



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

**“Programa de habilidades blandas para reducir la agresividad premeditada e impulsiva en adolescentes de una institución educativa de Morrope, 2020”**

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

Licenciada en Psicología

**AUTORA:**

Ramirez Castro, Gabriela Stefhany (ORCID: 0000-0001-8133-7278)

**ASESORAS:**

Mgtr. Gozzer Minchola, Marissa Jessica (ORCID: 0000-0002-4710-1429)

Mgtr. Idrogo Cabrera, Mary Cleofé (ORCID: 0000-0002-3671-975X)

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Violencia

CHICLAYO – PERÚ

2020

## **Dedicatoria**

Dedico este trabajo a aquellas personas que estuvieron apoyándome en cada momento de mi carrera, esas personas son mis padres, que con la ayuda e iluminación de Dios, me han brindado sus consejos, permitiéndome culminar este trabajo de investigación, así mismo, a mi familia y amigos.

## **Agradecimiento**

Doy a conocer mis sinceros agradecimientos primeramente a mis padres quienes me han brindado todo su soporte. También a mis asesores del curso, que con sus conocimientos nos han sabido guiar en el transcurso del presente trabajo y de esta manera culminar el mismo.

## Índice de contenidos

Carátula.....	i
Dedicatoria .....	ii
Agradecimiento .....	iii
Índice de contenidos .....	iv
Índice de tablas .....	iv
Índice de gráficos y figuras.....	vi
Resumen.....	viii
Abstract.....	viii
I. INTRODUCCIÓN.....	1
II. MARCO TEÓRICO .....	3
III. METODOLOGÍA.....	16
3.1. Tipo y diseño de investigación .....	16
3.2. Variables y operacionalización.....	17
3.3. Población .....	22
3.4. Técnicas de recolección de datos .....	22
3.5. Procedimiento .....	22
3.6. Método de análisis de datos.....	23
3.7. Aspectos éticos .....	23
IV. RESULTADOS .....	24
V. DISCUSIÓN.....	48
VI. CONCLUSIONES.....	52
VII. RECOMENDACIONES .....	53
VIII. PROPUESTA .....	53
REFERENCIAS .....	80
ANEXOS	

## Índice de tablas

<b>Tabla 1</b> Sesiones, objetivo y duración de habilidades blandas.....	19
<b>Tabla 2</b> Operacionalización de la variable agresividad premeditada e impulsiva...21	
<b>Tabla 3</b> Análisis de las investigaciones previas respecto al efecto de un programa de habilidades blandas sobre la agresividad premeditada e impulsiva. ....	43
<b>Tabla 4</b> Hablar de sí mismo .....	54
<b>Tabla 5</b> Mi forma de comunicarme.....	55
<b>Tabla 6</b> “Aprendiendo a trabajar en equipo” y “somos un equipo” .....	60
<b>Tabla 7</b> Ponerse en el lugar del otro .....	62
<b>Tabla 8</b> Hablemos de liderazgo y tipos de liderazgo y características.....	67
<b>Tabla 9</b> Autocontrol de impulsos.....	69
<b>Tabla 10</b> Aprendiendo a tomar decisiones.....	71
<b>Tabla 11</b> La negociación .....	74
<b>Tabla 12</b> No lo dejes para mañana .....	75
<b>Tabla 13</b> Pronóstico de resultados.....	76
<b>Tabla 14</b> Entrevista conmigo mismo dentro de diez años.....	78

## Índice de gráficos y figuras

<b>Figura 1</b> Nivel de agresividad premeditada (internacional).....	25
<b>Figura 2</b> Nivel de agresividad premeditada (nacional) .....	28
<b>Figura 3</b> Nivel de agresividad premeditada (local).....	31
<b>Figura 4</b> Nivel de agresividad impulsiva (internacional) .....	34
<b>Figura 5</b> Nivel de agresividad impulsiva (nacional) .....	37
<b>Figura 6</b> Nivel de agresividad impulsiva (local) .....	40

## Resumen

La investigación tuvo como objetivo principal elaborar la propuesta de un programa de habilidades blandas para reducir la agresividad premeditada e impulsiva en adolescentes de una Institución Educativa de Morrope 2020. Metodológicamente la investigación pertenece a un enfoque cuantitativo de diseño no experimental descriptivo propositivo, la población estuvo conformada por un total de 80 adolescentes de 1er y 2do grado de nivel secundario, las técnicas utilizadas fueron la observación y análisis documental.

Para contrastar los resultados se realizó un rastreo bibliográfico de investigaciones previas no mayor a cinco años de antigüedad, de los cuales se seleccionaron algunos estudios que tuvieron un propósito similar al de la presente investigación. En los estudios descriptivos se contrastó resultados sobre el nivel de agresividad premeditada e impulsiva en adolescentes, los cuales permitieron concluir que la variable se sitúa en un nivel alto en la institución estudiada. Por otro lado, los estudios que tuvieron como finalidad demostrar el efecto de un programa de habilidades blandas sobre la agresividad premeditada e impulsiva en adolescentes, evidenciaron resultados favorables, además, la mayoría de los estudios mostraron un valor estadístico t mínimo de -14,20 y con un nivel de significancia de 0,000. Como conclusión final se hace referencia que la aplicación de habilidades blandas si permiten reducir el nivel de agresividad premeditada e impulsiva en estudiantes adolescentes.

**Palabras claves:** agresividad premeditada e impulsiva, habilidades blandas, programa.

## **Abstract**

The main objective of the research was to elaborate the proposal of a soft skills program to reduce premeditated and impulsive aggressiveness in adolescents of an Educational Institution of Morrope 2020. Methodologically the research belongs to a quantitative approach of non-experimental descriptive purposeful design, the population was made up of a total of 80 adolescents from 1st and 2nd grade of secondary level, the techniques used were observation and documentary analysis.

To contrast the results, a bibliographic search of previous research no more than five years old was carried out, from which some studies that had a similar purpose to that of the present research were selected. In descriptive studies, results were contrasted on the level of premeditated and impulsive aggressiveness in adolescents, which allowed to conclude that the variable is at a high level in the institution studied. On the other hand, the studies that aimed to demonstrate the effect of a soft skills program on premeditated and impulsive aggressiveness in adolescents showed favorable results, in addition, most of the studies showed a minimum t-statistic value of -14,20 and with a significance level of 0.000. As a final conclusion, it is mentioned that the application of soft skills does allow reducing the level of premeditated and impulsive aggressiveness in adolescent students.

**Keywords:** premeditated and impulsive aggressiveness, soft skills, program.



## **I. INTRODUCCIÓN**

Diversos estudios han demostrado que la agresión sigue en aumento a nivel mundial, convirtiéndose los niños en protagonistas agresivos. Varios investigadores consideraron la adolescencia como un período del ciclo de vida en el que los adolescentes, al manifestar un comportamiento agresivo, pueden poner en riesgo su salud física y mental. De igual forma, Casas (2017) señaló que la adolescencia es una etapa sumamente compleja y en constante cambio, por lo que debe enfocarse en desarrollar habilidades, capacidades y aptitudes para desarrollar una adolescencia feliz.

El Instituto Juvenil Quintanarroense (2016) señaló que esta problemática se observa a nivel internacional. Según los informes estadísticos, el 76% de los jóvenes mexicanos han experimentado diversas formas de agresión, como robo y asalto, que son las principales agresiones que afectan directamente la salud física. Esta violencia se manifestó principalmente en el 47% de las vías públicas, pero en el entorno escolar, también se ha demostrado que esta violencia alcanza el 38%, resultados preocupantes y convirtiéndose en una necesidad de desarrollar acciones direccionadas a la reducción de la violencia. Según Romaní, Gutiérrez y Lama (2016), el número de agresiones en otros países latinoamericanos es tan alto que informaron que Chile ha alcanzado del 35% al 55% de los ataques, mientras que en Colombia, el 44% de los escolares reconocen haber golpeado a sus compañeros de clase de diferentes maneras. Así mismo, en Uruguay, un estudio informó que entre los escolares, el comportamiento agresivo fue tan alto que llegó a ser representado por un 45%.

Según la encuesta nacional de relaciones sociales realizada por INEI (2017) por cada 100 estudiantes, el 74% experimentó agresión en sus centros educativos, además, se agregó que los adolescentes que sufrieron esta agresión tenían entre 12 y 17 años. Por otro lado, afirmó que la agresión psicológica es un ataque de alto nivel, que representa el 51%, seguido de la agresión física, que representa el 29%, y finalmente la agresión del verbal que representa un nivel bajo del 20%. Así mismo, las agresiones se vivenciaron en el exterior, patio y salón de la institución,

representado estadísticamente de la siguiente manera: exterior de la institución 18%, patio de la institución 30% y el 52% dentro del salón de clase.

En el contexto local, una de las Instituciones Educativas de Morrope no se encontró ajena a esta realidad, ya que una de la principales problemáticas que se evidenció dentro de dicha institución es el comportamiento agresivo del alumnado, el cual se presenta ya sea de modo verbal o física, y aunque las autoridades del colegio intervengan tan solo logran controlarlo temporalmente, estas situaciones suelen darse tanto en las aulas de clase, en el patio e incluso en los servicios higiénicos según refieren los docentes, en su mayoría se presentan ante la ausencia del docente, y aunque en menor frecuencia, también suele presentarse en presencia de ellos. Por lo tanto, se planteó proponer un programa de habilidades blandas para reducir la agresividad premeditada e impulsiva en adolescentes de una Institución Educativa Pública de Morrope, 2020, ya que de esta forma se brinda más información en relación a esta problemática, su prevención e intervención.

Por todo lo mencionado, se planteó como interrogante ¿Cuál es la propuesta de un programa de habilidades blandas, que permita disminuir la agresividad premeditada e impulsiva en adolescentes de una Institución Educativa de Morrope 2020?

De acuerdo a las dificultades observadas en una institución de Morrope, la investigación obtuvo un gran valor de utilidad, debido a que la propuesta del programa nos permitió direccionar su objetivo a reducir los comportamientos agresivos del alumnado, el cual se presentaba ya sea de modo verbal o física. Así mismo, dicha propuesta que se elaboró en esta investigación, sirvió para que diferentes estudiantes de psicología interesados en el tema, logren ponerlo en marcha en instituciones con la misma problemática y con población similar, permitiendo mejorar la empatía entre los alumnos, la socialización y solucionando la problemática que actualmente viene atravesando.

Para llegar a dar solución a la problemática, se planteó como objetivo general: Elaborar la propuesta de un programa de habilidades blandas para reducir la agresividad premeditada e impulsiva en adolescentes de una Institución Educativa de Morrope 2020, para cumplir el mencionado objetivo se propuso los siguientes

objetivos específicos: Identificar el nivel de la dimensión agresividad premeditada en adolescentes de una Institución Educativa de Morrope 2020, Identificar el nivel de la dimensión agresividad impulsiva en adolescentes de una Institución Educativa de Morrope 2020, y Realizar el análisis de las investigaciones previas respecto al efecto de un programa de habilidades blandas sobre la agresividad premeditada e impulsiva.

## **II. MARCO TEÓRICO**

Con respecto a los antecedentes internacionales, Noguera (2016) en su tesis tuvo como objetivo desarrollar habilidades blandas para reducir la agresividad. La investigación se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo y se utilizó el diseño pre experimental, dado que aplicó el cuestionario de agresividad a un grupo antes y a un grupo después, es decir un pre test y un post test, así mismo, la muestra estuvo conformada por un total de 25 alumnos, dichos resultados fueron contrastados mediante el estadístico para muestras emparejadas (antes-después), en la que se observó que el valor del estadístico t fue de -14,20 asociándose a un nivel crítico bilateral (sig. bilateral) de 0,000 menor al nivel de significación 0,05, además, en la evaluación pre test se demostró un nivel alto de agresividad 69%, nivel medio 23% y nivel bajo 8% con respecto al sexo masculino, así mismo se evidenció con respecto al sexo femenino un nivel medio de agresividad 55%, nivel bajo 35% y nivel alto 10%, posterior a ello se desarrolló las habilidades blandas logrando la reducción del nivel de agresividad en función al sexo masculino, dando como resultado un 80% en nivel bajo y un 20% en nivel medio; en función al sexo femenino el efecto fue positivo logrando alcanzar un 75% como nivel bajo, seguido por el 20% representando en un nivel medio y finalmente el 5% evidenció un nivel alto.

Granda (2018) en su tesis tuvo como objetivo aplicar estrategias de habilidades blandas para reducir la agresividad en estudiantes de una Institución. La metodología de la investigación fue cuantitativa, dado que la variable fue medida a través del cuestionario de agresividad y al mismo tiempo fue pre experimental, dado que el aporte científico fue aplicado en dicha institución, la población fue de 42 alumnos, así mismo, para contrastar los resultados utilizó el estadístico para

muestras relacionadas (antes-después), evidenciando el valor de  $t = -4,158$  y un nivel crítico bilateral (sig. bilateral) de 0,000, demostrándose que es altamente significativo después de la aplicación. El autor concluyó que, en los resultados del pre test se obtuvo un nivel medio de agresividad representado en un 60%, el 30% un nivel bajo y el 10% nivel alto respectivamente, en base a dichos resultados el autor aplicó las estrategias de habilidades blandas logrando obtener resultados favorables, dado que el nivel de agresividad logró situarse en un nivel bajo con 91% y nivel medio 9%. Por lo tanto, las estrategias de habilidades blandas, demostraron generar resultados positivos frente a esta problemática.

Gallegos (2017) desarrolló una investigación con la finalidad de demostrar el efecto que tiene las habilidades blandas sobre la agresividad premeditada. El estudio fue desarrollado bajo una metodología descriptiva, con un diseño pre experimental, la muestra estuvo conformada por 35 estudiantes, a los cuales se les aplicó un cuestionario para obtener la información requerida por el investigador. Para contrastar la hipótesis se utilizó el estadístico para muestras relacionadas (antes-después), encontrando un tamaño del efecto grande ( $t = -21.36$ ; sig. 0,000), así mismo, el estudio concluyó que, el nivel de agresividad premeditada demostró un nivel alto del 53%, nivel medio del 41% y nivel bajo del 6%, los resultados fueron alarmantes para el investigador, lo cual lo motivó a aplicar las habilidades sociales direccionadas a reducir el nivel de agresividad, los resultados obtenidos en el post test demostró un efecto positivo, dado que el nivel de agresividad premeditada logró situarse en un nivel bajo con 87% y un 13% en el nivel medio.

En Ecuador, Proaño (2019) desarrolló su investigación con la finalidad de conocer el grado de agresividad en estudiantes de una institución de Ambato. El estudio fue desarrollado bajo las pautas de una investigación descriptiva no experimental, además, utilizó como técnica la encuesta y como instrumento el cuestionario de agresividad premeditada e impulsiva CAPI-A, el cual fue aplicado a una muestra de 200 estudiantes. Según los resultados evidenciados por el autor, se demostró que la agresividad premeditada de los estudiantes se sitúa en un nivel medio con un resultado de 81% y nivel bajo que corresponde a un porcentaje de 19%, así mismo, la agresividad impulsiva demostró un nivel alto de 65% y nivel bajo 35% respectivamente.

De forma similar, Velastegui (2018) en Ecuador, precisó su investigación con el propósito de conocer el nivel de agresividad en adolescentes. La metodología de la investigación se basó en un enfoque cuantitativo descriptivo no experimental, la población estuvo conformada por un total de 40 estudiantes, a los cuales se les aplicó el cuestionario de agresividad CAPI-A. Los resultados principales evidenciaron que los estudiantes en función a la agresividad premeditada demostraron un nivel medio de 47%, nivel bajo 38% y nivel alto 15% y respecto a la agresividad impulsiva, el 43% demostró situarse en un nivel bajo, el 33% nivel medio y nivel alto alcanzó un porcentaje del 24%.

En Guatemala, Gíataz (2018), en su estudio tuvo como principal objetivo determinar el nivel de agresividad en estudiantes adolescentes. La investigación fue de carácter descriptivo, además, por su profundidad fue no experimental y para la recolección de datos tomó una muestra a 66 estudiantes, a los mismos que les aplicó el cuestionario de CAPI-A. El autor en la contrastación de sus resultados evidenció que la agresividad premeditada logró situarse en un nivel alto 53%, seguido a ello el nivel medio 37% y finalmente nivel bajo 10%, la agresividad impulsiva demostró un nivel medio 51%, bajo 33% y nivel alto 16%.

