



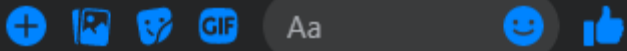


Allisson Chávez

Activo(a) hace 10 min



Es grato saludarlo cordialmente, a la vez, presentarnos somos los estudiantes CURACA PEREZ, EDUARDO LUCAS, identificado con DNI 75755780, código universitario N° 7002529664, y FLORES PILLAR, DAYSE VANESA identificado con DNI 74373317, código universitario N° 7002509198, estudiantes del X ciclo del programa de estudios de la Escuela de Psicología de la



ANEXO 5. Carta de autorización



“Año de la unidad, la paz y el desarrollo”

Vitarte, 31 de Marzo 2023

Yo, Laura Ricci Pinaud, directora de la **INSTITUCIÓN EDUCATIVA FERNANDO BELAUNDE TERRY**, **AUTORIZO** que los estudiantes **CURACA PEREZ EDUARDO LUCAS** con **DNI 7575578**, código universitario **Nº 7002529664**, y **FLORES PILLAR, DAYSE VANESA** identificado con el **DNI 74373317**, código universitario **Nº 7002509198**, estudiantes del **XI** ciclo de la escuela de Psicología de la **UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**; apliquen los instrumentos psicológicos propios de la investigación la cual se denomina **“PROGRAMA SUMAK KAWSAY PARA REDUCIR EL NIVEL DE AGRESIVIDAD EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE ATE, 2023”**.

Atentamente,




Lic. Laura Ricci Pinaud
DIRECTORA

ANEXO 6 Consentimiento informado

Consentimiento Informado del Apoderado

Estimado/a señores/as:

Título de la investigación: Propuesta del programa Sumak Kawsay para reducir el nivel de agresividad en adolescentes de una institución educativa de Ate, 2023.

Investigadores: Curaca Pérez, Eduardo Lucas y Flores Pillar, Dayse Vanesa

Propósito del estudio

Estamos invitando a su hijo (a) a participar en la investigación titulada “Propuesta del programa Sumak Kawsay para reducir el nivel de agresividad en adolescentes de una institución educativa de Ate, 2023”, cuyo objetivo es Diseñar y validar un programa Sumak Kawsay para reducir el nivel de agresividad en adolescentes de una institución educativa de Ate, 2023. Esta investigación es desarrollada por estudiantes pregrado, de la carrera profesional de psicología de la Universidad César Vallejo del campus Ate, aprobado por la autoridad correspondiente de la Universidad y con el permiso de la institución Educativa Fernando Belaunde Terry, la presente investigación contribuirá a reducir los niveles de agresividad en los adolescentes de la Institución educativa

Procedimiento

Si usted acepta que su hijo participe y su hijo decide participar en esta investigación (enumerar los procedimientos del estudio):

1. Se realizará una encuesta o entrevista donde se recogerá datos personales y algunas preguntas sobre la investigación.
2. Esta encuesta o entrevista tendrá un tiempo aproximado de 15 minutos y se realizará en el ambiente de la institución.

Las respuestas al cuestionario o guía de entrevista serán codificadas usando un número de identificación y, por lo tanto, serán anónimas.

ANEXO 7 Asentimiento informado

ASENTIMIENTO INFORMADO

Título de la investigación: Propuesta del programa Sumak Kawsay para reducir el nivel de agresividad en adolescentes de una institución educativa de Ate, 2023.

Investigadores: Curaca Pérez, Eduardo Lucas y Flores Pillar, Dayse Vanesa

Propósito del estudio

Te invitamos a participar en la investigación titulada “Propuesta del programa Sumak Kawsay para reducir el nivel de agresividad en adolescentes de una institución educativa de Ate, 2023”, cuyo objetivo es Diseñar y validar un programa Sumak Kawsay para reducir el nivel de agresividad en adolescentes de una institución educativa de Ate, 2023. Esta investigación es desarrollada por estudiantes pregrado, de la carrera profesional de psicología de la Universidad César Vallejo del campus Ate, aprobado por la autoridad correspondiente de la Universidad y con el permiso de la institución Educativa Fernando Belaunde Terry, la presente investigación contribuirá a reducir los niveles de agresividad en los adolescentes de la Institución educativa.

Procedimiento

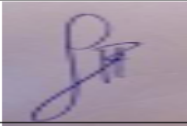
Si usted decide participar en esta investigación (enumerar los procedimientos del estudio):

1. Se realizará una encuesta o entrevista donde se recogerá datos personales y algunas preguntas sobre la investigación.
2. Esta encuesta o entrevista tendrá un tiempo aproximado de 15 minutos y se realizará en el ambiente de la institución.

Las respuestas al cuestionario o guía de entrevista serán codificadas usando un número de identificación y, por lo tanto, serán anónimas.

ANEXO 8 Criterio de evaluación por jueces de expertos.


1° Juez: José Francisco Vía y Rada Vites

	
Firma del evaluador DNI: 46248545	
Nombre del juez:	José Francisco Vía y Rada Vites


2° Juez: Martin Vargas Estrada

	
Firma del evaluador DNI 07901389	


3° Juez: Mg. Trujillo Pardave Angel Digno

Opinión de aplicabilidad:	Aplicable [x]	Aplicable después de corregir []	No aplicable []
Apellidos y nombres del juez validador. Dr/ Mg: Mg. Trujillo Pardave Angel Digno		DNI: 22405451	
Especialidad del validador: Maestro en Psicología Educativa			
¹ Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado. ² Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo ³ Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo		6 de mayo del 2023	
Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión		 Angel Digno Trujillo Pardave Psicólogo - MASTER C. P.S.P. N° 5421	
Firma del Experto Informante.			

4° Juez: Mg. Rodríguez Paiva Meza Claudia

Opinión de aplicabilidad:	Aplicable [x]	Aplicable después de corregir []	No aplicable []
Apellidos y nombres del juez validador. Dr/ Mg: Mg. Rodríguez Paiva Meza Claudia		DNI: 10315294	
Especialidad del validador: Maestro en Psicología Clínica			
¹ Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado. ² Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo ³ Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo		6 de mayo del 2023	
Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión		 Claudia Rodríguez Paiva Meza PSICÓLOGA C.P.S.P. N° 35391	
Firma del Experto Informante.			

5° Juez: Mg. Pérez Oré Luis Alberto

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Si Existe suficiencia			
Opinión de aplicabilidad:	Aplicable [x]	Aplicable después de corregir []	No aplicable []
Apellidos y nombres del juez validador. Dr/ Mg: Mg. Pérez Oré Luis Alberto		DNI: 21556563	
Especialidad del validador: Maestro en Psicología Educativa			
¹ Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado. ² Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo ³ Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo		6 de mayo del 2023	
Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión			
Firma del Experto Informante.			

ANEXO 9 Programa Sumak Kawsay

PROGRAMA

“SUMAK KAWSAY”

Autores:

Curaca Pérez, Eduardo Lucas.

Flores Pillar, Dayse Vanesa.

LIMA – PERÚ

2023

I. Denominación

Aprendiendo cómo gestionar emocional y cognitivamente situaciones conflictivas.

II. Fundamentación

La presente investigación busca reducir niveles de agresividad en adolescentes esto debido a que se ha evidenciado mayor incremento de agresividad en adolescentes, en un informe estadístico del portal Siseve del Ministerio de Educación (MINEDU, 2023) donde los casos de agresividad y violencia son reportados, nos muestra que entre los años 2013 y 2023, la mayor incidencia de casos reportados las tiene el nivel secundaria con un 56% de casos, frente a los 36% en el nivel primaria y un 8% en el nivel inicial, asimismo nos muestra que el tipo de agresión que más se reporta es de tipo físico, con un total de 25,359 casos reportados, asimismo, UNESCO (2019), reporta que alrededor de un tercio de adolescentes ha padecido episodios de acoso y agresión ejecutado por compañeros de su entorno educativo. El comportamiento agresivo en adolescentes en etapa académica es un problema que puede tener consecuencias negativas en su desarrollo social, emocional y académico; este comportamiento se puede manifestar de diversas formas, como la intimidación, el acoso, la violencia física o verbal y puede ser dirigido hacia compañeros, profesores o incluso hacia uno mismo.

En el caso de los adolescentes con comportamiento agresivo, se podría aplicar este programa para identificar los patrones de pensamiento y las emociones que pueden estar contribuyendo a su conducta agresiva. Este programa también puede ser útil en el diseño de programas de intervención que pueden ayudar a los adolescentes a identificar sus patrones de pensamiento y emociones, y proporcionar estrategias para cambiar sus pensamientos y comportamientos agresivos. También puede incluir técnicas de resolución de conflictos y de comunicación efectiva para ayudar a los adolescentes a manejar situaciones de manera más constructiva.

Teniendo en cuenta esta premisa, es relevante abordar esta problemática porque de persistir, puede tener consecuencias negativas en el desarrollo social, emocional y académico de los adolescentes, por ello el programa Sumak Kawsay

resulta útil para abordarlo dado que permitirá identificar los patrones de pensamiento y emociones subyacentes y proporcionar estrategias para cambiar los comportamientos agresivos en esta población.

III. Bases teóricas

Para la aplicación del programa se tuvo en cuenta la teoría cognitivo conductual y sus diferentes técnicas en el campo de la intervención, asimismo para la estructura del programa se consideró la teoría de agresividad de Crick y Dodge (1996) quienes plantean la teoría de agresión reactiva y proactiva.

El modelo cognitivo conductual une conocimientos de la teoría del aprendizaje con el procesamiento de la información y trata de explicar cómo interpreta, procesa y almacena la información y cuál es el efecto que tiene la cognición sobre la conducta.

Badia (2020) menciona que un programa cognitivo conductual es una serie de procedimientos con instrumentos que ayudan a la mejora de la calidad de vida de las personas, esta técnica nos permite trabajar tanto áreas afectivas, cognitivas y fisiológicas. Varias investigaciones recomiendan el enfoque ya que posee eficacia y mejora significativamente la calidad de vida de los consultantes (Sociedad de Psicología Clínica, 2017).

IV. Objetivos

General

Reducir los niveles de agresividad en adolescentes de una institución educativa de Ate, 2023 a través de un programa de intervención psicológica basada en el enfoque cognitivo conductual.

Específicos

Reducir los niveles de agresividad reactiva en adolescentes de una institución educativa de Ate, 2023.

Reducir los niveles de agresividad proactiva en adolescentes de una institución educativa de Ate, 2023.

Los dos objetivos que se desarrollan, a manera de dimensiones, son:

Dimensión I : Agresividad Reactiva

Objetivo sesión 1: Identificar las problemáticas interpersonales más comunes dentro del colegio.

Objetivo sesión 2: Identificar las señales de alerta en el cuerpo y sesgos cognitivos que pueden indicar una respuesta agresiva.

Objetivo sesión 3: Desarrollo de habilidades cognitivas para identificar pensamientos que generan emociones displacenteras en situaciones cotidianas.

Objetivo sesión 4: Desarrollo de habilidades cognitivas para el manejo de la ira y la frustración, como la introspección, y “el contar hasta diez.

Objetivo sesión 5: Desarrollo de habilidades cognitivas para el manejo de la ira y la frustración, como la respiración profunda o alejarse temporalmente de la situación.

Objetivo sesión 6: Fomentar la comprensión de las consecuencias de la agresión y cómo puede afectar a los demás y a uno mismo.

Objetivo sesión 7: Desarrollar la capacidad de reparación y responsabilidad ante un daño causado a los demás después de una respuesta agresiva.

Objetivo sesión 8: Fomentar la capacidad para pedir ayuda a un adulto capaz cuando se sientan abrumados o incapaces de manejar una situación difícil.

Dimensión II: Agresividad Proactiva

Objetivo sesión 9: Desarrollar habilidades de comunicación efectiva, incluyendo la escucha activa y uso de un lenguaje no violento para la expresión de necesidades.

Objetivo sesión 10: Identificar y mejorar los niveles de empatía entre los adolescentes.

Objetivo sesión 11: Fortalecer el autoconcepto y autoconfianza en los estudiantes en torno a su capacidad para la solución de problemas.

Objetivo sesión 12: Identificación y desarrollo de estrategias efectivas como la comunicación efectiva y el compromiso para la resolución de conflictos interpersonales dentro y fuera del colegio.

Objetivo sesión 13: Identificación y desarrollo de estrategias efectivas como la cooperación, la negociación y el pensamiento crítico para la resolución de conflictos interpersonales dentro y fuera del colegio.

Objetivo sesión 14: Mejorar la toma de decisiones basada en el respeto propio y el cuidado mutuo.

PROGRAMA DE INTERVENCIÓN PARA EL ABORDAJE DE AGRESIVIDAD EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN SECUNDARIA

OBJETIVO GENERAL	:	Reducir los niveles de agresividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa en Ate, 2023 a través del programa de intervención Sumak Kawsay.
OBJETIVOS ESPECÍFICOS	:	<p>Objetivo específico 1: Reducir los niveles de agresividad reactiva en estudiantes de secundaria de una institución educativa en Ate, 2023</p> <p>Objetivo específico 2: Reducir los niveles de agresividad proactiva en estudiantes de secundaria de una institución educativa en Ate, 2023</p>
PÚBLICO OBJETIVO	:	Estudiantes de segundo grado de secundaria de una institución educativa en Ate, 2023.
REQUERIMIENTOS DE IMPLEMENTACIÓN	:	Se requiere un espacio amplio y cómodo, tiempo bien establecido y una organización óptima de materiales para cada actividad.

Objetivo específico 1:

Reducir los niveles de agresividad reactiva en estudiantes de secundaria de una institución educativa en Ate, 2023.

SESIÓN 1

OBJETIVOS ESPECÍFICOS: Identificar las problemáticas interpersonales más comunes dentro del colegio.

ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	RECURSOS	TIEMPO	RESPONSABLES

PRESENTACIÓN INICIAL	Cada encargado se presenta ante los participantes y se le pide a cada uno que mencione su nombre. Además, se menciona el objetivo del taller y el de la sesión.		5 min	Facilitador dirige esta primera parte de la sesión
PRETEST	Para antes del inicio de la sesión, se tiene preparado la aplicación de un test para medir los niveles de agresividad en los estudiantes.	Hojas con formato impreso	15 min	Facilitador se encargará de distribuir las hojas y recogerlas.
ÁRBOL DE PROBLEMAS	<p>Posteriormente, se les comenta sobre la problemática y se les brinda una pequeña definición de la agresividad.</p> <p>Luego, se reparten tarjetas y se les indica que escriban en la tarjeta sobre qué problemas o conflictos de agresión han tenido o visto dentro del colegio. Esto puede haber sido entre los mismos estudiantes o entre estudiante y docente.</p> <p>Se recogen las tarjetas o papeles y se les pega en la parte del tronco del árbol de problemas. En adelante, se les vuelve a repartir las tarjetas pero con la consigna de que esta vez puedan pensar en las causas que llevaron a esta situación de conflictos. Se les puede brindar un ejemplo: “no quería darme mi mochila”, “no me devolvía mi cuaderno”, etc.</p>	Tarjetas Limpiatipo	15 min	Facilitador brinda las indicaciones sobre la primera parte de esta sesión.

	<p>Esta primera parte termina con la formulación de preguntas sobre este tema: ¿Por qué creen que pasan estas situaciones? ¿Hay alguna causa o problema común?</p>			
<p>CASOS (trabajo grupal)</p>	<p>Seguidamente, se presentan dos casos en los que se ejemplifican dos situaciones donde tendrán que identificar la situación de conflicto y sus posibles causas usando sus propias palabras.</p> <p>La creación de grupos será por afinidad y se establecerán en grupos de 5 o 4 personas por grupo.</p> <p>CASO 1: Durante el último día de exámenes Carolina quien no estudió lo suficiente trata de plagiar el examen de otra compañera (Lucía). Esta compañera no le deja copiar porque cree que Carolina debía haber estudiado antes. El profesor se da cuenta de ello, y cree que ambas se están ayudando y las castiga quitándoles su examen. Al finalizar la clase, Lucía le increpa a Carolina, y esta le</p>		<p>15 min</p>	

	<p>responde “fue tu culpa por no ayudarme”. Ante ello, Lucía hierve en enojo empezando una pelea fuera de clase.</p> <p>CASO 2: Juan es un chico que le gusta jugar fútbol, en uno de estos partidos, Roberto le quita la pelota y Juan se pica por este hecho. Ante ello, Juan comete una falta tirándole una patada dentro del juego. Roberto quien es igual de impulsivo, va a confrontarlo y terminaron insultándose y a punto de llegar a los golpes fueron separados.</p> <p>Para cerrar la actividad, se plantean las preguntas de reflexión ligadas con las causas que residen en los actos de violencia y agresión: ¿Qué diferencias hay entre los casos?¿por qué existen esas diferencias?¿qué opinan de las actitudes de estos estudiantes?</p>			
<i>CIERRE</i>	<p>Para el cierre de la sesión, se plantea algunas preguntas de reflexión, por ejemplo: ¿Con qué se quedan de esta sesión? ¿Qué han aprendido?</p> <p>Luego, se rescata el objetivo de cada actividad llevada a cabo durante la intervención.</p>		15 min	Facilitador procede a realizar el respectivo cierre, el cual tendrá contenido de integración y reflexión de las actividades llevadas a cabo.