Ríos y Barbosa (2017) desarrollaron su investigación en Bogotá con la finalidad de determinar la agresividad en estudiantes adolescentes. El estudio fue desarrollado siguiendo el enfoque cuantitativo, además, pertenece al nivel descriptivo no experimental, así mismo, para la recolección de información le fue necesario hacer uso de la encuesta y el cuestionario de CAPI-A, el cual estuvo dirigido a una población de 51 estudiantes. Según los resultados demostrados por los autores, se evidenció que la agresividad premeditada se sitúa en un nivel medio con 48%, seguido a ello el nivel alto con 40% y nivel bajo 12%, además, demostraron que la agresividad impulsiva mostro un nivel alto con 49%, nivel medio 38% y 13% corresponde al nivel bajo.

Morales, Alfredo y Hernández (2018) en Colombia desarrollaron su investigación con el propósito de conocer los tipos y niveles de agresividad en adolescentes. El estudio fue descriptivo, además, por el hecho de solo analizar sin manipulación de datos corresponde al diseño no experimental, la muestra estuvo representada por

58 adolescentes, los cuáles fueron sometidos a la aplicación del Test CAPI-A. Como resultados principales evidenciaron que la agresividad premeditada se inclina a un nivel medio con 61%, bajo 37% y alto 2%, sin embargo, la agresividad impulsiva demostró un 55% situado en un nivel alto, seguido del 35% nivel medio y 10% bajo.

En el contexto nacional se tomó como referencia a Villanueva (2016), quién en su investigación tuvo como objetivo aplicar estrategias de habilidades blandas para la resolución de los conflictos en estudiantes de instituciones educativas. El desarrollo de la investigación se enmarcó en una metodología cuantitativa, con diseño pre experimental, dado que hubo un grupo antes y un grupo después de la evaluación, como muestra se consideró 20 estudiantes, los mismos que facilitaron la información requerida por la investigadora, para contrastar dichos resultados se utilizó el estadístico para muestras relacionadas (antes-después), percibiendo una  $t$  de -6,210 y un nivel de significancia de 0,000 menor al nivel de significación 0,05. Los resultados del estudio evidenciaron que, los conflictos entre estudiantes de las diferentes instituciones estudiadas, mostraron tener un nivel alto con un porcentaje del 67%, nivel medio 30% y nivel alto 3%. Llegando a la conclusión que tras realizar una evaluación final el nivel de conflictos, se ubicó en un nivel bajo con 82% y un nivel medio con 18%.

Aguirre y Locayo (2019) tuvo como objetivo identificar el nivel de agresividad premeditada e impulsiva en adolescentes, bajo la objetividad de la investigación se desarrolló una metodología descriptiva, además fue no experimental y como muestra consideró a un total de 511 estudiantes, a los cuáles se les aplicó el cuestionario CAPI-A. los resultados de los autores demostraron que la agresividad premeditada posee un nivel medio del 41%, nivel alto 40% y nivel bajo 19% y la agresividad impulsiva demostró alcanzar un nivel alto del 50%, seguido a ello el nivel medio del 33% y el nivel bajo representó un porcentaje del 17%.

De manera similar, Raffo (2018) desarrolló su tesis con la finalidad de determinar el nivel de agresividad premeditada e impulsiva en alumnos del nivel secundario, la metodología fue descriptiva, además, utilizó el diseño no experimental, dado que no aplicó ningún tratamiento y como muestra representativa consideró a un total de

45 estudiantes pertenecientes a la institución estudiada, los cuáles fueron seleccionados para responder el cuestionario de (CAPI-A). Los resultados contrastados por el autor evidenciaron que la agresividad premeditada se sitúa en un nivel medio con el 57%, seguido a ello se encuentra el 31% que se sitúa en la categoría baja y el 12% en el nivel alto; respecto a la dimensión agresividad impulsiva los resultados evidenciaron que esta alcanzó un nivel medio del 48%, alto 27% y bajo 25%.

Requejo (2018) desarrolló su tesis con el propósito de conocer el nivel de agresividad premeditada e impulsiva en adolescentes de una Institución Educativa Pública del distrito de San Martín de Porres. La investigación corresponde a un estudio descriptivo no experimental, la recolección de datos lo realizó utilizando el cuestionario, el mismo que fue aplicado a una población de 333 estudiantes. Los resultados respecto a la agresividad premeditada demostraron un nivel alto de 80.8 %, seguido de un nivel bajo 19.2 % y respecto a la agresividad impulsiva los resultados mostraron también un nivel alto de 70.4 % y nivel bajo 29.6 %.

Así mismo, Ubillús (2018) en su tesis se planteó como principal objetivo determinar el nivel de agresividad premeditada e impulsiva en estudiantes de secundaria de una institución educativa. Según la naturaleza de la investigación utilizó el nivel descriptivo para describir las peculiaridades de la variable, además, fue no experimental, el cuestionario que utilizó fue el de Agresividad Premeditada e Impulsiva, el cual le sirvió para recolectar la información de una muestra de 34 estudiantes. Los resultados demostraron que la agresividad premeditada logró evidenciar un nivel alto del 34.3%, seguido por el nivel bajo de 33.3% y nivel medio de 32.4% y respecto a la dimensión agresividad impulsiva los resultados evidenciaron que se sitúa en un nivel alto con el 39.2%, bajo con el 31.2% y medio con el 29.6%.

Del mismo modo, Flores (2016) en su tesis estableció conocer el nivel de agresividad premeditada e impulsiva en estudiantes adolescentes. Según el enfoque del estudio se basó en una investigación cuantitativa no experimental descriptiva, la muestra estuvo representada por 591 estudiantes, los cuáles respondieron una serie de ítems establecidos en el cuestionario (CAPI-A). Según

los resultados evidenciados por el autor, respecto a las dimensiones los resultados fueron los siguientes: agresividad premeditada evidenció un nivel alto de 72.1%, seguido por un nivel bajo de 14.2% y el nivel medio fue representado por el 13.7%; la dimensión de agresividad impulsiva alcanzó un nivel alto de 73.3%, seguido por el nivel bajo de 25% y finalmente el 1.7% corresponde al nivel medio respectivamente.

Por otro lado, Gómez (2018) en su estudio tuvo como finalidad aplicar un programa de habilidades blandas y determinar el efecto que tiene sobre la agresividad premeditada e impulsiva en adolescentes mujeres. El tipo de investigación fue cuantitativa - pre experimental, así mismo la encuesta se utilizó como técnica y como instrumento la escala de medición de la agresividad premeditada e impulsiva, el mismo que se aplicó a una población de 25 alumnos, para contrastar los resultados se utilizó el estadístico para muestras emparejadas (antes-después). Donde se observa un valor de  $t = -15,23$  y con un nivel crítico bilateral de 0,000 menor al nivel de significancia establecido 0,05, lo que demostró que es altamente significativa después de la aplicación del programa. Los resultados evidenciaron que en la etapa pre test las adolescentes evidenciaron un nivel alto de agresividad 85% y nivel medio de 15%, posterior a ello se aplicó el programa de habilidades blandas demostrando un efecto positivo, logrando reducir el nivel de agresividad en un porcentaje considerable, situándose en un nivel bajo con 80%, nivel medio 15% y nivel alto 5%.

Así mismo, Rosales (2018) en su tesis tuvo como finalidad conocer el efecto del programa de habilidades blandas sobre la agresividad en adolescentes de una institución educativa pública. El tipo de investigación fue cuantitativa, pre experimental, dado que manipuló la variable independiente, así mismo como instrumento utilizó el cuestionario de agresividad, el mismo que se aplicó a una muestra de 36 estudiantes, los mismos que brindaron la información requerida para la aplicación de dicho programa, para contrastar la hipótesis se utilizó el estadístico para muestras relacionadas (antes-después), demostrando un efecto de  $t = -11.10$  y un nivel de significancia de 0.000, lo que indica un efecto considerable. La investigación concluyó que, durante los resultados de la pre prueba, los niños evidenciaron un nivel alto con 79% de agresividad, nivel medio con 12% y 9% nivel



bajo, tras aplicar el programa de habilidades blandas los resultados fueron favorables, dado que el nivel de agresividad se ubicó con un 86% en un nivel bajo y el 14% en un nivel medio, en efecto se pudo concluir que el programa de habilidades blandas genera resultados favorables sobre la agresividad.

Best (2018) en su trabajo de investigación tuvo como objetivo aplicar un programa de habilidades blandas para reducir la agresividad premeditada en estudiantes de una Institución Estatal. La investigación se basó en un estudio de tipo cuantitativo pre experimental, dado que se midió la variable dependiente y se manipuló la variable independiente, como instrumento se utilizó el cuestionario de agresividad premeditada e impulsiva, el mismo que se aplicó a 32 estudiantes. Así mismo, la contrastación de hipótesis se realizó con un estadístico para muestras emparejadas, demostrándose una  $t$  de -14.13 y un nivel de significancia de 0.000. La investigación llegó a la conclusión que la agresividad premeditada en los estudiantes se encontraba en un nivel alto, representado en un 68%, nivel medio 20% y nivel bajo 12%. Tras obtener dichos resultados, el autor aplicó el programa de habilidades blandas, el cual estuvo compuesto por diez sesiones, así mismo los resultados de la PosPrueba evidenció un efecto muy significativo logrando reducir el nivel de agresividad premeditada, dando como resultado, un nivel bajo con 89%, y 11% en un nivel medio, es decir, el programa fue efectivo dado que demostró resultados favorables frente a dicha problemática.

Ayala (2016) en su tesis tuvo como finalidad reducir la agresividad premeditada e impulsiva en estudiantes de ambos sexos de secundaria. El estudio fue de tipo cuantitativo pre experimental, como instrumento se utilizó el cuestionario de agresividad premeditada e impulsiva, el mismo que se aplicó a una población de 27 alumnos. Se utilizó el estadístico para muestras emparejadas, demostrando un valor de  $t$  -18 y con un nivel crítico bilateral de 0,000 menor al nivel de significación establecido 0,05. La investigación obtuvo como resultados que la agresividad en los alumnos de sexo masculino se situó en un nivel alto con un 67%, nivel medio 22% y nivel bajo 11%, así mismo respecto al sexo femenino los resultados fueron situados en un nivel medio con un 58%, nivel bajo con 35% y nivel alto con 7%. Tras la aplicación del programa de habilidades blandas, se alcanzó porcentajes considerables para la institución como también para los alumnos, siendo la

agresividad en estudiantes de sexo masculino nivel bajo con 78% y nivel medio con 22%, así mismo respecto al sexo femenino se evidencio un nivel bajo de 88% y nivel medio de 12%.

En el contexto local, se tomó como referencia a Chupillón (2018) en su investigación estableció conocer el nivel de agresividad premeditada – impulsiva en estudiantes de una institución educativa de Chiclayo, para ello, desarrolló un estudio bajo el enfoque cuantitativo, además, utilizo el diseño no experimental y la recolección de datos lo realizó a través del cuestionario (CAPI-A), el mismo que fue aplicado a un total de 250 estudiantes. Los hallazgos del autor evidenciaron que la agresividad premeditada alcanzó un nivel medio del 44%, seguido a ello el nivel bajo 34% y alto 22% y respecto a la dimensión agresividad impulsiva, el resultado demostró que esta se sitúa en el nivel medio 48%, bajo 28% y alto 24%.

Fernández (2019) en su investigación tuvo como principal objetivo conocer el nivel de agresividad en alumnos de una institución de la Victoria. La metodología se enmarcó en un estudio descriptivo, así mismo, utilizó el cuestionario de agresividad el mismo que estuvo dirigido a 36 estudiantes. Según los resultados evidenciados, la agresividad premeditada posee un nivel alto del 80%, nivel medio 14% y solo 6% nivel bajo y respecto a la agresividad impulsiva también se evidenció un nivel alto de 78%, medio 17% y 5% nivel bajo.

Mego (2019) en su estudio metodológico estableció determinar los niveles de agresividad en estudiantes de una institución de Ferreñafe. El estudio fue cuantitativo propositivo - no experimental, así mismo, como instrumento para la recolección de datos se consideró el cuestionario de agresividad, el mismo que fue aplicado a un total de 272 estudiantes, quienes representaron la muestra de la investigación. Según los resultados evidenciados, se demostró que la agresividad premeditada obtuvo un nivel alto del 57%, medio 22% y bajo 21% y respecto a la agresividad impulsiva los resultados evidenciaron que esta posee un nivel alto del 72%, medio 17% y bajo 11%.

Jibaja (2019) en su investigación tuvo como principal objetivo conocer el nivel de agresividad en adolescentes de una institución de Chiclayo. La investigación

pertenece a un enfoque cuantitativo descriptivo - no experimental, además, utilizó el cuestionario de agresividad para cumplir con la objetividad del estudio, el mismo que estuvo dirigido a un total de 94 adolescentes. Los principales resultados evidenciados por la autora, demostraron que la agresividad premeditada se sitúa en un nivel medio con el 35%, seguido del nivel bajo 34% y alto 31% y la agresividad impulsiva demostró un nivel alto del 38%, nivel bajo 37% y nivel medio 25%.

Tineo y Berna (2017) desarrollaron su investigación con el propósito de determinar los niveles de ansiedad y agresividad en adolescentes de una institución en Chiclayo. Metodológicamente el estudio fue descriptivo no experimental, así mismo la población estuvo constituida por un total de 189 estudiantes a los cuáles se les aplicó el cuestionario de agresividad. De acuerdo a los resultados contrastados por los autores, la agresividad premeditada se sitúa en un nivel medio con un porcentaje de 40%, nivel bajo 37% y nivel alto 23% y respecto a la agresividad impulsiva se demostró un nivel medio de 51%, bajo 25% y alto 24%.

En esta parte se explicó las bases teóricas de habilidades blandas, donde el autor Yturralde (2016) argumentó que las habilidades blandas están relacionadas con la naturaleza de la persona, permitiendo que interactúen adecuadamente en un entorno social, escuchando, comunicando, delegando, analizando, convirtiéndose en líderes, con destrezas para negociar y trabajar en equipo. Según el autor, las habilidades blandas son el resultado de una combinación de habilidades sociales, de comunicación y otras que permiten a las personas interactuar y comunicarse de manera efectiva y segura con los demás.

Según Carrasco (2015), las habilidades blandas son capacidades de comunicación, trabajo en equipo, compasión, iniciativa, adaptabilidad, autocrítica y flexibilidad para enfrentar el cambio. Son la base de los seres humanos, ya que le permiten vivir y comunicarse con sus semejantes, lo que sin duda ayuda a su desarrollo personal. Estas habilidades no son inherentes a los humanos, sino comportamientos adquiridos, es decir, se desarrollan desde la infancia. Primero, los padres enseñan a sus hijos a hacer frente a las diversas adversidades, y luego la escuela continúa la difícil tarea del desarrollo de las personas, pero es importante recalcar que la base es el hogar.

Del mismo modo, las llamadas habilidades blandas son lo opuesto a las habilidades duras. Estas últimas, pueden identificarse y relacionarse con todo el conocimiento académico acumulado durante el proceso formativo formal. Se refiere al conocimiento adquirido. Por otro lado, las habilidades blandas consisten en la comunicación, creatividad, relaciones interpersonales, honestidad, compromiso, trabajo en equipo y resolución de problemas (Mujica, 2015).

Por otro lado, según Yturralde (2016), contamos con diversas estrategias de habilidades blandas, como: *La comunicación y escucha activa*: La comunicación y la escucha activa es una estrategia sumamente útil, considerándose como una habilidad que puede adquirirse y desarrollarse a través de la práctica. Sin embargo, para su adecuado desarrollo necesita de mucha paciencia y también demanda de tiempo.

*Aprendiendo a trabajar en equipo*: Hoy en día el mercado en el ámbito laboral está desarrollando grandes cambios y los adolescentes deben prepararse para el futuro, para que puedan hacer frente a las diversas adversidades que les espera. En el mundo de los negocios no solamente se valoran las habilidades clásicas, sino también la creatividad que tienen las personas y sobre todo que tengan la capacidad de trabajar en equipo.