SESIÓN 2**OBJETIVOS ESPECÍFICOS:** Identificar las señales de alerta en el cuerpo y sesgos cognitivos que pueden indicar una respuesta agresiva.

ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	RECURSOS	TIEMPO	RESPONSABLES
PRESENTACIÓN INICIAL	Cada encargado se presenta ante los participantes. Además, se menciona el objetivo del taller y el de la sesión.		5 min	Facilitador dirige esta primera parte de la sesión
RECONOCIENDO SESGOS COGNITIVOS Y RESPUESTAS CORPORALES	Como primera actividad de esta sesión se plantea la identificación de señales corporales y sesgos cognitivos mediante una dinámica de roles. En este sentido, el moderador invita a que formen grupos de dos personas. Donde cada uno tomará un rol y guión donde le dirá al otro lo que se encuentre en dicho guión. Mientras que la otra persona, sin posibilidad de responder deberá registrar en un papel lo que está pensando respecto a lo que la otra persona le profiere, así como todas las respuestas corporales que pueda ir sintiendo. Estos roles se intercambiarán al finalizar una vez que haya finalizado la primera persona. Se les debe recordar que este guión es actuado y no corresponde con las creencias de quien le toca actuar este guión.	Hojas con formato impreso	20 min	Facilitador se encargará de distribuir las hojas y recogerlas.

	<p>GUIÓN A:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Contexto: Dos amigos están jugando fútbol/voley y llega Luis/Lucía con sus amig@s quienes son de quinto grado de secundaria y empieza a decir lo siguiente. <p>“Hey, ustedes pasenme el balón, no ven que este campo es mío y los de mi grado? ¿Están sordos o qué? Les recomiendo por su propio bienestar que dejen la pelota y se larguen de una vez. Ah y ni siquiera se les ocurra decirle a alguien que yo he venido aquí a quitarles algo, porque ahí si van a saber lo que significa el dolor. Me encargaré de hacerles la vida imposible a ustedes. Tienen que saber quién manda aquí y yo puedo hacer lo que me da la gana con ustedes”</p> <p>GUIÓN B</p> <ul style="list-style-type: none"> - Contexto: Juan es un niño tranquilo pero no es alguien que juega con todos los compañeros, solo tiene un amigo dentro del salón. Hasta que un día se hace un juego grupal de todo el salón y quiere participar. Pero José quien no le cae mucho Juan le dice lo siguiente: <p>“Juan espera, espera, mira tu nunca has participado en nada con el salón. No nos parece justo que ahora vengas y quieras participar como si fueras uno de nosotros. Mira si te quieres incluir en el grupo para jugar tienes que comprarlos a todos algo de la tienda. Algunos quieren papitas, otros galletas o</p>			
--	--	--	--	--

	chocolates. Solo si quieres participar tienes que darnos eso, si no puedes quedarte sentado pero no te vamos a dejar jugar”.			
<i>CIERRE</i>	<p>Para el cierre de la sesión, se plantea algunas preguntas de reflexión para sedimentar los aprendizajes de la última dinámica</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué han reportado como sensaciones corporales o pensamientos? ¿Por qué creen que pasa esto? • ¿Qué opinan de estos reportes? ¿Cómo se han sentido? • Teniendo en cuenta que el conflicto no es una opción, ¿qué alternativas de acción sugieren? • ¿Con qué se quedan de esta sesión? ¿Qué han aprendido? <p>Luego, se rescata el objetivo de cada actividad llevada a cabo durante la intervención.</p>		15 min	Facilitador procede a realizar el respectivo cierre, el cual tendrá contenido de integración y reflexión de las actividades llevadas a cabo.

SESIÓN 3

OBJETIVOS ESPECÍFICOS: Desarrollo de habilidades cognitivas para identificar pensamientos que generan emociones displacenteras en situaciones cotidianas.

ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	RECURSOS	TIEMPO	RESPONSABLES
-----------	-----------------------------	----------	--------	--------------

PRESENTACIÓN INICIAL	Luego del saludo a los participantes, quien lidera la sesión presenta el objetivo de este.		5 min	Facilitador dirige esta primera parte de la sesión
RECONOCIENDO SITUACIONES	<p>Se proyectará el vídeo “Pásame la sal”, la misma que refleja una situación familiar cotidiana; al término de esta se preguntará a los participantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ¿Qué situación incomodó al padre? ● ¿Alguna vez vivenciaron una situación parecida? <p>A partir de esta reflexión, se entregará hojas a cada participante y se les dará la consigna de que apunten en estas las situaciones que les generan enojo y/o frustración; luego de recolectar todas las hojas, se sacarán hojas al azar y se anotará en la pizarra las respuestas para luego discutir con los participantes sobre las reacciones que tendrían en esas situaciones.</p>	<p>Vídeo “Pásame la sal”</p> <p>https://youtu.be/Wu_bBaScbjg</p> <p>Hojas bond</p>	10 min	Facilitador se encargará de distribuir las hojas y recogerlas.

<p>TÉCNICA ABC</p>	<p>Después de escuchar a los participantes, se elegirán 3 situaciones recurrentes del ejercicio anterior para enseñar la técnica ABC de Albert Ellis mencionando antes que, nuestros pensamientos pueden afectar la manera en cómo nos sentimos ante diversas situaciones y que existe la posibilidad de identificar y cambiar estos pensamientos para mejor gestión de nuestras emociones; para ello existen habilidades cognitivas que nos ayudan a cambiar la forma que pensamos en situaciones como las que se reflejaron anteriormente.</p> <p>Luego de distribuir las hojas a cada participante, se les enseñará la técnica ABC, tomando como ejemplo una de las situaciones descritas en la pizarra de modo que puedan identificar los pensamientos que surgen por dicha situación y las consecuencias emocionales y conductuales que emergen por estos pensamientos.</p> <p>Posterior a ello, se tomará otro ejemplo para identificar los pensamientos y consecuencias con la participación de los asistentes, para luego dejar que cada uno de ellos realice lo propio con situaciones que le generan enojo y/o frustración.</p>	<p>Hojas bond impresas con el formato del anexo 1</p>	<p>20 min</p>	
--------------------	---	---	---------------	--

<p><i>CIERRE</i></p>	<p>Para el cierre de la sesión, se plantea diversas preguntas que llamen a la reflexión de los participantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • El pensamiento que tienes sobre la situación que te enoja o frustra, ¿se ajusta a la realidad? • ¿Te has planteado alguna vez pensar en esta situación desde otra perspectiva? <p>A partir de este análisis personal, quien dirige acota a la reflexión que en todas estas situaciones es necesario desafiar a la creencia que se tiene sobre esta, respaldándose por pruebas que la respaldan o refutan y, en caso la refuten, cambiar a una creencia más realista y racional porque de lo contrarios, esta contribuirá a generar una emoción displacentera.</p>		<p>10 min</p>	<p>Facilitador procede a realizar el respectivo cierre, el cual tendrá contenido de integración y reflexión de las actividades llevadas a cabo.</p>
----------------------	--	--	---------------	---

SESIÓN 4

OBJETIVOS ESPECÍFICOS: Desarrollo de habilidades cognitivas para el manejo de la ira y la frustración, como la introspección, y “el contar hasta diez”.

ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	RECURSOS	TIEMPO	RESPONSABLES
PRESENTACIÓN INICIAL	Quien lidera la sesión, presenta ante los participantes cuál es el objetivo de la presente.		5 min	Facilitador dirige esta primera parte de la sesión

<p>DINÁMICA “JUEGO DE MEMORIA”</p>	<p>Con la finalidad de retomar las situaciones planteadas en la sesión anterior, se proyecta en la pizarra imágenes donde se reflejen las situaciones más frecuentes descritas por los adolescentes, posterior a ello, quien dirige la actividad dará detalle de cada imagen.</p> <p>Al término, se ocultan las imágenes de forma que se reflejan en la pizarra solo cuadros numerados y se da la consigna de que deberán indicar en qué número está tal situación; para ello quien dirige la actividad puede decir por ejemplo: “¿En qué número se encuentra la imagen donde un adolescente sufre el hurto de sus útiles?”. Luego de que un participante indique un número, se debe revelar dicha imagen y reforzar en caso este acierte o pasar a otro participante en caso contrario.</p> <p>Luego del juego de memoria, se pregunta: “¿Cómo creen que se debería actuar en estas situaciones?”</p>	<p>Imágenes de situaciones que generan frustración o enojo; por ejemplo:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Bullying ● Cuando no hay escucha activa ● Compañero gritando a otro, etc. <p>Las imágenes deben estar distribuidas como se refleja en el anexo 2.</p>	<p>10 min</p>	<p>Facilitador se encargará de distribuir las hojas y recogerlas.</p>
------------------------------------	--	--	---------------	---

<p>ENTRENAMIENTO</p>	<p>Luego de escuchar las opciones de los adolescentes se explica que, en dichas situaciones se puede recurrir a ciertas técnicas que ayudarán a cambiar la perspectiva de la situación y a actuar de forma distinta para manejar la ira o frustración.</p> <p>Para ello, se les enseñará 2 técnicas:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Introspección: Se explica que esta técnica se trata de mirar hacia dentro y reflexionar sobre los pensamientos y sentimientos que provocan emociones displacenteras por tanto, primero debe identificarse el evento activador, es decir, la situación que generan enojo o frustración; luego se debe tomar conciencia de los pensamientos automáticos que se generan a partir de éstas dado que estas siendo positivas, negativas o neutras, pueden generar emociones y conductas en nosotros, por ello se debe tomar conciencia de estos pensamientos; tercero, evaluar si estos pensamientos son realmente válidos, si estamos interpretando de manera objetiva la situación y de no estar seguros, buscar evidencia que respalde o refute estos pensamientos; y por último, en caso de identificar que los pensamientos son irracionales, cambiarlos por otros más realistas. Explicar con un ejemplo y luego orientar a los participantes mientras practican la técnica de forma individual. 2. Contar hasta 10: Se explica que esta técnica es efectiva para manejar la ira y frustración en situaciones desafiantes, por ello primero es necesario ser consciente de cuando empezamos a experimentar estas emociones por lo que hay que poner atención a las señales corporales (tensión 		<p>25 min</p>	
----------------------	---	--	---------------	--

	<p>muscular, aceleración del ritmo cardíaco, sudoración o cambios en la respiración); luego detener la reacción automática; es decir, en lugar de permitir que la ira o la frustración nos controlen, detener la reacción automática antes de que suceda; tercero, contar lentamente hasta diez (1-2-3-4-5-6-7-8-9-10), cuando empezamos a sentirnos enojados o frustrados, puede ser en voz alta o en nuestra mente, y concentrarnos en cada número a medida que avancemos. Mientras realizamos esta acción, dar a conocer que es necesario utilizar este tiempo para reflexionar sobre la situación y la reacción que se tiene sobre esta, así como preguntarnos si las emociones que experimentamos son proporcionales a la situación y si los pensamientos son realistas para, finalmente elegir una respuesta más efectiva a la situación. Explicar con un ejemplo y luego orientar a los participantes mientras practican la técnica de forma individual.</p>			
--	---	--	--	--

CIERRE	Para el cierre de la sesión, se hace hincapié en que las técnicas expuestas son útiles para manejar emociones como la ira o frustración en situaciones que pueden presentarse dentro o fuera del colegio dado que, nos permiten elegir respuestas más efectivas; por tanto, se incide en que los adolescentes las practiquen constantemente.		5 min	Facilitador procede a realizar el respectivo cierre, el cual tendrá contenido de integración y reflexión de las actividades llevadas a cabo.
--------	--	--	-------	--

SESIÓN 5

OBJETIVOS ESPECÍFICOS: Desarrollo de habilidades cognitivas para el manejo de la ira y la frustración, como la respiración profunda o alejarse temporalmente de la situación.

ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	RECURSOS	TIEMPO	RESPONSABLES
PRESENTACIÓN INICIAL	Quien lidera la sesión, presenta ante los participantes el objetivo de la presente.		3 min	Facilitador dirige esta primera parte de la sesión

<p>DINÁMICA DE ACTIVACIÓN “ECO DE SONIDOS Y MANOS”</p>	<p>Para empezar la actividad, se pide a todos los asistentes que se pongan de pie frente a sus carpetas, luego deberán poner atención al sonido y movimiento que hace quien dirige la actividad y que deberán hacer eco de estos para reproducirlos. Así, quien dirige deberá empezar con movimientos y sonidos fáciles de reproducir e ir aumentando la complejidad de estos.</p>	<p>Carpetas</p>	<p>5 min</p>	<p>Facilitador se encargará de distribuir las hojas y recogerlas.</p>
<p>ENTRENAMIENTO</p>	<p>Luego de la dinámica, se proyectan las imágenes de la sesión anterior con la finalidad de recordar situaciones que resultan en emociones como la ira o frustración.</p> <p>Para ello, se les enseñará 2 técnicas nuevas, las mismas que les servirá para manejar sus emociones en diversas situaciones cotidianas dentro y fuera del colegio:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Respiración profunda: Se explica que esta técnica, además de ser útil para las situaciones expuestas, también pueden ayudar a reducir la ansiedad y estrés; por tanto la forma de practicarla es, primero, reconocer las señales corporales producto de la ira o frustración (estas pueden incluir tensión muscular, aceleración del ritmo cardíaco, sudoración o cambios en la respiración); luego detener la reacción automática, para evitar que estas emociones tomen dominio de nosotros, para ello; como tercer paso se practica la respiración profunda, la cual consiste en concentrarnos en nuestra respiración de forma que, primero inhalamos aire profundamente por la nariz, sentimos como nuestros pulmones se llenan de aire, mantenemos la respiración por algunos segundos y luego exhalamos lentamente por la 	<p>Respiración profunda:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● https://youtube.com/shorts/adpR2UQTEIk?feature=share ● https://youtu.be/rAMFm8nbj_8 	<p>32 min</p>	

	<p>boca; estos pasos se repiten hasta sentir que nuestro cuerpo está más relajado. Luego de dicha explicación, se practica en conjunto esta técnica.</p> <p>2. Alejarse temporalmente: Esta estrategia también es funcional en situaciones desafiantes que generan emociones como la ira o frustración por ello, para su práctica es necesario primero, reconocer las señales corporales; luego se detiene la reacción automática; tercero, siendo conscientes que persistir en este ambiente puede ayudar a generar mayor malestar, buscamos alejarnos de la situación dado que esto hace posible tomarse un descanso el mismo que; como cuarto paso permite que utilicemos este tiempo y nuevo espacio para reflexionar y pensar si las emociones que se está experimentando son proporcionales a la situación y si los pensamientos son realistas; por último, se elige una respuesta más efectiva.</p>			
CIERRE	<p>Para el cierre de la sesión se plantea algunas preguntas de reflexión:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo se sintieron al practicar estas técnicas? • ¿Creen que son una mejor salida para situaciones que les generan enojo o frustración? 		5 min	

SESIÓN 6

OBJETIVOS ESPECÍFICOS: Fomentar la comprensión de las consecuencias de la agresión y cómo puede afectar a los demás y a uno mismo.

ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	RECURSOS	TIEMPO	RESPONSABLES
PRESENTACIÓN INICIAL	Cada encargado se presenta ante los participantes. Además, se menciona el objetivo del taller y el de la sesión.		5 min	Facilitador dirige esta primera parte de la sesión
ARBOL DE PROBLEMA	<p>En esta sesión, se retoma el árbol de problemas pero para trabajar en las ramas del árbol; es decir, en las consecuencias que se pueden obtener de los diferentes escenarios de agresión. En este sentido, se le entregan algunas tarjetas a los estudiantes para que escriban las posibles consecuencias basado en su propia experiencia o lo que creen que podría pasar. Se pueden formular las siguientes preguntas para incentivar las ideas.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ¿Cómo te imaginas que termina la persona que es agresiva? ¿Cómo acaba la víctima? ● ¿Quiénes más pueden verse afectados? <p>Posteriormente, se recopilan las tarjetas y son colocadas en la parte superior del árbol, donde se les realiza las siguientes preguntas para fomentar el autoconocimiento y el aprendizaje colaborativo:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ¿De qué se pueden dar cuenta con estas consecuencias? 	Tarjeta Limpia tipo	15 min	Facilitador se encargará de distribuir las hojas y recogerlas.