*Aprendiendo a tomar decisiones*: La adolescencia es una etapa compleja en la cual los adolescentes deben tomar muchas decisiones que va a repercutir su futuro. Muchas veces, no consideramos que son demasiado jóvenes para poder tomar una decisión, dado que están en una etapa evolutiva muy delicada en la que buscan encontrar una identidad, con el fin de saber lo que no les gusta o que es lo que les gusta, lo que hacen bien o lo que hacen mal etc.

*Hablemos sobre Liderazgo*: Para que una persona pueda motivar e influir en los demás es importante que tenga la habilidad de liderazgo. Por otro lado, es importante mencionar que esta habilidad es fundamental para que uno alcance el éxito personalmente, pero también es útil para alcanzar el éxito en el ámbito laboral, es por ello que es importante que los adolescentes tengan el conocimiento y

comprenda la importancia que tiene el liderazgo y esto será fundamental para que puedan tener un mejor desenvolvimiento en su futuro.

Así mismo, las habilidades blandas constan de dos dimensiones como: *Actitudinal*, Esta dimensión hace referencia a la iniciativa, compromiso, perseverancia y responsabilidad, las cuales son consideradas como las características o peculiaridades de las personas. Por otro lado, se tiene a la dimensión *social*; la mismas que está relacionada directamente con la enseñanza y destaca la capacidad de comunicación, liderazgo, adaptación al cambio y el trabajo en equipo, siendo estas las más importantes dentro de las habilidades blandas (Yturralde, 2016).

Se obtuvo una clasificación de habilidades blandas, según Goldstein (como se citó en Becerra, 2018), el cual mencionó que existen diferentes habilidades de las conductas acertadas del ser humano para desenvolverse adecuadamente en la escuela. *Primeras habilidades blandas*: Este es un conjunto de destrezas básicas que ayudan a las personas a interactuar con las personas en un entorno social, como poder escuchar, saber cómo presentar a otra persona, iniciar una conversación, , decir gracias, etc. *Habilidades blandas avanzadas*: Nos referimos al nivel avanzado de habilidades asociado con el entorno social, nos referimos a buscar ayuda, proporcionar instrucciones y poder seguir estas instrucciones, conocer la forma de disculparnos y, especialmente, mostrar a las personas. *Habilidades relacionadas con las emociones*: Se alude al nivel que las personas necesitan alcanzar para comprender sus sentimientos, cómo comprender a las personas que los rodean y proporcionarles una recompensa emocional y personal. *Habilidades alternativas a la agresión*: Se refiere a las emociones utilizadas para el autocontrol, y cómo proteger sus derechos. Mientras bromean, saben cómo controlarse para evitar tratar con otros y no pelear. *Habilidades para hacer frente al estrés*: refiere a la capacidad de expresar y argumentar, de saber cómo enfrentar la persuasión, de tener diálogos de confrontación y, especialmente, de enfrentar la habilidad. *Habilidades de planificación*: hace referencia a todos los que toman decisiones, saben cómo establecer metas y recopilan información para proporcionar la capacidad de resolver problemas y realizar tareas.

Centrándose en la *agresividad*, hay muchas formas de cómo poder expresarlo. Esto está relacionado con los estudios de evaluación y etiología, ya que diferentes estudios muestran consistentemente que ciertas causas y factores de riesgo predicen diferentes formas de expresar la agresión (Parrott y Giancola, 2017). Además, Bandura (como se citó en Papalia 2015) afirmó que la agresividad es una manifestación de irregularidades que afectan los derechos de las demás personas en el pensamiento, la emoción y la discusión. Andreu (2010) sostuvo que la agresividad se refiere a los procesos de agrupación a nivel emocional e intelectual y la determinación de dañar a otros; la cual puede ser física a través de golpes, verbal o relacional con palabras hirientes o también afectando el reconocimiento social.

Así mismo, se obtuvieron diversas teorías, como son: *Teoría del Aprendizaje Social* de Dodge (como se citó en Cruzado, 2018), esta es la primera teoría que señaló el impacto cognitivo en la agresión y que lo ve como una actitud adquirida a través del mismo proceso y cualquier otro comportamiento social. Así mismo, muchos autores continuaron investigando con la finalidad de determinar los factores o elementos que conllevan o estimulan la agresividad. Dodge mira más allá e intenta anunciar la forma en que una persona se pone y mantiene un comportamiento agresivo.

La *nueva teoría social-cognitiva* según Bandura (como se citó en Flores, 2016) afirmó que el comportamiento está determinado por factores conductuales, personales y ambientales, detallando en los siguientes mecanismos: Mecanismos que originan la agresión: Según el autor, hay dos formas de obtener respuestas agresivas: la experiencia directa y el aprendizaje por observación, como su propio nombre lo indica es aquel que se desarrolla a través del proceso de observación y aprendizaje, es decir que los niños fijan las respuestas o comportamientos agresivos de su entorno y a través del aprendizaje ellos retienen dichas respuestas o comportamientos dentro de su memoria. Mecanismos mantenedores de la agresión: En este punto, además del refuerzo directo, el mecanismo auto reforzante, también han surgido mecanismos cognitivos. Finalmente Bandura afirma que el mecanismo de corte cognitivo de los agentes neutralizantes para la agresión puede mantener un comportamiento agresivo porque pueden reducir la culpa causada por la ejecución del comportamiento agresivo.

Para profundizar la variable se ha considerado el *Modelo Integrador de la agresividad impulsiva y premeditada* de Andreu (como se citó en Flores, 2016), según el autor el factor contextual, conductual, afectivo y cognitivo de una persona son los factores principales que un investigador debe tratar dentro de la conceptualización y teorías de la agresividad, con la finalidad de brindar un mejor marco referencial respecto a dicho tema. Por otro lado, afirma que la agresividad es el punto de partida del proceso conductual y cognitivo. Este proceso ocurre antes de que ocurra el evento de amenaza percibido por el sujeto, en otras palabras, la agresión puede ocurrir entre la interacción de las personas y el entorno social.

Sus dimensiones se distribuyeron en *Agresividad Premeditada*. La agresividad premeditada fue considerada por el autor, como el principal medio para que una persona logre diferentes objetivos o propósitos hiriendo a la víctima. Así mismo, se mencionó que el individuo no solamente tiene el propósito de lograr sus objetivos y hacer daño a la otra persona, sino defenderse a sí mismo en el campo social, este tipo de agresión se manifiesta con más facilidad en las ocasiones de capacidad de respuesta. Su objetivo no es dañar exactamente a la otra persona, sino que busca ser el mejor y sobre todo que este sea elogiado y reconocido por las personas de su entorno. Es importante conocer, que este tipo de agresividad para que sea efectivo siempre existe una planificación de por medio de lo contrario no se obtendrá el resultado esperado, así mismo en muchas ocasiones este tipo de agresividad suele ser excusada y soportada por la sociedad (Andreu como se citó en Flores, 2016).

*Agresividad Impulsiva*. Este modelo de agresividad hace referencia al deseo de causar daño a otros debido a la ira, que es una reacción no planificada causada por la ira y por una provocación percibida. Debido a que su propósito principal es causar daño y se acompaña de emociones negativas, a veces se le llama agresión emocional u hostil. El lugar donde una persona explota debido a su actitud y emociones, y el deseo de causar daño a los demás (Andreu como se citó en Flores, 2016).

Por otro lado, según Serrano (2016) en la sociedad, la agresividad puede expresarse de la siguiente manera:

*Agresividad física:* Este tipo de agresividad es una respuesta motora, que incluye acciones físicas diseñadas para causar daño y dañar a otros o, en algunos casos, dañar su propiedad. Es por eso que el propósito establece el componente central del concepto, porque no implica que perjudique el daño causado por las acciones inesperadas de otras personas. *Agresividad psicológica:* El lenguaje es el medio principal de la agresividad psicológica. Gritar o insultar deliberadamente a otros es un ejemplo de agresión psicológica verbal. *Agresividad Directa:* se da ya se de manera violenta física por medio de patadas y empujones o verbal a través de insultos. *Agresividad Indirecta:* consiste cuando el sujeto desplaza su ira y/o enojo hacia los objetos y también lo expresa a través de gesticulaciones o expresiones faciales. *Agresividad Pasiva:* Se interpreta por una falta de atención en caso de una respuesta activa a la causa del daño. Del mismo modo, la agresión pasiva suele ser sencilla. *Agresividad Activa:* Significa un compromiso positivo del agresor de dañar a la víctima. Además, la mayoría de los comportamientos agresivos, ya sean directos o indirectos, son activos.

Por otro lado, se recalcó que muchos investigadores confunden agresión con agresividad, siendo dos términos completamente diferentes, así mismo, Andreu (como se citó en Flores, 2016) afirmó que la agresión es un comportamiento específico que puede ser en algunas situaciones una reacción. Sin embargo, la agresividad es la disposición a tomar la iniciativa en diferentes situaciones, como la ofensa, la provocación deliberada y los procesos psicológicos que conducen a la agresión verbal o física. La agresividad, por otro lado, hace referencia a los individuos que tienen una clara tendencia a insultar, acosar, amenazar o atacar a otros.

### **III. METODOLOGÍA**

#### **3.1. Tipo y diseño de investigación**

*Tipo de investigación: Cuantitativa.* Ñaupas, Mejía, Novoa, y Villagómez (2016) señalan que una investigación es cuantitativa, dado que se cuantificarán las variables a través de un cuestionario. La investigación es de tipo cuantitativa aplicada, puesto que la variable agresividad premeditada e impulsiva fue medida a

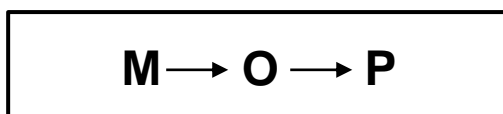


través de un cuestionario. Además, a través del cuestionario se obtuvo los resultados requeridos para cumplir con el objetivo de la investigación.

Diseño de investigación: descriptiva -propositiva.

**Descriptiva – propositiva:** Ñaupas et al., (2016) afirman que el objetivo de la investigación descriptiva – propositiva, es determinar las peculiaridades, propiedades o cualquier otro fenómeno que es sometido a un estudio. Por otro lado, la investigación propositiva permite crear alternativas de solución a un problema específico o a un problema que se haya estudiado.

En tal sentido, la metodología de la investigación permitió describir las peculiaridades de la variable agresividad premeditada e impulsiva en una institución educativa y en base a ello se desarrolló la propuesta direccionada a fortalecer las debilidades de dicha institución.



Donde:

**M:** Muestra

**O:** Observación

**P:** Propuesta

### **3.2. Variables y operacionalización**

#### **Definición conceptual**

#### **Programa de habilidades blandas (Variable independiente)**

Yturalde (2016) argumenta que las habilidades blandas están relacionadas con la naturaleza de la persona, así mismo permite que interactúan bien en un entorno social, escuchan, comunican, delegan, analizan, se convierten en líderes, negocian y llegan a un acuerdo, el comportamiento básico del trabajo en equipo, se

motivan e inspiran a otros rápidamente. En otras palabras, el programa de habilidades blandas es aquel que permite desarrollar las actividades direccionadas a cumplir un fin establecido, es decir, a través de ello se lograra que las personas interactúen correctamente y sobre todo comunicarse de manera segura y efectiva con las personas de su entorno, siempre siguiendo el lineamiento establecido para lograr los resultados esperados.

### **Agresividad premeditada e impulsiva (Variable dependiente)**

Andreu (como se citó en Flores, 2016), señala que la agresividad es la disposición a tomar la iniciativa en diferentes situaciones, como la ofensa, la provocación deliberada y los procesos psicológicos que conducen a la agresión verbal o física. La agresividad, por otro lado, se refiere a los individuos que tienen una clara tendencia a ofender, acosar, coaccionar o atacar a otros.

### **Definición operacional.**

Programa de habilidades blandas: El programa de habilidades blandas, tiene como objetivo reducir la agresividad premeditada e impulsiva en adolescentes de una institución educativa de Morrope, así mismo estará conformada por un total de 13 sesiones, las cuales tienen una duración de una hora cada una aproximadamente, con una frecuencia de 3 sesiones semanalmente.

**Tabla 1***Sesiones, objetivo y duración de habilidades blandas*

<b>N° DE SESIONES</b>	<b>TÍTULO</b>	<b>OBJETIVO</b>
1	"Hablar de sí mismo"	Identificar las características positivas y negativas de los estudiantes.
2	"Mi forma de comunicarme"	Fomentar la comunicación asertiva en los estudiantes.
3	"Aprendiendo a trabajar en equipo"	Fomentar el trabajo en equipo en las instituciones educativas con la finalidad de fortalecer los lazos entre estudiantes.
4	"Somos un equipo"	
5	" Ponerse en el lugar del otro"	Propiciar en los estudiantes la capacidad de empatía.
6	"Hablemos sobre Liderazgo"	Fortalecer y reconocer las capacidades de liderazgo de los y las estudiantes
7	"Tipos de Liderazgo y características"	
8	"Autocontrol de impulsos"	Fortalecer el autocontrol de los estudiantes, mediante la reflexión sobre sus conductas.
9	"Aprendiendo a tomar decisiones"	Promover la correcta toma de decisiones, con la finalidad de elegir bien lo que uno se propone.
10	"La negociación"	Fomentar la negociación en la solución de conflictos de los estudiantes.
11	"No lo dejes para mañana"	Identificar los aspectos en que los estudiantes necesitan mejorar para lograr una administración más efectiva de su tiempo
12	"Pronóstico de resultados"	Desarrollar la capacidad de predecir los resultados de sus acciones y las consecuencias que estas pueden traer.

---

13

“Entrevista conmigo mismo dentro de diez años”

Promover el establecimiento de metas y la elección de las mejores estrategias para su alcance.

---

Fuente: Elaboración propia

**Tabla 2***Operacionalización de la variable agresividad premeditada e impulsiva*

<b>VARIABLE</b>	<b>DIMENSIONES</b>	<b>INDICADORES</b>	<b>INSTRUMENTO</b>
<b>Agresividad premeditada e impulsiva</b>	Agresividad premeditada	1,3,5,7,9,11,13,15,17,19,21	Cuestionario de Agresividad Premeditada e Impulsiva (CAPIA-A)  Bajo: 0 - 25 Medio: 26 – 75 Alto: 76 – 99
	Agresividad impulsiva	2,4,6,8,10,12,14,16,18,20,22,23, 24	

Fuente: Elaboración propia

### **3.3. Población**

Según Borda (2015), una población es un grupo de personas o cosas con características comunes que necesitan información de ellos para resolver una investigación (p.169).

En tal sentido, para seleccionar la población se ha tomado como referencia a los niveles educativos de la Educación Básica Regular (EBR), seleccionando el VI ciclo de nivel secundaria, conformado por 80 adolescentes de 1<sup>er</sup> y 2<sup>do</sup> grado, de edades entre 12 – 14 años, y de sexo femenino y masculino, que pertenecen a una Institución Educativa de Morrope.

### **3.4. Técnicas de recolección de datos**

Técnica

**Análisis documental.** Tmayo y Silva (2015) refieren que esta técnica se utiliza para recopilar información a través del análisis de documentos, que sirven como fuentes para recopilar datos sobre variables de interés. Por lo tanto, se realizó el análisis de distintas investigaciones o estudios sobre el tema a tratar, que contengan una población similar a la evaluada.

### **3.5. Procedimientos**

Por razones de coyuntura (COVID-19) que ha ocurrido en el ámbito mundial, la investigación fue realizada, con un diseño descriptivo - propositivo. Por lo tanto, el procedimiento de datos se realizó a través de la búsqueda de trabajos previos relacionados a las variables de estudio y a la objetividad del mismo, luego se realizó el análisis de los resultados más destacados y sobre todo aquellos que ayudaron a responder a los objetivos de estudio y en base a ello se desarrolló el aporte práctico (propuesta), la cuál fue validada por jueces expertos en el tema.

### **3.6. Método de análisis de datos**

En la investigación, la información obtenida se procesó en el programa Microsoft Excel 2016, el cual permitió que los datos se distribuyan en tablas para una mejor comprensión.

En primer lugar, se va a obtener los resultados en función de agresividad premeditada y agresividad impulsiva, para luego pasar a conseguir el efecto del programa de habilidades blandas en dicha problemática, procesando de dicha manera las tablas según los resultados obtenidos mediante el análisis de diversas investigaciones.

### **3.7. Aspectos éticos**

Para el presente estudio se consideró los aspectos éticos en relación al Código de Ética del Psicólogo Peruano (2017) y del Código de Conducta American Psychological Association (APA).

Principio de Integridad: hace referencia a que los psicólogos no se involucran en fraudes, no engañan y se preocupan por promover la honestidad. Así mismo, en el Art. 65 dice: el psicólogo que recopile información de fuentes secundarias o de cualquier otro autor este debe incluir el nombre originario con el propósito de no apropiarse de las ideas ajenas. Por lo tanto, en la investigación toda información que ha sido recopilada se ha citado correctamente, siguiendo los lineamientos de la Universidad César Vallejo y las normas establecidas por American Psychological Association (APA).

En el Art. 26 dice: el psicólogo que publique información no debe incurrir en falsificación ni plagio. Por lo tanto, la publicación de la investigación presentará la carta de autenticidad declarando bajo juramento que toda la información o datos que contenga la investigación son auténticos y veraces para su publicación.

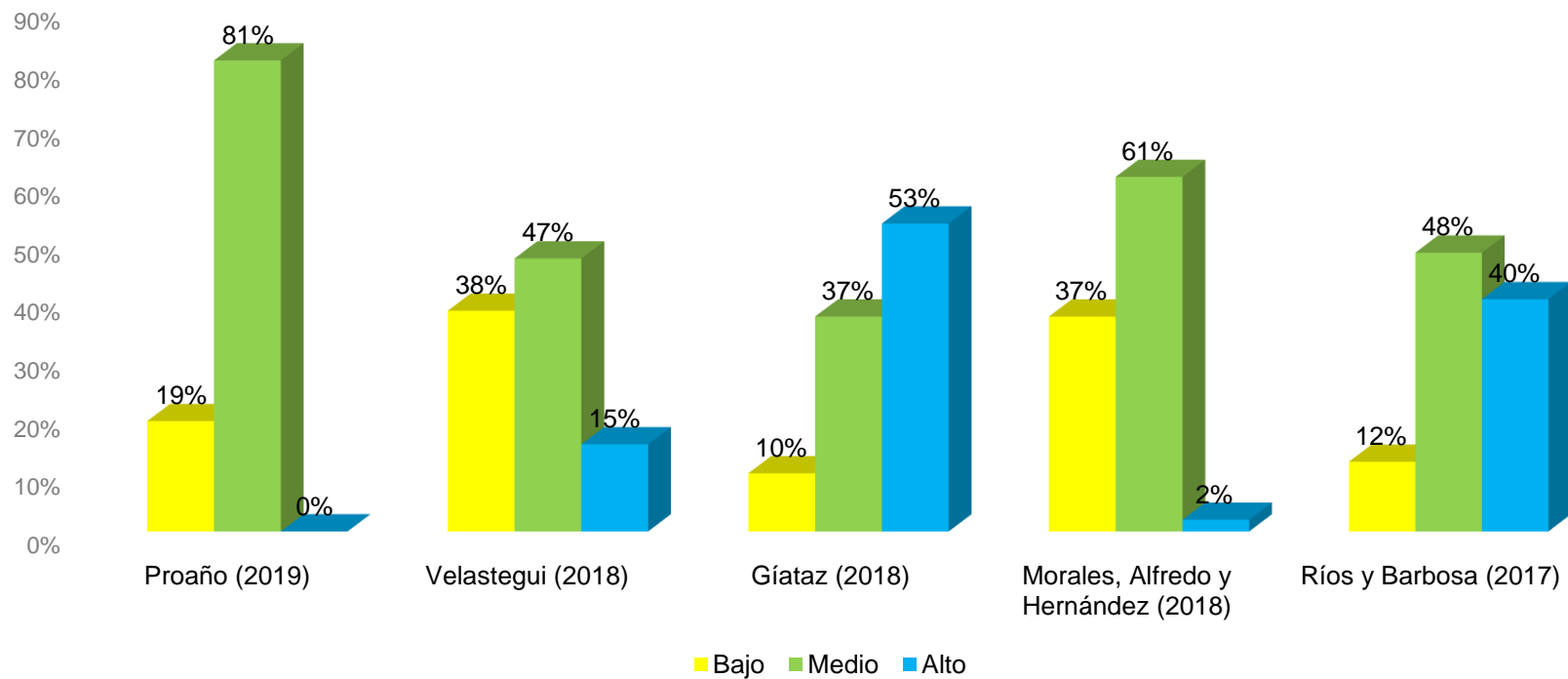
#### **IV. RESULTADOS**

De acuerdo a la naturaleza de la investigación, se utilizó el rastreo bibliográfico para poder analizar los resultados del estudio, es decir, se realizó la búsqueda de investigaciones descriptivas, así como también antecedentes con aporte teórico que tuvieron como principal objetivo reducir la agresividad en estudiantes a través de habilidades blandas. A continuación se demuestran los estudios, siguiendo un orden correlativo: autor (es) y año, participantes, características de intervención y los resultados que lograron alcanzar.

Por otro lado, en la investigación se consideró como objetivos específicos identificar el nivel de agresividad premeditada e impulsiva en adolescentes de una Institución Educativa de Morrope, por lo que se puede manifestar los posibles resultados esperados según los antecedentes estudiados, es así que se sustenta que existe un nivel medio - alto de agresividad en los estudiantes. Para ello, en la siguiente figura se evidencia los resultados de los antecedentes que tuvieron el mismo propósito:



### Nivel de agresividad premeditada (Internacional).



**Figura 1:** Nivel de agresividad premeditada (internacional)

*Fuente:* Elaboración propia

En la figura anterior podemos apreciar el nivel de agresividad premeditada en el contexto internacional. Según el resultado obtenido por el autor Proaño (2019), se evidenció que el 81% se encuentra ubicado en el nivel medio, lo que evidencia que los adolescentes presentan en ciertas ocasiones un escaso control de impulsos con respecto a sus acciones, lo que conlleva que tengan problemas a la hora de relacionarse con sus semejantes, por el contrario, un 19% se ubica en el nivel bajo, lo que muestra que la población evaluada cuenta con habilidades blandas, como la empatía, comunicación asertiva, tolerancia, entre otros.

De igual manera, los autores Morales, Alfredo y Hernández (2018), nos presentan los siguientes resultados: un 61% de la población evaluada se ubica en el nivel medio, presentando en determinadas ocasiones características como; impulsividad, ausencia de empatía e inseguridad, por otro lado, el 2% se encuentra ubicado en el nivel alto, mostrando que cierta parte de dicha población aún presenta fuertes rasgos de agresividad.

De forma similar, los autores Ríos y Barbosa (2017), muestran un 48% en el nivel medio, evidenciando que los adolescentes en determinadas ocasiones presentan una conducta agresiva previamente planeada, muchas veces influenciados por el grupo al que desean pertenecer, sin embargo, el 12% se ubica en un nivel bajo, lo que evidencia que algunos jóvenes de la población estudiada presentan ciertas habilidades sociales, como autocontrol, asertividad y una buena autoestima.

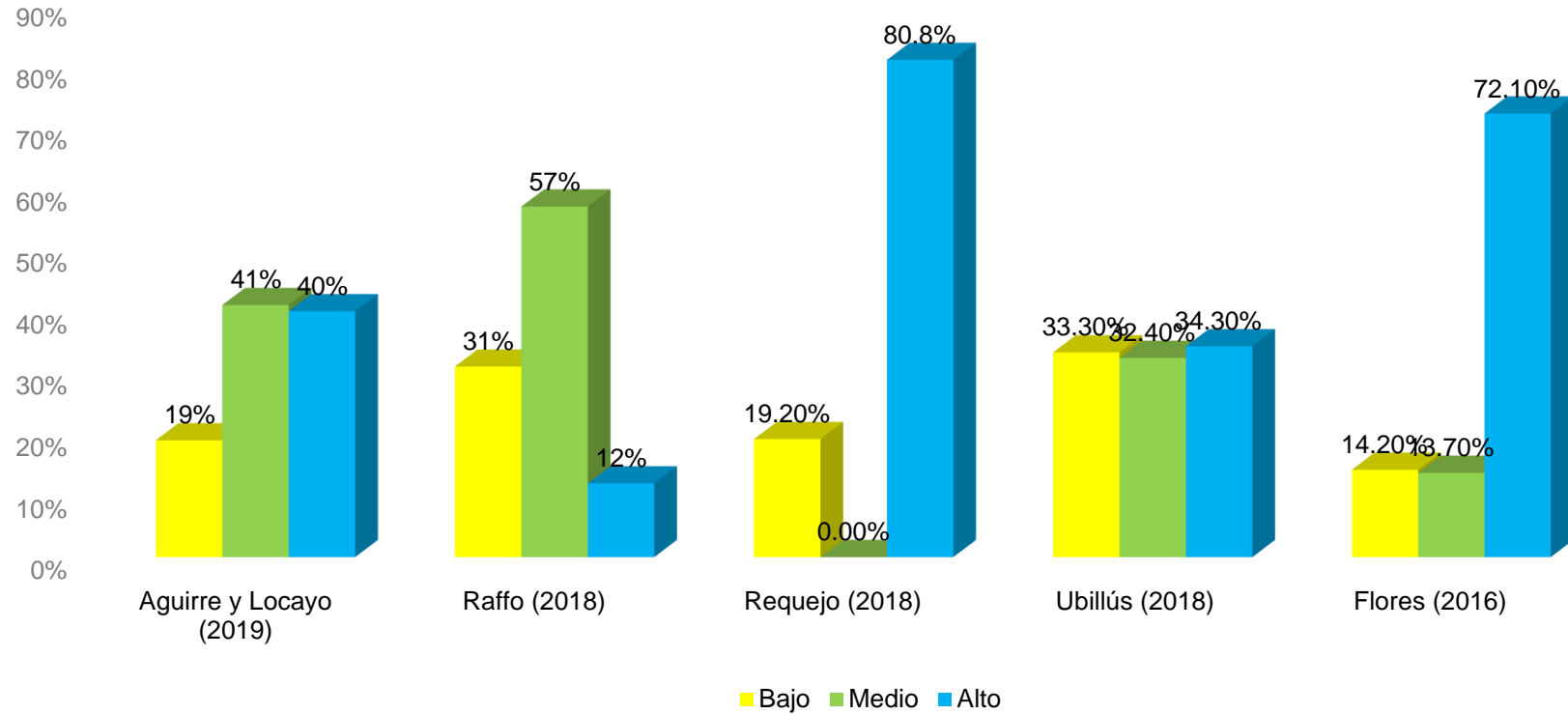
Así mismo, el autor Velastegui (2018), evidenció en sus resultados una prevalencia de 47% en el nivel medio, lo que demuestra que la población evaluada presenta ciertos rasgos de agresividad en determinadas ocasiones, con el propósito de auto protegerse y generar respeto ante los demás de una manera equívoca, en cambio, el 15% se ubica en el nivel alto, lo que indica que algunos adolescentes son incapaces de aceptar las normas, lo que le impide una integración social adecuada.

Por el contrario, el autor Gíataz (2018) alcanzó un 53% situado en un nivel alto, mostrando un elevado grado de agresividad dentro de su población, lo que impide que el adolescente se relacione con los demás de forma idónea, no obstante, el

10% pertenece a un nivel bajo, evidenciando características como: aceptación de sí mismo(a), capacidad de ponerse en el lugar de otro, y comunicación asertiva.

En conclusión, según el análisis realizado, se observa en el contexto internacional, en lo que corresponde a la agresividad premeditada, existe una alta prevalencia del nivel medio, seguido del bajo, este tipo de agresividad demuestra que el alumno o adolescente evidencia comportamientos inadecuados, requiriendo en diversas ocasiones de la aprobación de los demás.

### Nivel de agresividad premeditada (Nacional).



**Figura 2:** Nivel de agresividad premeditada (nacional)

Fuente: Elaboración propia

En la figura anterior podemos apreciar el nivel de agresividad premeditada en el contexto nacional. Según el resultado obtenido por el autor Requejo (2018), prevaleció un 80.8% en el nivel alto, evidenciando que gran parte de la población evaluada muestra conductas agresivas con sus semejantes, con el fin de alcanzar un propósito en particular. Por el contrario, el 19.2%, se ubica en el nivel bajo, lo que demuestra que cierta parte de la población cuenta con algunas habilidades blandas, lo que facilita a la hora de relacionarse con los demás.

De forma similar, el autor Flores (2016), evidenció en sus resultados una prevalencia del 72.1% en el nivel alto, lo que demuestra que la población evaluada presenta grandes rasgos de agresividad en reiteradas ocasiones, provocando diversos conflictos en cada aspecto de sus vidas, sin embargo, un 13.7% se ubica en el nivel medio, lo que evidencia que parte de los adolescentes presentan rasgos de agresividad en menor intensidad, magnitud y frecuencia.

De igual manera, el autor Ubillús (2018), nos presentan los siguientes resultados: un 34.3% de la población evaluada se ubica en el nivel alto, presentando diversas características como la impulsividad, inseguridad en sí mismo, miedo al rechazo, entre otros, así mismo, un 32.4% se ubica en el nivel medio, todas estas características evidenciadas se da debido a la manipulación o influencia que ejercen otros adolescentes sobre jóvenes con baja autoestima, de igual modo, un 33.3% se encuentra ubicado en el nivel bajo, mostrando que cierta parte de dicha población si cuenta con habilidades sociales, lo que le permite una adecuada interacción con sus semejantes.

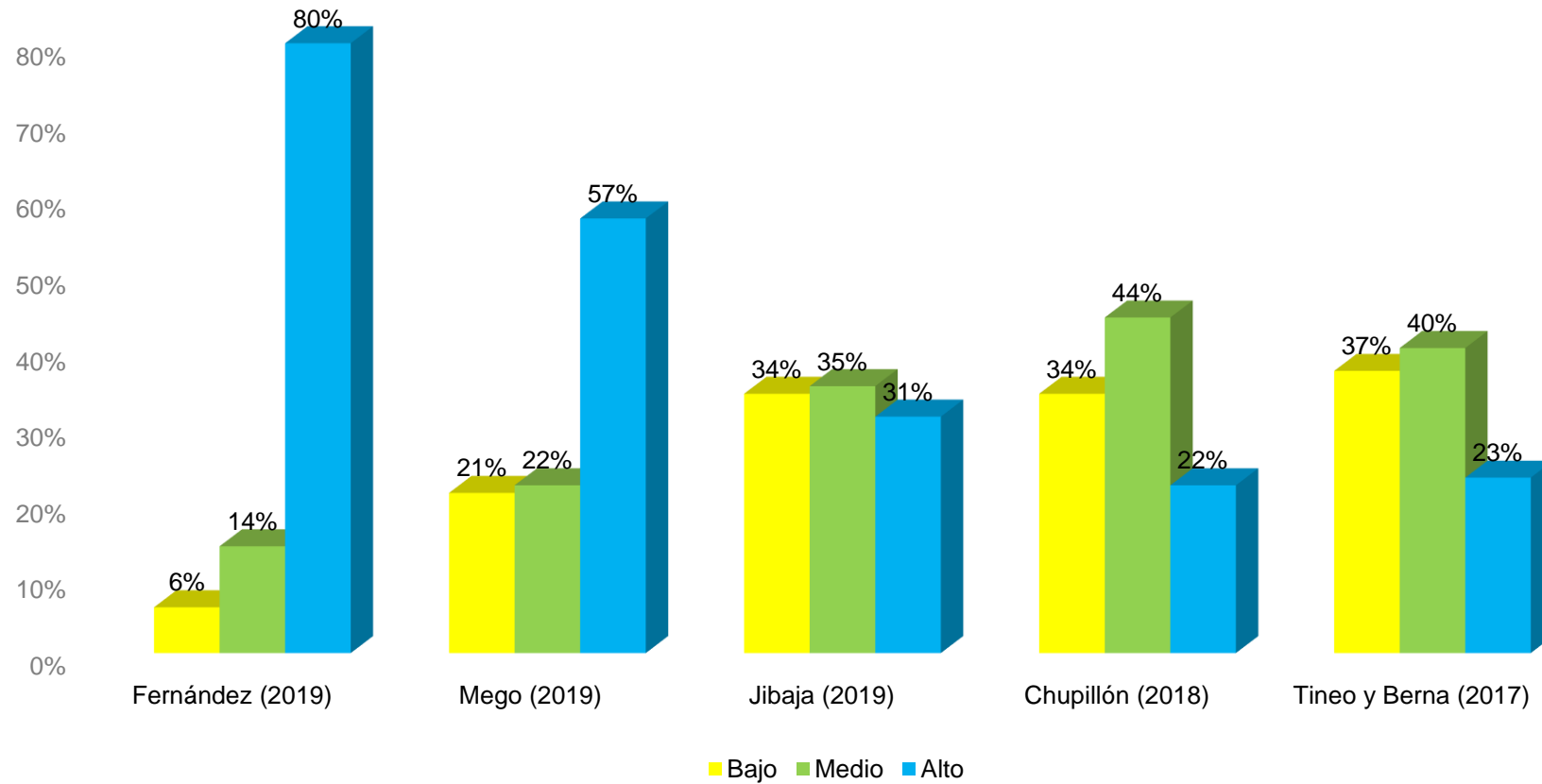
Por el contrario, el autor Raffo (2018), ubica el 57% en un nivel medio, evidenciando en los adolescentes características inadecuadas, como, insuficiencia de control de impulsos y dificultades a la hora de tomar decisiones, mientras que, el 12% pertenece a un nivel alto, evidenciando que algunos adolescentes, muestran un elevado grado de agresividad, lo que dificulta a la hora de relacionarse e interactuar con los demás.