	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Creen que hay alguna consecuencia que puede ser valorada positivamente? • ¿Cuál es la más resaltante o preocupante? ¿y cuál menos? 			
REESTRUCTURAND O PENSAMIENTO	<p>En la siguiente actividad se tiene como propósito el abordaje de las creencias a través de la reestructuración cognitiva, donde se identificarán a través de un caso los patrones de pensamiento negativos que pueden estar contribuyendo a la agresión.</p> <p>Para fomentar la comprensión de las consecuencias de la agresión, se trabajará en la identificación de los pensamientos y creencias que justifican o minimizan la agresión, y de esta manera, tratar de cuestionarlos y reemplazarlos por pensamientos más realistas y constructivos.</p> <p>Para el trabajo práctico se propone a partir de la formación de grupos donde se les distribuye un caso donde un estudiante de grados mayores intenta justificar sus comportamientos agresivos. En torno a ello, se espera que cada grupo escriba algunas de las razones que se exponen en el caso.</p>			

	<p>CASO:</p> <p>Gerardo es un chico de cuarto de secundaria. El es un estudiante que constantemente ha estado en peleas con otros chicos de otros colegios y con sus compañeros de salón. Cuando el director o sus padres le increpan sobre este comportamiento, él suele decir lo siguiente: “No me dejan hacer lo que yo quiero, para qué me dicen algo si ya sé que está mal, ellos primero me provocan y yo tengo que responder, yo solo me defiendo, es que a veces necesito tal cosa u otra cosa y como no lo tengo se lo quito a los demás, los amigos me presionan para pelear, tengo que ganarme el respeto de los demás”</p> <p>En este caso, el personaje usa una serie de justificaciones para su conducta agresiva. En este sentido, se le pide que por grupos escriban las razones más resaltantes que podrían “justificar” este comportamiento. Posteriormente, se les solicita compartir esta información entre todos los grupos. Luego, se pasa a la sección de reflexión para tratar de cuestionar estas creencias con las siguientes preguntas.</p> <ul style="list-style-type: none">• ¿Alguna de estas razones es tan fuerte que justifica la agresividad?¿Por qué?• ¿Habría alguna otra justificación para ello? Dar ejemplos.• ¿Qué hará Gerardo si sigue pensando de la misma forma?			
--	---	--	--	--

	En la parte final de esta actividad, se les solicita a los mismos grupos escribir en las tarjetas cómo cambiarían estas justificaciones de manera que el personaje pueda asumir su responsabilidad y cambiar de actitud, por ejemplo, si algún estudiante escribió “él no tiene cosas como todos por eso les quita a los demás” el cambio sería a “si bien no tiene todo lo que otros tienen el puede pedir prestado a alguien o buscar otra alternativa para obtener esas cosas”.			
CIERRE	<p>Para el cierre de la sesión, se plantea algunas preguntas de reflexión, por ejemplo: ¿Con qué se quedan de esta sesión? ¿Qué han aprendido?</p> <p>Luego, se rescata el objetivo de cada actividad llevada a cabo durante la intervención.</p>		15 min	Facilitador procede a realizar el respectivo cierre, el cual tendrá contenido de integración y reflexión de las actividades llevadas a cabo.

SESIÓN 7

OBJETIVOS ESPECÍFICOS: Desarrollar la capacidad de reparación y responsabilidad ante un daño causado a los demás después de una respuesta agresiva.

ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	RECURSOS	TIEMPO	RESPONSABLES
-----------	-----------------------------	----------	--------	--------------

PRESENTACIÓN INICIAL	Cada encargado se presenta ante los participantes. Además, se menciona el objetivo del taller y el de la sesión.		5 min	Facilitador dirige esta primera parte de la sesión
DESARROLLANDO LA CAPACIDAD DE REPARACIÓN Y TOMA DE RESPONSABILIDADES	<p>Como primera actividad de esta sesión, se rescatan las consecuencias y “justificaciones” que provienen de la agresividad que fueron reconocidas en la sesión 6. Se recuerdan los propios escritos de los estudiantes para iniciar con la actividad.</p> <p>Posteriormente, se insta a que formen pares para trabajar con los casos de la sesión 2. Donde ellos registraron sus respuestas corporales y pensamientos ante situaciones de agresión. Sin embargo, en este caso el guión se extenderá para iniciar el proceso de reparación y toma de responsabilidad. Cada uno elegirá ser el actor en el guión A y el otro en el guión B. Se les debe recordar que este guión es actuado y no corresponde con las creencias de quien le toca actuar este guión. Sin embargo, se debe instar a los estudiantes que las disculpas tienen que venir desde el reconocimiento de las consecuencias de la agresividad.</p> <p>GUIÓN A:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Contexto: Dos amigos están jugando fútbol/voley y llega Luis/Lucía con sus amig@s quienes son de quinto grado de secundaria y empieza a decir lo siguiente. 	Tarjetas/ hojas de colores/ lapiceros	25 min	Facilitador se encargará de distribuir las hojas y recogerlas.

	<p>Estudiante 1: “Hey, ustedes pasenme el balón, no ven que este campo es mío y los de mi grado? ¿Están sordos o qué? Les recomiendo por su propio bienestar que dejen la pelota y se larguen de una vez. Ah y ni siquiera se les ocurra decirle a alguien que yo he venido aquí a quitarles algo, porque ahí si van a saber lo que significa el dolor. Me encargaré de hacerles la vida imposible a ustedes. Tienen que saber quién manda aquí y yo puedo hacer lo que me da la gana con ustedes”</p> <p>Estudiante 2: ¿Tienes algo más que decir?</p> <p>Estudiante 1: *inicio de disculpa*</p> <p>En caso no surja algún comentario de disculpa, los moderadores de la actividad deben motivar la participación haciendo recordar las consecuencias de la agresividad y recordar que no existe justificación para este tipo de conductas.</p> <p>GUIÓN B</p> <ul style="list-style-type: none">- Contexto: Juan es un niño tranquilo pero no es alguien que juega con todos los compañeros, solo tiene un amigo dentro del salón. Hasta que un día se hace un juego grupal de todo el salón y quiere participar. Pero José quien no le cae mucho Juan le dice lo siguiente:			
--	--	--	--	--

	<p>Estudiante 1: “Juan espera, espera, mira tu nunca has participado en nada con el salón. No nos parece justo que ahora vengas y quieras participar como si fueras uno de nosotros. Mira si te quieres incluir en el grupo para jugar tienes que comprarlos a todos algo de la tienda. Algunos quieren papitas, otros galletas o chocolates. Solo si quieres participar tienes que darnos eso, si no puedes quedarte sentado pero no te vamos a dejar jugar”.</p> <p>Estudiante 2: ¿Tienes algo más que decir?</p> <p>Estudiante 1: *inicio de disculpa*</p> <p>En caso no surja algún comentario de disculpa, los moderadores de la actividad deben motivar la participación haciendo recordar las consecuencias de la agresividad y recordar que no existe justificación para este tipo de conductas.</p> <p>Cuando la actividad finaliza se les reparte una cartilla donde tienen que escribir algún compromiso dirigido hacia uno mismo con el fin de que ese tipo de conductas ya no vuelvan a repetirse o puedan ser prevenidas.</p>			
--	---	--	--	--

CIERRE	<p>Para el cierre de la sesión, se plantean algunas preguntas de reflexión, por ejemplo: (los moderadores deben fomentar la participación dando ejemplos)</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuáles fueron los compromisos? ¿Qué sintieron cuando empezaron a pedir disculpas? • ¿Con qué se quedan de esta sesión? • ¿Qué han aprendido? <p>Luego, se rescata el objetivo de cada actividad llevada a cabo durante la intervención.</p>		15 min	Facilitador procede a realizar el respectivo cierre, el cual tendrá contenido de integración y reflexión de las actividades llevadas a cabo.
--------	--	--	--------	--

SESIÓN 8

OBJETIVOS ESPECÍFICOS: Fomentar la capacidad para pedir ayuda a un adulto capaz cuando se sientan abrumados o incapaces de manejar una situación difícil.

ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	RECURSOS	TIEMPO	RESPONSABLES
INTRODUCCIÓN	El facilitador comienza presentando el objetivo de la sesión.		3 min	X dirige esta primera parte de la sesión

<p>IDENTIFICANDO SITUACIONES QUE REQUIEREN ATENCIÓN</p>	<p>Se iniciará repartiendo los post it u hojas de colores a los participantes, luego se proyectará un cortometraje a fin de reconocer una problemática recurrente en la I.E.: bullying; pero esta vez, se refleja también la perspectiva del agresor para que los adolescentes puedan reflexionar acerca de las dos caras de la moneda.</p> <p>Posterior a la proyección de dicho cortometraje, se les pide que piensen en una situación difícil que hayan experimentado recientemente y escriban brevemente qué sucedió y cómo se sintieron en ese momento; al término, se les pide a los participantes que, de forma voluntaria compartan sus experiencias y a partir de ello se plantea lo siguiente:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ¿Cómo te sentiste en esa situación? ● ¿Pudiste manejar la situación por ti mismo o necesitaste ayuda? ● ¿Pediste ayuda? ¿Por qué sí o por qué no? <p>A partir de estas respuestas, el facilitador lleva a cabo una discusión en grupo sobre la importancia de pedir ayuda cuando se necesita y las posibles consecuencias de no hacerlo. También se podría preguntar a los participantes qué obstáculos perciben para pedir ayuda y cómo se podrían superar.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Cortometraje “No entiendo, ¿por qué?” Cortometraje - No entiendo ¿Por qué? ● Post it u hojas de colores 	<p>15 min</p>	<p>X se encargará de distribuir las hojas y recogerlas.</p>
---	---	--	---------------	---

<p>JUEGO DE ROLES</p>	<p>Previamente se proyectan las imágenes que reflejan situaciones problemáticas y se elige a 4 participantes al azar a fin que, en parejas, puedan representar una de las situaciones de su elección. En cada pareja, uno de los participantes actúa como la persona que necesita ayuda y el otro actúa como el adulto capaz. El objetivo de esta actividad es que los participantes practiquen cómo pedir ayuda de manera efectiva y que el adulto capaz sepa cómo responder adecuadamente. Al término de cada participación, el facilitador da sus acotaciones sobre la dinámica y presenta las redes de apoyo a los cuales los adolescentes pueden dirigirse para pedir ayuda, los cuales además de incluir a padres de familia, maestros, autoridades académicas y familiares cercanos, también incluye a instituciones públicas y privadas, así como a servidores públicos capacitados para actuar ante diversas situaciones.</p>	<p>Anexo 2</p>	<p>17 min</p>	
<p>CIERRE</p>	<p>El facilitador resume lo que se ha discutido en la sesión y hace hincapié en la importancia de pedir ayuda cuando se necesita dado que un adulto capaz puede ayudarlos a manejar una situación difícil o cuando se sienten abrumados.</p>		<p>5 min</p>	

Objetivo específico 2:

Reducir los niveles de agresividad proactiva en estudiantes de secundaria de una institución educativa en Ate, 2023.

SESIÓN 9				
OBJETIVOS ESPECÍFICOS: Desarrollar habilidades de comunicación efectiva, incluyendo la escucha activa y uso de un lenguaje no violento para la expresión de necesidades.				
ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	RECURSOS	TIEMPO	RESPONSABLES
PRESENTACIÓN DE OBJETIVOS	Se inicia presentando el objetivo de la sesión a los estudiantes, dando a conocer que se le otorgará estrategias y herramientas para que puedan mejorar o cambiar su forma de expresarse al momento de comunicar sus necesidades.		5 min	Facilitador dirige esta primera parte de la sesión

DINÁMICA	Luego de dividir a los participantes en dos grupos, se les da la consigna de pasar una pelota por todas las manos del equipo en el menor tiempo posible por lo cual se medirá con un cronómetro qué tiempo le tomó a cada equipo cumplir con esta indicación. Al término, se les mencionará que en tres minutos, cada equipo deberá elaborar una estrategia para que la pelota pase por las manos de todos los integrantes en el menor tiempo posible, promoviendo de esta manera que se comuniquen entre sí para encontrar la estrategia adecuada.	Pelota pequeña	10 min	Facilitador se encargará de distribuir las hojas y recogerlas.
DISCUSIÓN GRUPAL	Al término de la dinámica, se pregunta a los participantes sobre cuáles fueron las dificultades que tuvieron al tratar de buscar la estrategia adecuada para cumplir con el reto en el menor tiempo posible, se anota estas respuestas en la pizarra y se pone en evidencia aquellas dificultades que implican la comunicación; así mismo, se denota algunas observaciones de quien dirige la dinámica mencionando que en este proceso, se reflejaron problemas de comunicación en los grupos, tales como: todos los integrantes hablaban a la vez, no sabían cómo expresar sus ideas, en ocasiones no hablaron de forma clara o con respeto, etc.	Plumón o tizas	5 min	Facilitador brinda las indicaciones sobre la primera parte de esta sesión.

<p>ENTRENAMIENTO EN PARES</p>	<p>Se pide a los participantes que elijan un compañero por afinidad para entrenar la escucha activa. Cuando las parejas estén completas, quien dirige la actividad hablará sobre la escucha activa, mencionando que esta es una habilidad clave en la comunicación efectiva; posterior a esta explicación, pedirá el apoyo de un compañero de forma que se paren uno frente al otro para ejemplificar esta habilidad, explicando previamente que el lenguaje corporal es importante dado que este debe reflejar interés hacia la persona que está hablando; de esta manera se realiza un ejemplo donde el emisor da un mensaje importante y el receptor escucha con atención para después hacerle algunas preguntas o comentarios al respecto.</p> <p>Para el entrenamiento en pares, es necesario que los participantes experimenten la ausencia de escucha activa para luego notar la diferencia cuando esta está presente, de tal modo que este ejercicio se dividirá en dos partes;</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Se da la indicación que cada integrante de las parejas conformadas jugará el papel de emisor por 3 minutos para luego convertirse en receptor o viceversa por 3 minutos; durante este tiempo el receptor hablará de un tema que estará designado en hojas y su pareja interrumpirá su relato constantemente con diversas acciones como levantar los brazos, tomar su celular, hablar sobre otros temas, etc. 2. Para la segunda parte, las parejas pondrán en práctica la escucha activa, para ello se les dará la consigna de que el emisor hable sobre un tema en específico por 3 	<p>Hojas Silbato Cronómetro</p>	<p>15 min</p>	
-------------------------------	--	---	---------------	--

	<p>minutos para luego convertirse en receptor y escuchar a su compañero por el mismo tiempo sin interrupciones.</p> <p>Para el desarrollo de esta práctica, es necesario que se establezcan temas de relevancia para los participantes, tales como: ¿Qué lugar del mundo te gustaría conocer?, ¿Qué personaje admiras?, ¿Cuál es tu hobby?, ¿Qué te gustaría aprender?, etc.</p>			
--	--	--	--	--

<p><i>CIERRE</i></p>	<p>Para el cierre de la sesión se plantea preguntas que llamen a la reflexión de los participantes, tales como:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ¿Cómo se sintieron cuándo su compañero los interrumpió en la primera parte del ejercicio? ● ¿En qué ejercicio sintieron que les ponían mayor atención? ● ¿Creen que la expresión del rostro y cuerpo importa cuando nos comunicamos con los demás? <p>Para finalizar, se hacen acotaciones al respecto, dando a conocer que la escucha activa implica también el lenguaje no verbal por lo que es relevante que el receptor mire al emisor mientras este habla y que, incluso es importante realizar preguntas o comentarios mientras se mantiene una comunicación, sin interrumpir a quien está hablando.</p>		<p>10 min</p>	<p>Facilitador procede a realizar el respectivo cierre, el cual tendrá contenido de integración y reflexión de las actividades llevadas a cabo.</p>
----------------------	--	--	---------------	---

SESIÓN 10

OBJETIVOS ESPECÍFICOS: Identificar y mejorar los niveles de empatía entre los adolescentes.

ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	RECURSOS	TIEMPO	RESPONSABLES
<p>PRESENTACIÓN DE OBJETIVOS</p>	<p>El facilitador comienza explicando el objetivo de la sesión y por qué es importante para los adolescentes mejorar su capacidad empática.</p>		<p>5 min</p>	

				Facilitador dirige esta primera parte de la sesión
DINÁMICA "HISTORIA DE UNA BUFANDA"	<p>El facilitador muestra una bufanda a todos los asistentes y les menciona que empezará contando la historia de esta y que cuando termine, le pasará la bufanda a otro participante para que continúe con la historia y así pase de mano en mano para crear un cuento cooperativo.</p> <p>Entonces el facilitador empieza:</p> <p>Érase una vez una bufanda muy triste porque la habían tirado a un tacho de ropa vieja; era una noche fría de invierno y la bufanda lloraba desconsoladamente y se decía a sí misma "Con la cantidad de personas que he abrigado y tengo que terminar así, en un tacho junto a un abrigo apolillado".</p> <p>Una vez que haya narrado el párrafo, la bufanda pasa sucesivamente en cada participante mientras este cuenta parte de su historia; cuando haya llegado al último adolescente, se le menciona que este debe acabar con la historia.</p> <p>Al término, se reflexiona sobre lo narrado con preguntas como:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué significa ser bufanda para ti? • ¿Qué significa ser alguien que te da calor? • ¿Cómo te sentirías si te dejan en un lugar en el olvido cuando seas viejo? 	Bufanda	15 min	

- | | | | | |
|--|---|--|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none">• ¿Cómo te sentirías si un día te dicen que ya no sirves para nada? | | | |
|--|---|--|--|--|