De igual manera, los autores Aguirre y Locayo (2019), muestra un 41% en el nivel medio, evidenciando que los adolescentes en determinadas ocasiones presentan

conductas agresivas, con la finalidad de muchas veces ser aceptados dentro de un grupo, mientras que, el 19% se ubica en un nivel bajo, lo que evidencia que una parte de la población evaluada, si cuenta con ciertas habilidades blandas, como: Control de ira, tolerancia, toma de decisiones, entre otras.

En conclusión, según el análisis realizado, se observa en el contexto nacional, en lo que corresponde a la agresividad premeditada, una alta prevalencia del nivel alto, seguido del medio, evidenciando comportamientos violentos, con el fin de alcanzar una meta deseada (ganarse el respeto de los demás, ser “popular”, entre otros).

### Nivel de agresividad premeditada (Local).



**Figura 3:** Nivel de agresividad premeditada (local)

Fuente: Elaboración propia

En la figura anterior podemos apreciar el nivel de agresividad premeditada en el contexto local. Según el resultado obtenido por Jibaja (2019), se obtuvo que el 35% se ubica en el nivel medio, lo que evidencia que los adolescentes presentan en ciertas ocasiones una carencia de autoestima y control de impulsos, lo que conlleva que tengan problemas a la hora de relacionarse con sus semejantes, sin embargo, el 31% se ubica en un nivel alto, lo que demuestra que la población evaluada tiende a tener grandes rasgos de agresividad, perjudicándolo muchas veces a la hora de relacionarse con sus semejantes.

Así mismo, el autor Chupillón (2018), evidenció en sus resultados una prevalencia de 44% en el nivel medio, lo que demuestra que la población evaluada presenta en diversas ocasiones, comportamientos agresivos, con la finalidad de ser aceptados en un grupo, por el contrario, el 22% se ubica en un nivel alto, lo que indica que algunos adolescentes tienden a ser impulsivos, y con dificultad a la hora de tomar sus propias decisiones.

De igual manera, los autores Tineo y Berna (2017), nos presentan los siguientes resultados: un 40% de la población evaluada se ubica en el nivel medio, presentando en determinadas ocasiones características como; impulsividad, ausencia de empatía e inseguridad. No obstante, un 23% se encuentra ubicado en el nivel alto, mostrando que algunos jóvenes aún presentan fuertes rasgos de agresividad.

Sin embargo, Fernández (2019), muestra un 80% en el nivel alto, evidenciando que los adolescentes, presentan grandes rasgos de agresividad e ira, muchas veces con la finalidad de concluir o alcanzar un objetivo establecido previamente, en cambio, el 6% se ubica en un nivel bajo, lo que evidencia que una reducida parte de los adolescentes presentan características como: Empatía, control de la ira, y comunicación asertiva.

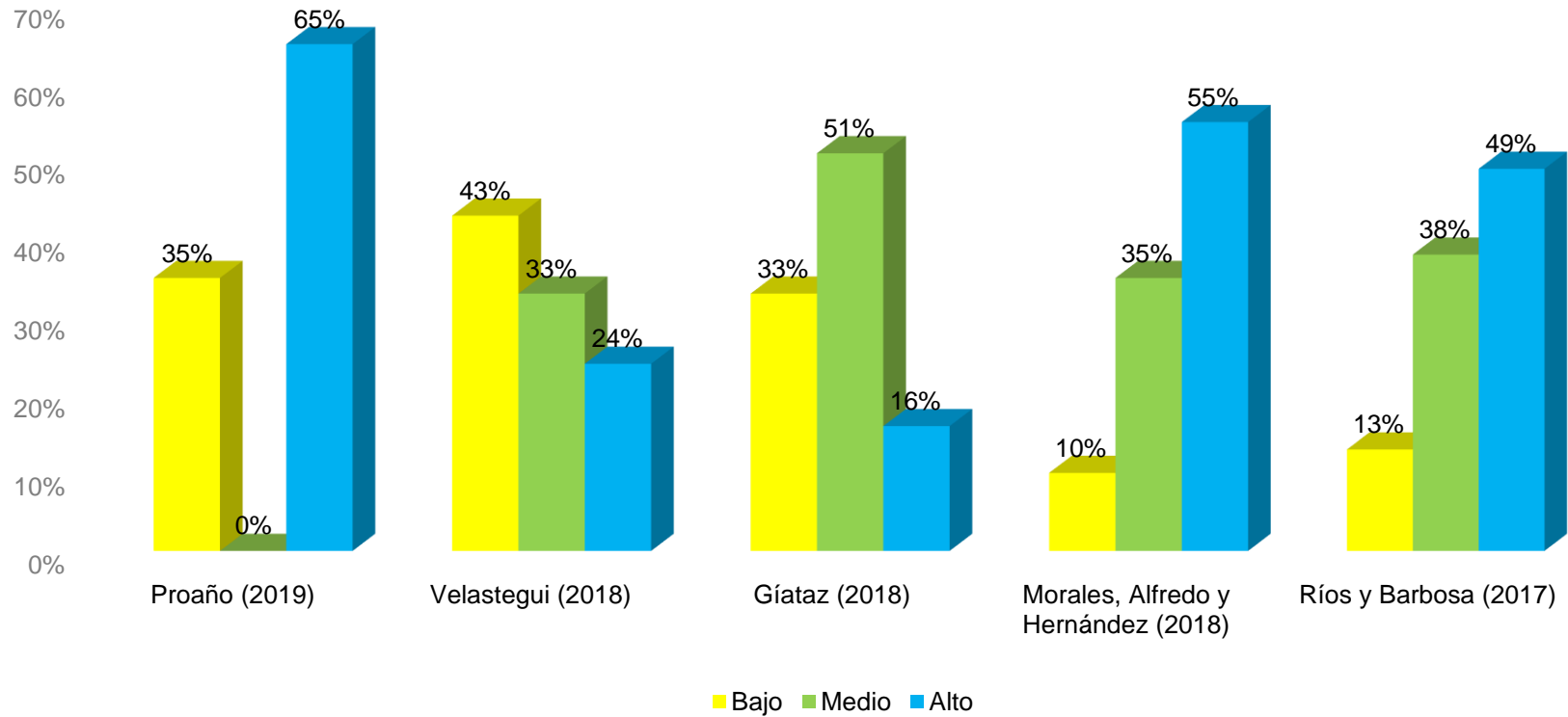
De forma similar, Mego (2019), ubica el 57% en un nivel alto, mostrando un elevado grado de agresividad dentro de su población, lo que impide que se relacione de forma idónea con los demás, mientras que, el 21% pertenece a un



nivel bajo, evidenciando ciertas características como: aceptación de sí mismo(a), capacidad de ponerse en el lugar de otro, y comunicación asertiva.

En conclusión, según el análisis realizado, se observa en el contexto local, en lo que corresponde a la agresividad premeditada, una alta prevalencia del nivel medio, seguido del alto, además cabe resaltar que se evidencia dos porcentajes elevados en el nivel alto de los autores Fernández (2019) y Mego (2019), mostrando que los adolescentes presentan una conducta agresiva previamente planeada por influencia de un grupo o de una persona.

### Nivel de agresividad impulsiva (Internacional).



**Figura 4:** Nivel de agresividad impulsiva (internacional)

Fuente: Elaboración propia

En la figura anterior podemos apreciar el nivel de agresividad impulsiva en el contexto internacional. Según el resultado obtenido por el autor Proaño (2019), prevaleció un 65% en el nivel alto, lo que muestra que gran parte de la población estudiada tiende a tener un pobre control de impulsos, y una percepción equívoca que muchas veces hace que aflore su agresividad, sin ser planeada previamente, sin embargo, el 35% se ubica en el nivel bajo, lo que muestra que la población evaluada cuenta con habilidades blandas, como la empatía, comunicación asertiva, entre otras.

De igual manera, los autores Morales, Alfredo y Hernández (2018), nos presentan los siguientes resultados: un 55% de la población evaluada se ubica en el nivel alto, presentando fuertes rasgos de impulsividad y baja tolerancia, en cambio, el 10% se encuentra en el nivel bajo, indicando que los adolescentes tienden a ser asertivos, y empáticos.

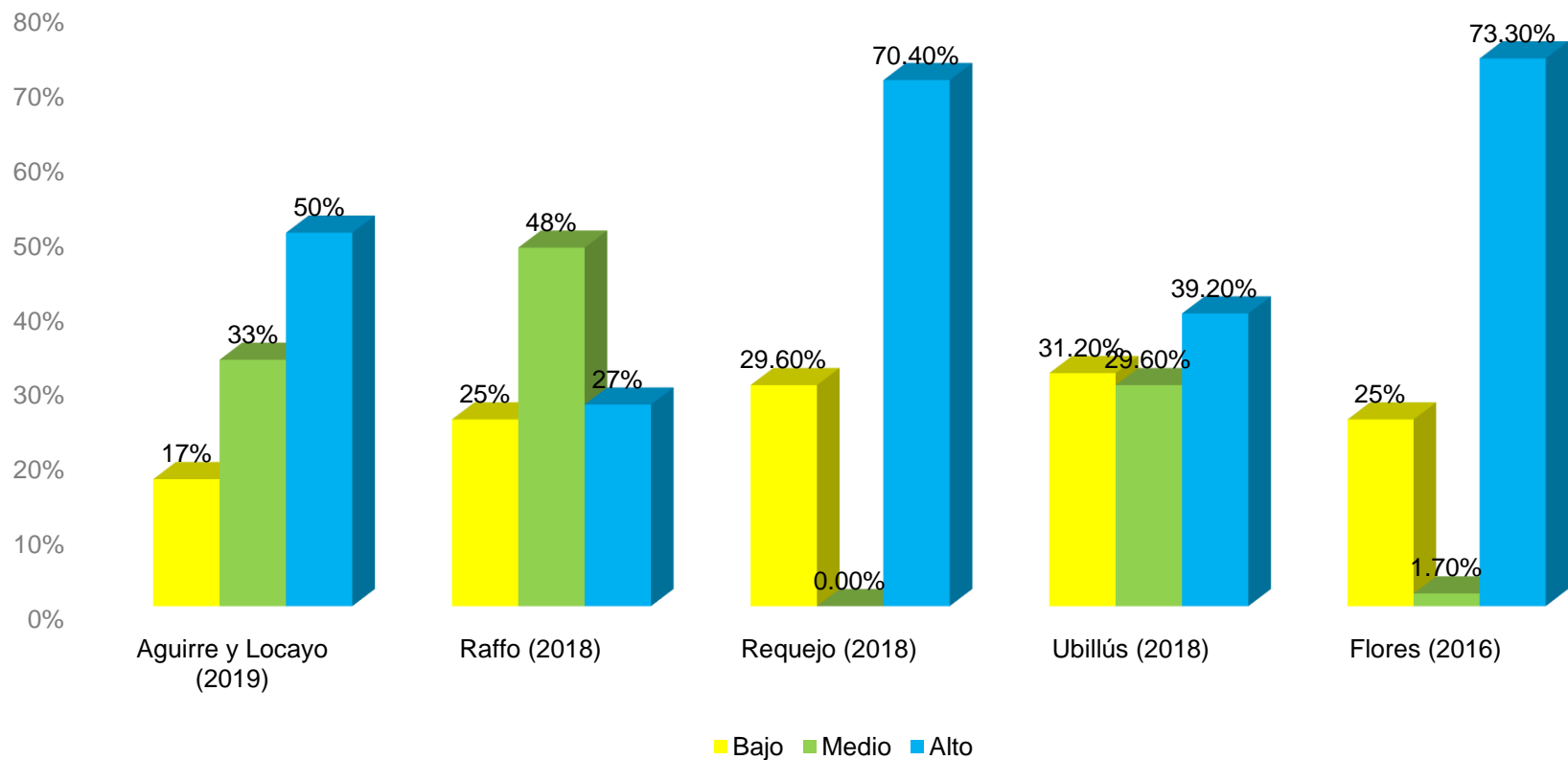
De forma similar, los autores Ríos y Barbosa (2017), muestran un 49% en el nivel alto, evidenciando que los adolescentes tienden a mostrar grandes rasgos de violencia cuando perciben una provocación o amenaza por parte de otra persona, no obstante, el 13% se ubica en un nivel bajo, lo que evidencia que algunos adolescentes de la población estudiada presentan ciertas habilidades sociales, como autocontrol, asertividad y tolerancia.

Por el contrario, el autor Velastegui (2018), evidenció en sus resultados una prevalencia de 43% en el nivel bajo, lo que demuestra que la población evaluada presenta una inteligencia emocional, negociación y tolerancia, mientras que, el 24% se encuentra en un nivel alto, evidenciando grandes rasgos de violencia, lo que hace que la persona reaccione de una manera agresiva a una provocación percibida.

Por otra parte, el autor Gíataz (2018), ubica el 51% en un nivel medio, mostrando que parte de la población aún le falta adquirir ciertas habilidades sociales, que permitirían una mejor interacción con sus semejantes, sin embargo, el 16% se encuentra en un nivel alto, lo que indica que algunos jóvenes cuentan con un procesamiento ineficiente de información, y de percepción.

En conclusión, según el análisis realizado, se observa en el contexto internacional, en lo que corresponde a la agresividad impulsiva, una alta prevalencia del nivel alto, seguido del medio, lo que permite darnos cuenta que dicha población suele presentar conductas agresivas no planeadas, derivadas del enojo, ante una provocación percibida.

### Nivel de agresividad impulsiva (Nacional).



**Figura 5:** Nivel de agresividad impulsiva (nacional)

Fuente: Elaboración propia

En la figura anterior podemos apreciar el nivel de agresividad impulsiva en el contexto nacional. Según el resultado obtenido por el autor Requejo (2018), prevaleció un 70.4% en el nivel alto, lo que indica que la mayor parte de la población, evidencia una fuerte afectación emocional negativa (ira, hostilidad, enfado), sin embargo, el 29.6% se ubica en un nivel bajo, lo que muestra que la población evaluada cuenta con habilidades blandas, como la empatía, control de impulsos, e inteligencia emocional.

De igual manera, el autor Flores (2016), nos presenta los siguientes resultados: un 73.3% de la población evaluada se ubica en el nivel alto, presentando fuertes rasgos de impulsividad y baja tolerancia, lo que impide que pueda establecer relaciones saludables con su entorno, mientras que, el 1.7% se encuentra en el nivel medio, indicando que los adolescentes presentan actitudes violentas en determinadas ocasiones.