<p>JUEGO DE ROLES</p>	<p>El objetivo de esta dinámica es que los participantes tomen conciencia de las situaciones en las que se necesita empatía y cómo pueden ser útiles en estas situaciones; por ello se presenta escenarios en los que, estando en parejas, uno de los participantes actúa como la persona que necesita empatía y el otro como la persona empática. Las situaciones propuestas son:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 1° situación: Un amigo se siente triste porque ha tenido una discusión con su pareja. ● 2° situación: Un compañero de clase ha perdido a un ser querido recientemente. ● 3° situación: Un amigo ha recibido una mala calificación en un examen. ● 4° situación: Un compañero de salón se siente muy estresado porque hay muchas tareas y exámenes importantes en la misma semana. <p>Al término de la dinámica, el facilitador menciona una a una las situaciones practicadas y pregunta cómo actuaron ante ellas para luego complementar las respuestas con posibles formas de actuar empáticamente:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 1° situación: Puedes comenzar diciéndole "Lamento mucho que te sientas triste. ¿Quieres hablar de lo que ha pasado?". Escucha con atención mientras tu amigo se desahoga y muestra interés por su historia. ● 2° situación: Puedes mostrar empatía diciéndole "Siento mucho tu pérdida. ¿Hay algo que pueda hacer para 		<p>25 min</p>	
-----------------------	---	--	---------------	--

	<p>ayudarte en este momento difícil?". También puedes ofrecerle una palabra amable, como "Estoy aquí para ti si necesitas hablar o simplemente para escucharte".</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 3° situación: Puedes tratar de comprender sus sentimientos diciéndole "Entiendo que estés frustrado por esta mala calificación. ¿Te gustaría que revisemos juntos lo que has estudiado para ver si podemos encontrar una solución?". Ofrecer ayuda y apoyo en lugar de culpar o juzgar puede ser una forma empática de actuar. ● 4° situación: Puedes tratar de comprender su situación y mostrar apoyo diciéndole "Es comprensible que te sientas estresado con todo lo que tienes que hacer. ¿Hay algo que pueda hacer para ayudarte? ¿Necesitas algún consejo o sugerencia para organizarte mejor?". Ofrecer soluciones o ayuda en lugar de ignorar o minimizar su estrés puede ser una forma empática de actuar. 			
<i>CIERRE</i>	El facilitador resume lo que se ha discutido en la sesión y hace hincapié en la importancia de la empatía en la vida diaria.		5 min	Facilitador procede a realizar el respectivo cierre, el cual tendrá contenido de integración y reflexión de las actividades llevadas a cabo.

SESIÓN 11

OBJETIVOS ESPECÍFICOS: Fortalecer el autoconcepto y autoconfianza en los estudiantes en torno a su capacidad para la solución de problemas.

ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	RECURSOS	TIEMPO	RESPONSABLES
PRESENTACIÓN DE OBJETIVOS	El facilitador comienza explicando el objetivo de la sesión y por qué es importante para los adolescentes mejorar su capacidad empática.		5 min	Facilitador dirige esta primera parte de la sesión
IDENTIFICACIÓN DE FORTALEZAS PERSONALES	El facilitador reparte hojas de colores a todos los estudiantes y les pide que piensen en sus habilidades y fortalezas personales, como la creatividad, la perseverancia o la capacidad de trabajo en equipo. Posteriormente, pueden pegar sus papeles en la figura de hombre o mujer que está pegado en la pizarra y el moderador va compartiendo de manera amena todas las fortalezas descritas de manera que todo el grupo pueda sentirse orgulloso y satisfecho.	Hojas de colores	10 min	Facilitador se encargará de distribuir las hojas y recogerlas.
CASO PRÁCTICO PARA LA SOLUCIÓN DE PROBLEMAS	A continuación, se lee un caso práctico donde se evidencia un problema. Caso Práctico: Miguel y Ana son compañeros de clase en una escuela primaria. Miguel tiene dificultades para resolver problemas matemáticos y		15 min	

	<p>se siente inseguro acerca de su capacidad para hacerlo. Ana, por otro lado, es buena en matemáticas y se siente segura acerca de su capacidad para resolver problemas. Un día, mientras trabajaban en un problema de matemáticas en la pizarra, el profesor pidió a Miguel que resolviera el problema. Miguel se sintió abrumado y no pudo resolverlo. Ana lo observó y no sabía qué hacer, por un lado quería ofrecerle ayuda y, por otro lado, recordaba que en ocasiones Miguel no había sido tan cordial con ella.</p> <p>Posteriormente, se le solicita a los estudiantes que formen grupos de 3 o 4 para intercambiar opiniones y se formulan las siguientes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none">• ¿Qué debería hacer Ana ante esa situación?• ¿Cómo debería abordar este problema Ana?• ¿Cómo debería actuar Miguel ante este problema? <p>Luego, se le pide que cada grupo designe a un encargado para compartir de manera oral las respuestas por cada grupo.</p>			
--	--	--	--	--

<p><i>CIERRE Y REFLEXIÓN</i></p>	<p>Para el cierre de la sesión se plantea preguntas que llamen a la reflexión de los participantes, tales como:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ¿Qué piensan de las soluciones ofrecidas por sus compañeros? ● ¿Cuál de todas promueve la unión y el trabajo en equipo? ● ¿Cuál sería la mejor o peor solución? ¿Por qué? <p>Para finalizar, se les insta a seguir explorando formas adecuadas de solución de conflictos teniendo en cuenta la comunicación y empatía (Aprendizajes de sesiones anteriores).</p>		<p>10 min</p>	<p>Facilitador procede a realizar el respectivo cierre, el cual tendrá contenido de integración y reflexión de las actividades llevadas a cabo.</p>
--------------------------------------	--	--	---------------	---

SESIÓN 12

OBJETIVOS ESPECÍFICOS: Identificación y desarrollo de estrategias efectivas como la comunicación efectiva y el compromiso para la resolución de conflictos interpersonales dentro y fuera del colegio

ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	RECURSOS	TIEMPO	RESPONSABLES
<p>PRESENTACIÓN DE OBJETIVOS</p>	<p>El facilitador comienza explicando el objetivo de la sesión y por qué es importante para los adolescentes mejorar su capacidad empática.</p>		<p>5 min</p>	

				Facilitador dirige esta primera parte de la sesión
DINÁMICA INTRODUCTORIA “EL RETO DEL CUADRANTE”	<p>Con el objetivo de que cada participante reconozca su propia capacidad de resolución de conflictos, se presenta la dinámica donde en equipos de 4 o 5 integrantes, deberán dibujar un cuadrado con 3 líneas; para ello se les dará un tiempo límite de 3 minutos para que cada grupo en conjunto busque la forma de lograr este objetivo.</p> <p>Al término de la actividad, se pide a cada equipo que muestre el resultado que obtuvieron y se pregunta de forma general:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ¿Lograron resolver el problema? ● ¿Cómo lo hicieron? ● ¿En qué otras soluciones pensaron? ● ¿Encontraron obstáculos? ● ¿Cuáles fueron? 	<p>Hojas bond</p> <p>Lápices</p>	10 min	Facilitador se encargará de distribuir las hojas y recogerlas.

<p>ENTRENAMIENTO</p>	<p>A continuación, se entrenará a los adolescentes en cuanto a estrategias para la resolución de conflictos, específicamente en comunicación efectiva y compromiso por lo que se iniciará explicando brevemente que, la comunicación efectiva es una habilidad crucial para la resolución de conflictos, ya que permite a las personas expresar sus necesidades, sentimientos y puntos de vista de una manera clara y respetuosa; y en relación al compromiso, es importante destacar que implica una actitud abierta y flexible hacia la solución del problema.</p> <p>De modo que se pondrá en práctica cada estrategia de la siguiente forma:</p> <p>1. Comunicación efectiva: Se divide a los adolescentes en parejas y se pide que discutan un problema que hayan tenido recientemente. Para esta actividad, cada integrante debe turnarse para hablar y escuchar activamente al otro sin interrumpir, juzgar o criticar. Después de la discusión, se pide a cada pareja que reflexione sobre lo que aprendió sobre la importancia de la comunicación efectiva en la resolución de conflictos. En este ejercicio, también se les puede dar la consigna de que discutan sobre un tema determinado a fin de que cada uno de ellos conozca su opinión al respecto.</p> <p>2. Compromiso: Se divide a los participantes en equipos de 4 o 5 integrantes y se les da una tarjeta al azar que contiene un tema controvertido que deben discutir y llegar en conjunto a un acuerdo en el que todos los miembros del grupo estén dispuestos a comprometerse. Después de la</p>	<p>Tarjetas con temas propuestos, estos pueden ser:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Uso de redes sociales en adolescentes, ¿son beneficiosas o perjudiciales? - Educación sexual en colegios - Privacidad en la era de la tecnología - Derecho de los animales - Cambio climático - Inmigración - Guerra entre potencias del mundo 	<p>25 min</p>	
----------------------	---	--	---------------	--

discusión, se pide a cada grupo que comparta su solución y explique cómo llegaron a un compromiso.

- Explotación de recursos naturales
- Pena de muerte
- Uso de energía nuclear, etc.

<p><i>CIERRE Y REFLEXIÓN</i></p>	<p>Se concluye la sesión preguntando a los participantes si han aprendido algo nuevo y si se sienten más seguros para resolver conflictos interpersonales con estas estrategias nuevas.</p>		<p>5 min</p>	<p>Facilitador procede a realizar el respectivo cierre, el cual tendrá contenido de integración y reflexión de las actividades llevadas a cabo.</p>
--------------------------------------	---	--	--------------	---

SESIÓN 13

OBJETIVOS ESPECÍFICOS: Identificación y desarrollo de estrategias efectivas como la cooperación, la negociación y el pensamiento crítico para la resolución de conflictos interpersonales dentro y fuera del colegio

ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	RECURSOS	TIEMPO	RESPONSABLES
<p>PRESENTACIÓN DE OBJETIVOS</p>	<p>El facilitador comienza explicando el objetivo de la sesión y por qué es importante para los adolescentes mejorar su capacidad empática.</p>		<p>5 min</p>	<p>Facilitador dirige esta primera parte de la sesión</p>

<p>DINÁMICA INTRODUCTORIA “PROACTIVIDAD”</p>	<p>Con el objetivo de que los participantes recuerden y practiquen las estrategias explicadas en la sesión anterior, se presenta la dinámica donde se divide a los participantes en equipos de 4 o 5 integrantes, a cada equipo se les da una tarjeta al azar con una situación en concreto y a partir de ello, cada equipo debe debatir cuáles de las frases expuestas en la pizarra se adaptan más a la resolución de conflicto del equipo; estas frases son:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Esto merece ser analizado para que no vuelva a ocurrir ● Esto merece un castigo ● Vemos el conflicto como un problema ● Vemos el conflicto como una oportunidad ● Vamos a resolver el origen ● Vamos a resolver las consecuencias 	<p>-</p>	<p>10 min</p>	<p>Facilitador se encargará de distribuir las hojas y recogerlas.</p>
--	--	----------	---------------	---

ENTRENAMIENTO	<p>A continuación, se entrenará a los adolescentes en cuanto a estrategias para la resolución de conflictos, específicamente cooperación, negociación y pensamiento crítico por lo que se iniciará explicando brevemente que, la cooperación es una actitud de colaboración y trabajo en equipo que implica estar dispuesto a escuchar y entender las necesidades y perspectivas de los demás y a buscar soluciones conjuntas a los problemas; la negociación es un proceso mediante el cual las partes involucradas en un conflicto intentan llegar a un acuerdo mutuo que satisfaga sus necesidades; y el pensamiento crítico es una habilidad que implica analizar y evaluar la información de manera objetiva y racional, identificando supuestos, prejuicios y errores lógicos.</p> <p>De modo que se pondrá en práctica cada estrategia dividiendo a todo el grupo en tres secciones donde cada uno de ellos deberá analizar el caso y emplear un método de solución. Para ello:</p> <p>Situación: Dos estudiantes, Juan y María, han estado discutiendo durante varios días porque ambos quieren usar la misma mesa del comedor escolar durante el almuerzo. La discusión ha escalado y ahora están teniendo una pelea verbal en frente de sus compañeros de clase.</p>	Distribuir el caso de discusión a cada grupo	25 min	
---------------	---	--	--------	--

	<p>En el desarrollo de la actividad, se le pide a los estudiantes que de cada grupo que discutan la situación identificando los problemas principales, las necesidades y los intereses de ambas partes.</p> <p>Una vez que los estudiantes hayan discutido la situación, se les pide que formulen una solución basada en alguna de las tres estrategias, de modo que cada grupo se centrará en la formulación de una solución desde una sola estrategia. Cada grupo debe discutir la mejor forma de solución.</p> <p>Una vez que los grupos hayan tenido tiempo suficiente para practicar se organiza una discusión en grupo para compartir las estrategias que han utilizado. En este sentido, un representante de cada grupo dará a conocer la estrategia que fue ideada entre todos.</p> <p>Finalmente, una vez que ya expusieron todas las estrategias se les pide que vuelvan a sus grupos y, con lo aprendido de los otros grupos, puedan idear otra estrategia donde se integre el uso de la cooperación, negociación y pensamiento crítico.</p>			
<p><i>CIERRE Y REFLEXIÓN</i></p>	<p>Se concluye la sesión preguntando a los participantes si han aprendido algo nuevo y si se sienten más seguros para resolver conflictos con base en las estrategias ideadas:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ¿De qué manera les puede ayudar estas estrategias? ● ¿Podrían aplicarlo en su día a día?¿Cómo? 		<p>10 min</p>	<p>Facilitador procede a realizar el respectivo cierre, el cual tendrá contenido de integración y reflexión de las</p>

	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué es lo se llevan de la sesión?¿Qué aprendieron? 			actividades llevadas a cabo.
--	---	--	--	------------------------------

SESIÓN 14

OBJETIVOS ESPECÍFICOS: Mejorar la toma de decisiones basada en el respeto propio y el cuidado mutuo.

ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	RECURSOS	TIEMPO	RESPONSABLES
PRESENTACIÓN DE OBJETIVOS	El facilitador comienza explicando el objetivo de la sesión y por qué es importante para los adolescentes mejorar su capacidad empática.		5 min	Facilitador dirige esta primera parte de la sesión

<p>DEBATE</p>	<p>A continuación, se presentará a toda la clase un caso donde se evidencian dos posturas disímiles. A partir de ello, se forman dos grupos.</p> <p>Situación: Un grupo de estudiantes quiere organizar un evento para recaudar fondos con el fin de llevar a cabo una excursión a un lugar lejano. Sin embargo, algunos estudiantes piensan que viajar no es una gran opción y quieren que se haga un compartir/fiesta donde participen todos los amigos.</p> <p>Desarrollo:</p> <p>Cada grupo debe investigar y recopilar información sobre su postura y preparar argumentos y ejemplos para respaldar su posición. Posteriormente, se organiza un debate en el que cada grupo exponga sus argumentos.</p> <p>Después del debate, pide a los estudiantes que reflexionen sobre lo que han aprendido y que consideren la importancia de respetar las opiniones y necesidades de los demás.</p> <p>En este sentido, se les pide que se trabaje de manera grupal en la búsqueda de una solución que satisfaga las necesidades de ambos grupos, como por ejemplo, recaudar fondos para ambas causas.</p>	<p>Hojas de colores</p>	<p>20 min</p>	<p>Facilitador se encargará de dividir los grupos y facilitar el diálogo interno grupal</p>
---------------	--	-------------------------	---------------	---

<p>Identificación de pensamiento</p>	<p>Luego del debate y la proposición de soluciones, se vuelve a dividir al grupo en dos donde cada grupo deberá tener un moderador para guiar este proceso. El facilitador de la dinámica debe instar preguntas como:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ¿Qué pensaron cuando escucharon los argumentos del otro grupo? ● ¿Creen que posturas distintas pueden coexistir?¿Por qué? ● ¿Qué significa el respeto por los demás?¿Qué dice esto de nosotros mismos? <p>El moderador deberá fomentar el reconocimiento de pensamientos automáticos y estructurales, con el fin de llevar a cabo una reflexión sobre el respeto propio y mutuo.</p>		<p>10 min</p>	<p>Facilitador se encargará de guiar esta actividad</p>
<p><i>CIERRE Y REFLEXIÓN</i></p>	<p>Para el cierre de la sesión se plantea preguntas que llamen a la reflexión de los participantes, tales como:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ¿Qué aprendieron de esta sesión? ● ¿Qué es lo que más les gustó?¿Por qué? 		<p>10 min</p>	<p>Facilitador procede a realizar el respectivo cierre, el cual tendrá contenido de integración y reflexión de las actividades llevadas a cabo.</p>



Tablero de mandos de ejercicios

> Nivel de similitud del Informe de Investigación ?

Título del trabajo

Cargado

Nota

Similitud

turnitin ok.docx

19 Jul 2023 08:29 -11

--

 19%





UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, GARCIA GARCIA EDDY EUGENIO, docente de la FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD de la escuela profesional de PSICOLOGÍA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA ATE, asesor de Tesis titulada: "PROPUESTA DEL PROGRAMA SUMAK KAWSAY PARA REDUCIR EL NIVEL DE AGRESIVIDAD EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCION EDUCATIVA ATE, 2023.", cuyos autores son FLORES PILLAR DAYSE VANESA, CURACA PEREZ EDUARDO LUCAS, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 18.00%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la Tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

En tal sentido, asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

LIMA, 26 de Julio del 2023

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
GARCIA GARCIA EDDY EUGENIO DNI: 07840149 ORCID: 0000-0003-3267-6980	Firmado electrónicamente por: EGARCIAGA el 03- 08-2023 11:19:17

Código documento Trilce: TRI - 0621453