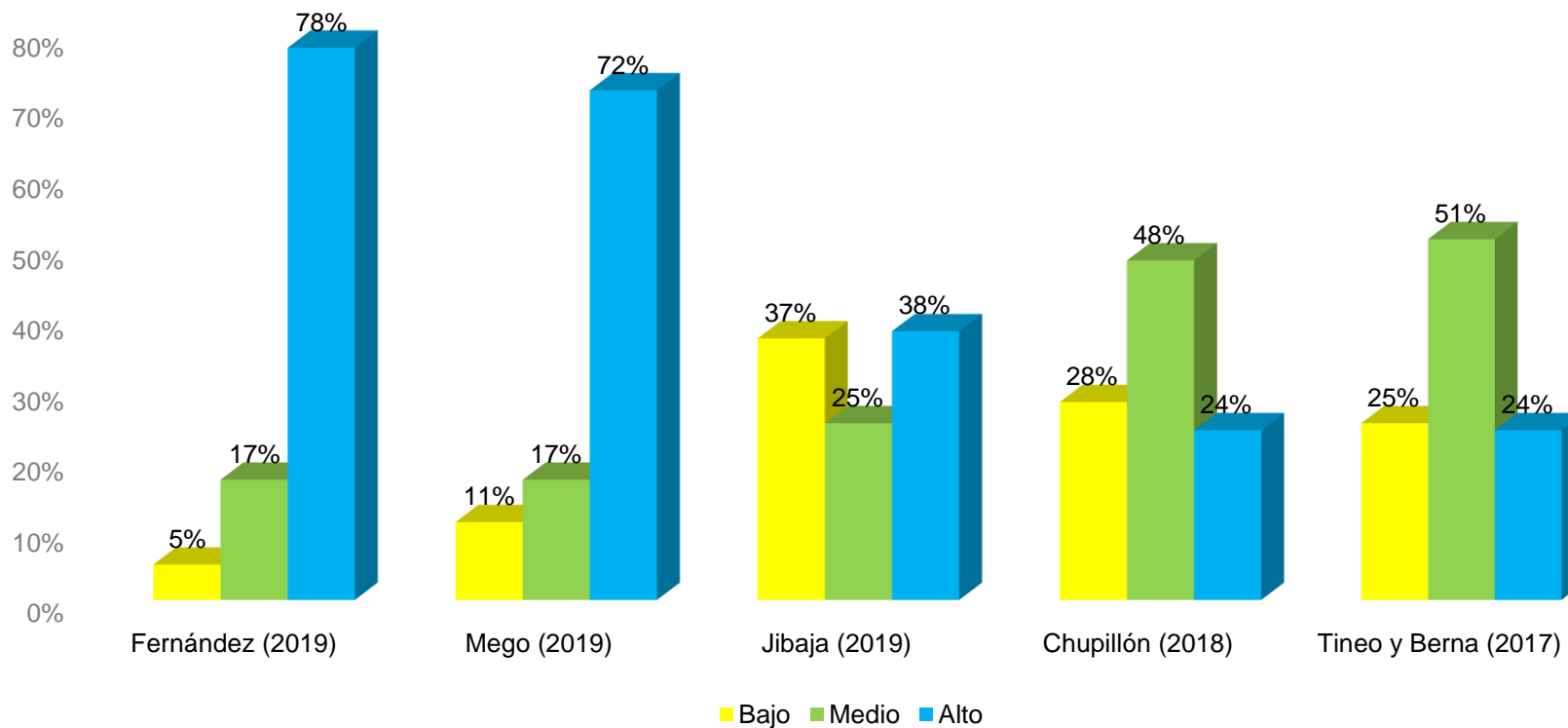
De forma similar, los autores Aguirre y Locayo (2019), muestran un 50% en el nivel alto, evidenciando que la mitad de los adolescentes evaluados tienden a reaccionar de una manera agresiva a una provocación percibida por ellos mismos, no obstante, el 17% se ubica en un nivel bajo, lo que evidencia que algunos adolescentes de la población estudiada presentan ciertas habilidades blandas, como autocontrol, y procesamiento de información y percepción eficiente.

Así también, el autor Ubillús (2018), evidenció en sus resultados una prevalencia de 39.2% en el nivel alto, lo que demuestra que la población evaluada presenta dificultades para controlar sus impulsos, lo que muchas veces lo conlleva a actuar sin reflexionar ni pensar en las consecuencias de sus actos, en cambio, el 29.6% se encuentra en un nivel medio, evidenciando que si bien presentan problemas de control de emociones, estas son ocasionales, y de diferente magnitud e intensidad.

Por otra parte, el autor Raffo (2018), ubica el 48% en un nivel medio, mostrando que parte de la población aún le falta adquirir ciertas habilidades blandas, para que de esa manera puedan construir relaciones sanas con los que lo rodean, sin embargo, el 25% se encuentra en un nivel bajo, evidenciando características como: comunicación asertiva, resolución de conflictos, y empatía.

En conclusión, según el análisis realizado, se observa en el contexto nacional, en cuanto a la agresividad impulsiva, una alta prevalencia del nivel alto, seguido del bajo, lo que evidencia que los adolescentes muestran comportamientos impulsivos, de manera espontánea ante la percepción de un estresor.

### Nivel de agresividad impulsiva (Local).



**Figura 6:** Nivel de agresividad impulsiva (local)

Fuente: Elaboración propia



En la figura anterior podemos apreciar el nivel de agresividad impulsiva en el contexto local. Según el resultado obtenido por el autor Fernández (2019), prevaleció un 78% en el nivel alto, lo que muestra que la mayoría de la población estudiada presenta sesgos a la hora de procesar una información, lo que permite que tenga una percepción equívoca y reaccione de manera violenta, sin embargo, el 5% se ubica en el nivel bajo, demostrando que algunos estudiantes si pueden establecer relaciones saludables con su entorno.

De igual manera, el autor Mego (2019), nos presenta los siguientes resultados: un 72% de la población evaluada se ubica en el nivel alto, presentando dificultades de percepción, actuando muchas veces por impulsividad sin medir las consecuencias previamente, por el contrario, el 11% se encuentra en el nivel bajo, indicando que los adolescentes han ido adquiriendo ciertas habilidades blandas, como la empatía, resolución de conflictos, y manejo de emociones.

De forma similar, el autor Jibaja (2019), muestra un 38% en el nivel alto, evidenciando que cierta parte de la población presenta carencias a la hora de comunicarse y relacionarse con sus semejantes, ya que constantemente actúan de manera impulsiva, en cambio, el 25% se encuentra en un nivel medio, lo que evidencia que algunos adolescentes de la población estudiada aún presentan comportamientos inadecuados, que los conlleva a tener dificultades en su vida diaria.

Por el contrario, el autor Chupillón (2018), evidenció en sus resultados una prevalencia del 48% en el nivel medio, lo que demuestra que la población evaluada presentan ocasionalmente rasgos de impulsividad e ira con sus amigos(as), mientras que, el 24% se encuentra en un nivel alto, evidenciando grandes rasgos de violencia, lo que hace que la persona reaccione de una manera agresiva a una provocación percibida.

Así mismo, los autores Tineo y Berna (2017), ubica el 51% en un nivel medio, mostrando que parte de la población aún le falta adquirir ciertas habilidades sociales, que permitirían una mejor interacción con sus semejantes, no obstante, el

24% se encuentra en un nivel alto, lo que indica que algunos jóvenes cuentan con un procesamiento ineficiente de información, y de percepción.

En conclusión, según el análisis realizado, se observa en el contexto local, en lo que corresponde a la agresividad impulsiva, una alta prevalencia del nivel alto, seguido del medio, lo que evidencia que la población presenta respuestas espontáneas, ante provocaciones percibidas, todo ello con la finalidad de autoprotegerse, muchas veces sin considerar las consecuencias de sus actos.

Finalmente, se obtiene mediante el análisis sistemático de investigaciones previas, el tercer objetivo específico:

**Tabla 3**

*Análisis de las investigaciones previas respecto al efecto de un programa de habilidades blandas sobre la agresividad premeditada e impulsiva.*

<b>Autor (es)/año</b>	<b>Participantes</b>	<b>Características</b>	<b>Resultados PrePrueba</b>	<b>Resultados PosPrueba</b>
Granda (2018)	42 estudiantes de una Institución Educativa.	- Grupo experimental: 22 alumnos a los cuales se les aplicó 9 sesiones de comunicación y escucha activa para reducir la agresividad. Las sesiones estuvieron distribuidas en cuatro semanas con una duración de 45 minutos cada sesión.	Nivel de agresividad: Medio: 60% Bajo: 30% Alto: 10%	Nivel de agresividad: Bajo: 91% Medio: 9%
Gomez (2018)	25 estudiantes de sexo femenino pertenecientes a una institución educativa.	25 estudiantes: los cuales recibieron 10 sesiones de auto liderazgo, asertividad y motivación para reducir su nivel de agresividad. Las sesiones se desarrollaron en cinco semanas con una duración de 50 minutos cada una.	Nivel de agresividad: Alto: 85% Medio: 15%	Nivel de agresividad: Bajo: 80% Medio: 15% Alto: 5%
Rosales (2018)	36 niños de una institución	-Se les aplicó 8 sesiones de empatía cognitiva y	Nivel de agresividad:	Nivel de agresividad:

	educativa pública.	afectiva, con una duración de 35 minutos y distribuidas en cuatro semanas.	Alto: 79% Medio: 12% Bajo: 9%	Bajo: 86% Medio: 14%
Best (2018)	32 estudiantes de una Institución Estatal	Se promovió el estilo de pensamiento para la resolución no agresiva de los problemas en 32 estudiantes. El propósito se cumplió con la aplicación de 10 sesiones.	Nivel de agresividad premeditada: Alto: 68%, Medio: 20% Bajo: 12%	Nivel de agresividad premeditada: Bajo 89% Medio: 11%
Gallegos (2017)	35 estudiantes de nivel secundario de una Institución Pública.	- Los estudiantes, recibieron un tratamiento de un mes, con el fin de crear un clima de confianza y el alumno pueda expresar abiertamente sus situaciones conflictivas orientándolo a un mejor manejo de las mismas.	Nivel de agresividad premeditada: Alto: 53%, Medio: 41% Bajo: 6%.	Nivel de agresividad premeditada: Bajo: 87% Medio: 13%
Noguera (2016)	25 adolescentes de una institución educativa pública.	25 estudiantes fueron sometidos a un programa en base a resolución de problemas sociales, distribuido en 10 sesiones de 30 minutos cada una.	Nivel de agresividad según sexo masculino: Alto: 69%, Medio: 23% Bajo: 8% Según sexo femenino: Medio: 55%,	Nivel de agresividad según sexo masculino: Bajo: 80% Medio: 20% Según sexo femenino: Bajo: 75% en Medio: 20%

			Bajo: 35%	Alto: 5%
			Alto: 10%	
Ayala (2016)	27 estudiantes de secundaria de una Institución Educativa.	Se aplicó tratamiento de 11 sesiones de liderazgo, toma de decisiones y la negociación con el fin de disminuir los niveles de agresividad premeditada e impulsiva en 27 estudiantes. El tiempo de duración fue de 45 minutos por sesión.	Nivel de agresividad según sexo masculino: Alto: 67%, Medio: 22% Bajo: 11% Según sexo femenino: Medio: 58%, Bajo: 35% Alto: 7%	Nivel de agresividad según sexo masculino: Bajo: 78% Medio: 22% Según sexo femenino: Bajo: 88% Medio: 12%.

Fuente: Elaboración propia

La tabla anterior muestra las investigaciones previas respecto al efecto de un programa de habilidades blandas sobre la agresividad premeditada e impulsiva.

La investigación de Granda (2018) tuvo con objetivo aplicar estrategias de habilidades blandas para reducir la agresividad en 22 estudiantes de una Institución. Tras la aplicación de las estrategias evidenció que la agresividad se redujo a un nivel bajo con 91% y nivel medio 9%, lo que indica que el tratamiento aplicado si permitió reducir el nivel de agresividad de los estudiantes, además, el valor de t fue de -4,158 y un nivel sig. Bilateral de 0,000, demostrándose que es altamente significativo después de la aplicación.

Por otro lado, Gómez (2018) en su estudio tuvo como finalidad aplicar un programa de habilidades blandas y determinar el efecto que tiene sobre la agresividad premeditada e impulsiva en 25 adolescentes mujeres. Tras culminar el proceso del tratamiento evidenció que el nivel de agresividad se redujo en un porcentaje considerable, situándose en un nivel bajo con 80%, nivel medio 15% y nivel alto

5%, además, el valor de  $t$  fue de  $-15,23$  y el nivel crítico bilateral de  $0,000$  menor al nivel de significancia establecido  $0,05$ , lo que permitió deducir que el programa tuvo un efecto positivo grande sobre la problemática tratada.

De manera similar, Rosales (2018) en su estudio considero a 36 niños de una institución educativa pública para conocer su nivel de agresividad, concluyó que los resultados fueron favorables, dado que el nivel de agresividad se ubicó en un 86% siendo un nivel bajo y el 14% en un nivel medio, así mismo, el valor de  $t$  fue de  $-11,10$  y un nivel de significancia de  $0,000$ , esto indica que la aplicación de las sesiones generó resultados favorables en los niños.

Así mismo, Best (2018) en su investigación tuvo como finalidad conocer la agresividad premeditada de 32 estudiantes de una Institución Estatal. Los resultados evidenciaron un efecto muy significativo logrando reducir el nivel de agresividad premeditada a un nivel bajo con 89% y 11% en un nivel medio, además los resultados estadísticos demostraron una  $t$  de  $-14,13$ , y un nivel de significancia de  $0,000$ , lo que significa que el programa aplicado generó un efecto positivo en la agresividad de los estudiantes tratados.

Por otro lado, la investigación de Gallegos (2017) tuvo como finalidad demostrar el efecto que tiene las habilidades blandas sobre la agresividad premeditada de 35 estudiantes de nivel secundario de una Institución Pública. Los resultados demostraron que el nivel de agresividad premeditada logró reducirse a un nivel bajo con 87% y un 13% en el nivel medio, así mismo, el valor de  $t$  fue  $-21,36$ ; sig.  $0,000$ , lo que refiere que el tratamiento demostró un efecto grande, es decir, que las habilidades blandas si permiten reducir la agresividad premeditada.

Así mismo, Noguera (2016) en su investigación tuvo como objetivo desarrollar habilidades blandas para reducir la agresividad en 25 estudiantes adolescentes. La aplicación de las habilidades permitió reducir el nivel de agresividad en función al sexo masculino, dando como resultado un 80% en nivel bajo y un 20% en nivel medio; en función al sexo femenino el efecto fue positivo logrando alcanzar un 75% como nivel bajo, seguido por el 20% representando un nivel medio y finalmente el 5% evidenció un nivel alto, además, el valor del estadístico  $t$  es  $-14,20$ , siendo muy

significativo con 0,000, esto indica que el programa o las habilidades son efectivas en el tratamiento de agresividad.

Finalmente, Ayala (2016) en su estudio sometió a 27 estudiantes de secundaria de una Institución Educativa a un programa de habilidades blandas con el fin de disminuir los niveles de agresividad premeditada e impulsiva. Los resultados evidenciaron resultados significativos, en función al sexo masculino, se redujo a un nivel bajo con 78% y 22% nivel medio, así mismo, en función al sexo femenino, se redujo en un 88% nivel bajo y nivel medio con 12%, además, el valor de t fue de -18 y con un nivel crítico bilateral de 0,000, lo cual indica que es muy significativo y que el programa demostró resultados favorables.

De manera general, se pudo contrastar en las diversas investigaciones, que el programa de habilidades blandas es muy significativo para la reducción de conductas agresivas en los estudiantes, observando una disminución en los porcentajes de agresividad encontrados antes de aplicar el programa, así mismo, con la aplicación de la misma, se logró generar en los adolescentes cambios de conductas.

## V. DISCUSIÓN

Para responder al primer objetivo específico: Identificar el nivel de la dimensión agresividad premeditada en adolescentes de una Institución Educativa de Morrope 2020, se consideró a cinco investigaciones previas que evidenciaron resultados referentes a este componente, tanto a nivel internacional, nacional y local.

En el contexto internacional, se identificó que existe coincidencia entre los resultados arrojados por los autores Proaño (2019); Velástegui (2018); Morales, Alfredo y Hernández (2018); y Ríos y Barboza (2017), los cuáles presentan como resultado predominante el nivel medio, evidenciando que los alumnos regularmente se identifican por herir a las demás personas con la finalidad de alcanzar algún objetivo en particular como el de ser elogiados o premiados por las demás personas. Esto se debe a que dichas investigaciones fueron realizadas en países de América del Sur (Ecuador – Colombia), cuyos rangos de violencia son altos, con más de 10,000 homicidios al año, además, cuenta con una muestra similar, que varía entre 40 – 58 adolescentes, con rasgos de haber sufrido violencia en su hogar. Dichos resultados difieren con lo encontrado por Gíataz (2018), cuyo resultado predominante es el nivel alto, puesto que fue ejecutada en un país que pertenece a América del Norte (Guatemala), cuyos índices de violencia se han visto incrementados en los últimos años, además, utilizó una muestra de 66 jóvenes, con inadaptación emocional (**ver figura 1**).

En el contexto nacional, se registró una relación entre los resultados encontrados por los autores Requejo (2018); Ubillús (2018); y Flores (2016), los cuáles presentan un resultado predominante del nivel alto, evidenciando que los adolescentes muestran comportamientos agresivos a la hora de relacionarse con sus pares. Dicha relación se debe a que estas investigaciones se realizaron, en distritos con alto índice de violencia y delincuencia (San Martín de Porres, Comas, y Trujillo). Estos hallazgos discrepan con los obtenidos por Aguirre y Locayo (2019); y Raffo (2018), en los cuáles predomina el nivel medio, en donde el individuo no solamente tiene el propósito de lograr sus objetivos y hacer daño a la otra persona, sino que busca ser el mejor y sobre todo que éste sea elogiado y reconocido por las personas de su entorno, esto a causa de las ciudades donde fueron realizadas



las investigaciones (Piura y Trujillo), así también, es necesario volver a mencionar los resultados obtenidos por los autores Flores (2016) y Raffo (2018), cuyas investigaciones provienen de la misma ciudad pero presentando una diferencia exorbitante entre sus resultados, esto debido a la diferencia entre su muestra tomada **(ver figura 2)**.

En el contexto local, se encontraron similitudes en los estudios realizados por los autores Jibaja (2019); Chupillón (2018); Tineo y Berna (2017), cuyos resultados predominantes se ubican en el nivel medio, evidenciando dificultades en su contexto social, y familiar, dichas relaciones se debe a causa del distrito donde se realizaron dichos estudios (Chiclayo), en años consecutivos y con una población de escasos recursos económicos que varían entre las edades de 12 – 17 años con signos de violencia. Dichos resultados difieren a los obtenidos por Fernández (2019) y Mego (2019), cuyo nivel predominante es el alto, con elevados porcentajes del 80% y 57%, dado que fueron aplicados en distritos con altos índices de violencia (La Victoria y Ferreñafe), además, los evaluados fueron adolescentes entre las edades de 15 – 17 años, con índices de rebeldía, a los cuáles se les dificulta cumplir con las normas y acuerdos de convivencia establecidos entre ellos, mostrando su enojo, mediante la violencia **(ver figura 3)**.

Respecto al segundo objetivo específico: Identificar el nivel de la dimensión agresividad impulsiva en adolescentes de una Institución Educativa de Morrope 2020, se consideró la revisión bibliográfica de cinco investigaciones previas, por contexto.

En el contexto internacional, existe una relación entre los estudios analizados por Proaño (2019); Morales, Alfredo y Hernández (2018); Ríos y Barboza (2017), cuyos resultados predominantes se sitúan en el nivel alto, con características de rebeldía, impulsividad, entre otros, todo ello debido a los países donde fueron realizadas dichas investigaciones (Ecuador – Colombia), en donde, la población evaluada corresponde a adolescentes de 12 – 17 años, que fueron víctimas del conflicto armado en Colombia, además, muchos de ellos presentaban conflictos en el ámbito familiar. Por otro lado, existe diferencia con el estudio realizado por Velástegui (2018), cuyo nivel predominante fue el bajo, debido a que algunos de los evaluados

mantienen una relación estrecha con sus padres. Sin embargo, existe discordancia con el autor Gíataz (2018), cuya predominancia se encuentra en el nivel medio, debido a que la población evaluada fueron adolescentes con inadaptación emocional, caracterizador por enojos repentinos y un procesamiento ineficiente de información **(ver figura 4)**.

En el contexto nacional, existen coincidencias en las investigaciones realizadas por Aguirre y Locayo (2019); Ubillús (2018); Requejo (2018); y Flores (2016), teniendo una alta prevalencia del nivel alto, debido a que fueron realizadas en Piura, Trujillo, San Martín de Porres, Comas, distritos con altos índices de delincuencia, así mismo, la población estuvo conformada por estudiantes que presentaban carencia de control de impulsos. No obstante, existe una discrepancia con la investigación realizada por Raffo (2018), que tiene como prevalencia el nivel medio, a consecuencia de la muestra tomado (45 estudiantes), con edades de 12 – 17 años, dónde se evidencia una carencia de control de impulsos **(ver figura 5)**.

En el contexto local, existe una correlación de las investigaciones realizadas por los autores Fernández (2019); Mego (2019); y Jibaja (2019), encontrando prevalencia en el nivel alto, a causa de la población evaluada cuyas edades varían entre 14 – 17 años, presentando signos de violencia física o verbal en el hogar, así mismo, refirieron tener un familiar en prisión y algunos de ellos haber cometido robo, además, cabe destacar que los autores Fernández (2019) y Mego (2019), presentan elevados índices de violencia en sus estudios, debido al lugar dónde fueron ejecutados (La victoria – Ferreñafe). Sin embargo, existe discordancia, con los autores Chupillón (2018); y Tineo y Berna (2017), cuyos resultados prevalecen en el nivel medio, debido a los años y lugar dónde se ejecutó (Chiclayo), en zonas de nivel económico bajo **(ver figura 6)**.

En relación al tercer objetivo: Realizar el análisis de las investigaciones previas respecto al efecto de un programa de habilidades blandas sobre la agresividad premeditada e impulsiva.

Se tomaron en cuenta los estudios de Granda (2018); Gómez (2018); Rosales (2018); Best (2018); Gallegos (2017); Noguera (2016) y Ayala (2016), en los cuáles

se determinó un nivel de significancia de 0,000, lo que indica un gran efecto, que logrará obtener resultados favorables sobre la agresividad premeditada e impulsiva.

Así mismo, es necesario, diferenciar los temas que fueron tocados por cada autor, en el caso de los autores Granda (2018); Gallegos (2017); y Noguera (2016); sus programas se centraron básicamente en el trabajo en equipo, la comunicación y la toma de decisiones.

Por otro lado, Gómez (2018), concentró su programa principalmente en la comunicación afectiva, el liderazgo y la empatía. Sin embargo, los autores, Rosales (2018); Best (2018); y Ayala (2016), focalizaron su planificación en la solución de conflictos, la importancia de la comunicación, la negociación y el trabajo en equipo.

Finalmente, lo manifestado se sustenta en la teoría Yturralde (2016), quién argumenta que las habilidades blandas están relacionadas con la naturaleza de la persona, permitiendo que interactúen adecuadamente en un entorno social, escuchando, comunicando, delegando, analizando, convirtiéndose en líderes, con destrezas para negociar y trabajar en equipo. Según el autor, las habilidades blandas son el resultado de una combinación de habilidades sociales, de comunicación y otras, que permiten a las personas interactuar y comunicarse de manera efectiva y segura con los demás.

## **VI. CONCLUSIONES**

Al cierre de la investigación y contrastando los objetivos planteados con los resultados obtenidos, se llega a las siguientes conclusiones:

Analizando los tres contextos (internacional, nacional y local), se logró identificar el nivel de la dimensión agresividad premeditada en adolescentes, concluyendo que existe una elevada prevalencia, del nivel medio, seguido del nivel alto, lo que indica que los alumnos regularmente se identifican por herir a las demás personas con la finalidad de alcanzar algún objetivo en particular como el de ser elogiados o premiados por las demás personas.

Revisando los resultados obtenidos en los tres contextos (internacional, nacional y local), se logró identificar el nivel de la dimensión agresividad impulsiva en adolescentes, concluyendo que existe una eminente prevalencia, del nivel alto, seguido del nivel medio, esto debido a que los estudiantes evaluados se caracterizan por presentar impulsividad, rebeldía e incluso presentando signos de violencia física o verbal en el hogar.

Finalmente, analizando las investigaciones previas, se concluyó que la aplicación de un programa de habilidades blandas, sobre adolescentes con agresividad premeditada e impulsiva, tiende a tener un gran efecto positivo, con un nivel de significancia de 0,000.

## **VII. RECOMENDACIONES**

Según el análisis realizado, se recomienda a la institución educativa, llevar a cabo programas u actividades de índole preventivo, dirigido a los adolescentes, dichas acciones deben estar acorde a las edades respectivas de los estudiantes, y debe responder a las necesidades del lugar en estudio. Es así que se propone, aplicar el programa de habilidades blandas brindada en este estudio, para que se genere un cambio positivo en los jóvenes, que aborda temas como: trabajo en equipo, empatía, toma de decisiones, negociación, liderazgo, entre otros que se relacionen.

Estas actividades permitirán que los adolescentes generen nuevas estrategias a la hora de relacionarse y comunicarse con sus semejantes, lo que va permitir potencializar lazos emocionales entre ellos, y su círculo social, además de ello, va a permitir que vivan momentos agradables en conjunto, lo que ayudará a fomentar la confianza, y tolerancia.

Por otro lado, se recomienda intervenir de manera conjunta en el personal de la institución, sobre todo en los que interactúan directamente con el estudiante, para que de dicha manera, puedan generar aspectos de control de emociones, y asertividad.

Además, se motiva a los futuros investigadores, a seguir investigando de manera minuciosa las variables presentadas en el presente estudio, y ahondar en diversas soluciones que promuevan el cambio esperado.

Finalmente, el cambio que se pretende generar, es un trabajo que debe ser realizado en conjunto, entre los adolescentes, personal de la institución, y padres de familia, es por ello que se sugiere afianzarse de recursos para una implementación idónea y una mejora continua en los estudiantes con altos índices de agresividad.

## VIII. PROPUESTA

Tabla 4

Sesión N°1: “Hablar de sí mismo”.

Sesión N° 1	Objetivo	Actividades	Procedimiento	Tiempo	Responsable	Materiales
“Hablar de sí mismo”	Identificar las características positivas y negativas de los estudiantes.	Presentación	La responsable se presentará indicando el propósito de la sesión y el tiempo de duración.	40 minutos	Estudiante	Hoja bond, lápiz, laptop, proyector y USB
		Conocimiento personal	La responsable presentará en una PPT el concepto y la importancia del tema.			
		Características positivas y negativas de una persona	La responsable presentará en PPT características negativas y positivas de una persona y explicará cada una de ellas.			
		Dinámica	<p><b>Reconociendo lo positivo y lo negativo:</b> la responsable solicitará a los estudiantes sentarse en forma de “U”, seguido a ello, proporcionará a cada estudiante seis hojas pequeñas, indicando que en tres de ellas se pondrá características positivas y en las otras tres hojas características negativas, seguidamente, solicitará a todos los estudiantes doblar los papeles que contengan las características y dejarlo en el lugar que se le indique, posterior a ello, se combinarán todas las características negativas y aparte se hará lo mismo con las características positivas. Una vez obtenido lo solicitado, se requerirá a que cada estudiante recoja tres características negativas y positivas, lo lea y entregue a uno de sus compañeros que cree tiene dichas características.</p> <p>Finalmente la responsable indicará que dicha dinámica ayuda a ilustrar la coherencia lo que uno mismo trata de proyectar y lo que los demás perciben de uno mismo y que todo esto lo tomen como un desafío a lo que se quieren proyectar y como sus compañeros lo podrían percibir.</p>			

**Tabla 5**

**Sesión N°2: “Mi forma de comunicarme”.**

Sesión N°2	Objetivo	Actividades	Procedimiento	Tiempo	Responsable	Materiales
"Mi forma de comunicarme"	Fomentar la comunicación asertiva en los estudiantes.	Comunicándome con respeto	<p>La responsable se presentará comunicando que la actividad tiene dos propósitos. <b>Primero:</b> es que ustedes como estudiantes conozcan que significa asertividad. <b>Segundo:</b> es que ustedes practiquen una correcta expresión asertiva. Presentación en PPT.</p> <p>La responsable solicitará que los estudiantes se sitúen en la ficha 1, la lectura lo realizará en voz alta y finalmente los estudiantes escribirán lo solicitado en dicha ficha.</p> <p>Solicitar a los estudiantes que levanten la mano para compartir para compartir su respuesta, anticipando que su respuesta es muy importante, dado que no existirá respuesta mala ni buena.</p> <p>La responsable escribirá en la pizarra, frases claves en función a las respuestas que proporcionen los estudiantes, finalmente comunicará el acuerdo al que han llegado con cada frase y que leen la siguiente pregunta (segunda PPT)</p> <p><u>¿Sabes que significa asertividad?</u></p> <p>Si hay algún estudiante que dese participar, se le brindará la palabra, de lo contrario solicitar que presten atención al siguiente video (elegir video adecuado) para poder responder a su ficha 2.</p> <p>Solicitar a los estudiantes que no muestren sus respuestas a ninguno de sus compañeros, seguido a ello, solicita a tres participantes voluntarios proporcionar su definición y en base a ello realizar una retroalimentación para cada definición proporcionada, seguidamente expresa lo siguiente: “Nadie nace con asertividad, nadie nace siendo asertivo. <i>La asertividad,</i></p>	50 minutos	Estudiante	Fichas, lápiz, borrador, tajador, proyector, laptop y USB.

---

*al igual que la empatía, puede ser aprendida por ustedes y eso es lo que vamos a hacer en este taller”.*

A continuación presentar en un PPT la definición de asertividad y solicitar que escriban en la ficha 3 dicha definición.

Solicitar a los estudiantes responder las interrogantes establecidas en la ficha 4, seguido a ello, solicita a tres participantes voluntarios proporcionar su respuesta y realiza una retroalimentación para cada respuesta proporcionada.

Solicitar a los estudiantes, leer atentamente el texto de la ficha 5. La responsable leerá en voz alta, el ejemplo establecido en dicha ficha y solicitará que cada estudiante escriba un ejemplo en base al ejemplo establecido y finalmente motivar la participación voluntaria, es importante, que la responsable refuerce cada ejemplo proporcionado.

Solicitar a los estudiantes responder las interrogantes establecidas en la ficha 6, seguido a ello, solicitar y motivar a los estudiantes para que lean voluntariamente sus respuestas establecidas, finalmente la responsable refuerza cada respuesta y concluye la actividad.

Finalmente se invitará y motivará a los estudiantes a comprometerse y a poner en práctica las expresiones asertivas en todo momento que sea necesario.

---



## FICHA 1

### Conocer el significado de asertividad y practicar una correcta expresión asertiva

“Nunca grites al otro, solo háblale con seguridad” frase adaptada de Robert Owen.

¿Qué creen que nos quiere decir esta frase?

.....  
.....  
.....  
.....

Ahora, comparte su respuesta públicamente y levante la mano para darle la oportunidad de hacerlo. Si tiene miedo o vergüenza de participar, recuerde las palabras del filósofo Erasmo: "Las personas que hacen algo pueden equivocarse, pero las personas que no hacen nada ya está equivocado". Esto significa que si usted se da la oportunidad de compartir su respuesta públicamente, entonces su respuesta puede ser incorrecta o correcta; sin embargo, si decide no compartir su respuesta, ya está equivocado. Anímate lo harás bien.

## FICHA 2

Observa atentamente el video que se presentará y en base a ello define el término empatía.

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

Por favor levanta tu mano, para brindarte la oportunidad de compartir tu respuesta.

### FICHA 3

Observa atentamente la diapositiva que define el término asertividad y escríbela a continuación:

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

### FICHA 4

1. ¿Cómo se relaciona la asertividad y la empatía?

.....  
.....  
.....

2. ¿para qué nos servirá la asertividad en el ámbito laboral?

.....  
.....  
.....

Por favor levanta tu mano, para brindarte la oportunidad de compartir tu respuesta.

### FICHA 5

El siguiente párrafo, se presenta un ejemplo de una expresión asertiva

Uno de tus compañeros se acerca y te dice: **“No te juntes con esa persona, he escuchado que habla mal de las demás personas”**.

Asertivamente tu respondes: **“Puede ser cierto lo que tú me dices, pero no suelo dejarme llevar por otras personas.**

Con el ejemplo anterior, escribe a continuación un ejemplo con tus propias palabras:

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

### FICHA 6

1. ¿En qué otras áreas de tu vida podemos aplicar la asertividad?

.....  
.....  
.....  
.....

2. ¿Qué tenemos que hacer para mejorar nuestra asertividad todos los días?

.....  
.....  
.....  
.....

Por favor levanta tu mano, para brindarte la oportunidad de compartir tu respuesta públicamente.

**Tabla 6**

**Sesión N°3 y N°4: “Aprendiendo a trabajar en equipo” y “Somos un equipo”.**

Sesión N°3 y N°4	Objetivo	Actividades	Procedimiento	Tiempo	Responsable	Materiales
"Aprendiendo a trabajar en equipo" y "Somos un equipo"	Fomentar el trabajo en equipo en las instituciones educativas con la finalidad de fortalecer los lazos entre estudiantes.	El trabajo en equipo y su importancia	Presentación en PPT definición clara y precisa del trabajo en equipo y su importancia	40 minutos	Estudiante	Hoja bond, lápiz, laptop, proyector y USB
		Video	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=sBSucYpLLpw">https://www.youtube.com/watch?v=sBSucYpLLpw</a> Después de ver el video, pedir la opinión voluntaria de los participantes.			
		Dinámica	<b>El Phillips 66:</b> la responsable solicitará a todos los estudiantes una opinión sobre qué tema les gustaría discutir, de no contar con el tema apropiado se recomienda discutir (el empleo, igualdad), seguidamente se solicita formar grupos de seis para discutir el tema por seis minutos, seguidamente se elegirá a un representante de cada grupo y se formará un nuevo grupo para discutir el mismo tema hasta llegar a una conclusión final. Esta técnica ayuda a que el estudiante supere el temor de hablar ante sus compañeros y sobre todo la estimulación de participación.			
Dinámica	<b>Tergiversación:</b> esta dinámica consiste en la comunicación oral, lo cual va a permitir observar cómo se cambia el sentido del mensaje original, cuando pasa de persona en persona. La responsable solicitará a seis participantes voluntarios, los cuales deberían salir del aula por un tiempo de tres minutos, mientras se efectúa la lectura de un texto, visualización de un video o mostrar una figura, posterior ello se hace pasar a un estudiante que salió afuera y se hace ver el video o imagen o leer el texto establecido y que este comunique lo más					

---

parecido posible al siguiente alumno que aún no lo conoce el mensaje y así debe continuar hasta llegar al último alumno. Al finalizar se logrará percibir una distorsión del mensaje. A continuación la responsable solicitará una discusión entre todos los participantes sobre el ejercicio realizado, con el propósito de llegar a una conclusión útil para el desarrollo comunicativo.

---

Video

Uniendo capacidades:  
<https://www.youtube.com/watch?v=stDeBT6MhrU>  
Siguiendo la voz del líder:  
<https://www.youtube.com/watch?v=wNnwufNz760>

---

La responsable solicitará la opinión voluntaria de los participantes y finalmente aclarará lo que quiere decir cada video.

---

**Tabla 7**

**Sesión N°5: "Ponerse en el lugar del otro".**

Sesión N°5	Objetivo	Actividades	Procedimiento	Tiempo	Responsable	Materiales
"Ponerse en el lugar del otro"	Propiciar en los estudiantes la capacidad de empatía.	Identificar emociones personales y de los demás, en relación a la empatía.	<p>La responsable se presentará comunicando que la actividad tiene tres propósitos. Primero: es que ustedes como estudiantes conozcan que significa empatía. Segundo: es que ustedes expresen sus emociones y por último conozcan las emociones de sus compañeros.</p> <p>La responsable solicitará que los estudiantes se sitúen en la ficha 7, la lectura lo realizará en voz alta y finalmente los estudiantes escribirán lo solicitado en dicha ficha.</p> <p>Solicitar a los estudiantes que levanten la mano para compartir su respuesta, anticipando que su respuesta es muy importante, dado que no existirá respuesta mala ni buena.</p> <p>La responsable escribirá en la pizarra, frases claves en función a las respuestas que proporcionen los estudiantes, finalmente comunicará el acuerdo al que han llegado con cada frase y que leen la siguiente pregunta (PPT)</p> <p><i>¿Sabén que significa empatía?</i></p> <p>Si hay algún estudiante que desee participar, se le brindará la palabra, de lo contrario solicitar que salgan todos al frente y formar grupos de tres a cuatro estudiantes y ubicarlos lo más distanciado posible, seguido a ello, entregar un limpia tipos, un papelote y ocho cartulinas que contengan las siguientes palabras:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>La empatía</i></li> <li>- <i>es una habilidad social</i></li> <li>- <i>que nos permite ponernos</i></li> <li>- <i>en la posición del otro.</i></li> <li>- <i>Gracias a la empatía</i></li> <li>- <i>conocemos el punto de vista</i></li> <li>- <i>de la otra persona</i></li> <li>- <i>y lo que siente.</i></li> </ul>	50 minutos	Estudiante	Fichas, lápiz, borrador, tajador, proyector, laptop y USB. Cartulinas, papelotes, limpia tipos y pañuelos oscuros.

---

Solicitar a los estudiantes que peguen dichas cartulinas en el papelote, formando las oraciones que ellos creen que define la empatía. Así mismo, el grupo que haya culminado primero, no debería mostrar su trabajo a ningún otro grupo.

Luego que hayan terminado todos los grupos, se le solicitará que elijan un representante, seguido a ellos todos los grupos deberían pegar su papelote al frente y su representante debería explicar según el turno que la responsable les asigne y en base a ello realizar una retroalimentación, seguidamente expresa lo siguiente: *“Nadie nace con empatía, nadie nace siendo empático. La empatía, al igual que el manejo de emociones, puede ser aprendida por ustedes y eso es lo que vamos a hacer en esta sesión”*.

---

A continuación solicitar que tomen asiento y presentar en un PPT la definición de empatía y solicitar que escriban en la ficha 8 dicha definición.

---

Solicitar a los estudiantes responder las interrogantes establecidas en la ficha 9, seguido a ello, solicita a participantes voluntarios proporcionar su respuesta y realiza una retroalimentación para cada respuesta proporcionada.

Solicitar que los estudiantes se ubiquen en forma de “U”, luego que todos salgan al frente y ubicarlos en parejas, indicando que a uno se le vendara los ojos y el otro lo guiará.

- **Indicaciones:** *El guía colocará las manos sobre los hombros del estudiante vendado para dirigirle y evitar tropezones, así mismo debería dirigirlo por toda la periferia del aula evitando que el alumno vendado tenga tropiezos con las demás parejas.*

---

Dadas las indicaciones, se procede a realizar lo explicado por un tiempo de tres minutos, paso los tres minutos, se hace intercambio, es decir, el guía pasará a ser la persona vendada y la persona que cumplió el rol de vendado será el guía, cumpliendo también tres minutos. Terminando la dinámica, se solicitará que dos los estudiantes reordenen sus carpetas y tomen asiento.

---

---

Solicitar a los estudiantes responder las interrogantes establecidas en la ficha 10, seguido a ello, solicitar y motivar a los estudiantes para que lean voluntariamente sus respuestas establecidas, finalmente la responsable refuerza cada respuesta y concluye la actividad.

---

Finalmente se invitará y motivará a los estudiantes a comprometerse y a poner en práctica la empatía en todo momento que se necesario.

---



## FICHA 7

### **Conocer el significado de empatía, expresar tus propias emociones y conocer las emociones de los demás**

“Mucho de los problemas en el mundo terminarían si las personas se pusieran en el lugar de los demás y entendieran sus puntos de vista” frase adaptada de Mahatma Gandhi.

¿Qué creen que nos quiere decir esta frase?

.....

.....

.....

.....

Ahora, comparte su respuesta públicamente y levante la mano para darle la oportunidad de hacerlo. Si tiene miedo o vergüenza de participar, recuerde las palabras del filósofo Erasmo: "Las personas que hacen algo pueden equivocarse, pero las personas que no hacen nada ya está equivocado". Esto significa que si usted se da la oportunidad de compartir su respuesta públicamente, entonces su respuesta puede ser incorrecta o correcta; sin embargo, si decide no compartir su respuesta, ya está equivocado. Anímate lo harás bien.

## FICHA 8

Observa la diapositiva y en base a ello define el término empatía.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**FICHA 9**

1. ¿En qué aspectos se relaciona la empatía y el manejo de emociones?

.....  
.....  
.....

2. ¿Para qué nos servirá la empatía en cada ámbito de nuestra vida?

.....  
.....  
.....

Por favor levanta tu mano, para brindarte la oportunidad de compartir tu respuesta.

**FICHA 10**

3. Poniéndote en el lugar de tus compañeros que cumplieron el rol de guías  
¿Qué crees que sintieron?

.....  
.....

4. Poniéndote en el lugar de tus compañeros que cumplieron el rol de ciegos  
¿Qué crees que sintieron?

.....  
.....

5. ¿Que tendríamos que hacer todos los días para mejorar nuestra  
empatía?

.....  
.....

Por favor levanta tu mano, para brindarte la oportunidad de compartir tu respuesta públicamente.

**Tabla 8**

**Sesión N°6 y N°7: “Hablemos sobre liderazgo” y “Tipos de Liderazgo y características”**

Sesión N°6 y N°7	Objetivo	Actividades	Procedimiento	Tiempo	Responsable	Materiales
“Hablemos sobre liderazgo” y “Tipos de liderazgo y características”	Fortalecer y reconocer las capacidades de liderazgo de los y las estudiantes	Conocimiento de liderazgo	La responsable comunicará el concepto de liderazgo y la importancia que este tiene en el ámbito laboral.	60 minutos	Estudiante	Proyector, laptop, USB, papel bond.
		Tipos de liderazgo	La responsable comunicará a través de presentación en PPT. La información debe ser transmitida de manera clara y que sea de fácil comprensión.-			
		Características de un buen líder	Aviones de papel: se solicitará que los estudiantes se agrupen en grupos de cinco integrantes, seguidamente se le solicitará a cada grupo elegir su líder, posterior a ello, se les solicitará realizar su propio diseño de avión, hacer varios de acuerdo al número de integrantes.			
		Dinámica	Por grupos, cada integrante tiene oportunidad de aterrizaje. Posterior a ello se definirá el grupo ganador, este será el que ha lanzado correctamente los aviones a la pista de aterrizaje.			
			Como parte final de la dinámica, se preguntará al líder de cada grupo que tareas desempeñaron durante la confección de los aviones, y también los integrantes del grupo indicarán por que eligieron a su lideren, durante la dinámica fueron escuchados, etcétera.			
		Dinámica	Se busca líder: la responsable dividirá a los participantes en dos grupos, seguido a ello se le asignará una tarea a cada grupo definido por la responsable. Dentro de cada grupo, el rol de líder va rotando, con el objetivo que todos los participantes tengan la			

---

oportunidad de liderar a sus compañeros. Finalmente, el equipo en general será quien tome la dedición de elegir al líder que represente al grupo.

Finalmente, se solicitar la opinión de todos los compañeros, porque eligieron a un líder en concreto

---

Dinámica

El círculo: tiene como finalidad identificar el líder del grupo y que tipo de líder puede ser. Se solicitará a que los estudiantes se pongan en círculo y se tomen de las manos, seguidamente, se les solicitará que formen figuras sin soltarse de las manos, como estrellas, casas, triángulos etcétera.

Finalmente la responsable observará y comunicara que el objetivo no es el resultado de las figuras, sino cómo influye la comunicación y cuáles son las personas que toman la iniciativa al momento de realizar los ejercicios.

---

**Tabla 9**

**Sesión N°8: “Autocontrol de impulsos”**

Sesión N°8	Objetivo	Actividades	Procedimiento	Tiempo	Responsable	Materiales
“Control de impulsos”	Fortalecer el autocontrol de los estudiantes, mediante la reflexión sobre sus conductas.	¿Qué es controlar los impulsos?	La responsable explicará a través de una presentación PPT que significa “controlar los impulsos”. En todo momento se debe entregar espacios para que los participantes puedan aportar con ejemplo:	60 minutos	Estudiante	Proyector, laptop, USB.
		Conozcamos el control de impulsos	- Cada estudiante deberá escoger una pareja y crear una historia que tenga dos finales, el primero donde alguien tome una mala decisión, y el segundo donde se tome la correcta.  - La historia podrá ser presentada con dibujos, recortes o actuada.			
		Sentimientos e impulsos.	Finalizada la presentación de las historias, se debe reforzar que todos, en distintos momentos, tenemos la posibilidad de tomar decisiones que nos traigan consecuencias positivas o negativas. Cada integrante del taller deberá realizar un collage que represente todos los sentimientos que experimentaron durante la semana, luego éstos serán pegados en el aula realizando una pequeña exposición de sus trabajos.			
		detengamos el impulso, tomémonos una pausa	Para finalizar se reflexionará acerca de la importancia de prestar atención a los sentimientos y de darse un espacio para expresarlos.  Serán presentados distintos videos, y los/as integrantes deberán gritar STOP cuando consideren que la persona debe detenerse a pensar en la mejor decisión o a pensar en sus sentimientos. Si ningún participante grita STOP en un video, se debe tomar como una oportunidad para que vean las consecuencias negativas que trajo no detenerse a pensar.			

---

Comuniquemos  
lo que  
Sentimos

Los participantes deberán formar un círculo, y cada uno irá diciendo su nombre mientras realiza un movimiento, el resto del grupo deberá repetir el nombre del compañero/a y el movimiento que éste/a realizó.

Al finalizar la responsable deberá reflexionar respecto de la capacidad de los estudiantes para expresarse, lograr que otros entiendan lo que queremos decir y actúen como deseamos.

---

**Tabla 10**

**Sesión N°9: “Aprendiendo a tomar decisiones”**

Sesión N°9	Objetivo	Actividades	Procedimiento	Tiempo	Responsable	Materiales
“Aprendiendo a tomar decisiones”	Promover la correcta toma de decisiones, con la finalidad de elegir bien lo que uno se propone.	¿Cómo se toman las decisiones?	Lluvia de ideas sobre cómo las personas toman decisiones: de manera impulsiva, dejando que los demás tomen decisiones por uno mismo, recopilando información etcétera. Reflexión sobre las ventajas, desventajas, consecuencias y riesgos que estas pueden generar. En grupos de tres o cuatro rellena la ficha 11	50 minutos	Estudiante	Fichas, bolsas, regalos, proyector, laptop, USB, lápiz, borrador y tajador.
		¿Cómo deberíamos tomar decisiones?	La responsable debería exponer un modelo de como las personas deberíamos tomar las decisiones (ver modelo en ficha 12)			
		El juego de la bolsa	La responsable contará con bolsas que contengan regalos diferentes, así mismo solicitará que los estudiantes elijan una bolsa siguiendo las siguientes indicaciones: - Elegir una bolsa sin tocarlo y decir porque se eligió dicha bolsa - Levantar la bolsa y calcular el peso que contenga y decidir si se sigue quedando con la misma bolsa o elije otra que sus compañeros no hayan elegido - Palmas la bolsa y decir si se sigue quedando con la bolsa o cambia de bolsa, diciendo el porque de la decisión. - Abrir la bolsa y ver el contenido y expresar si está satisfecho o no con elección. Posterior a ello, se solicitará responder a las preguntas de la ficha 13.			

**FICHA 11****¿Cómo se toman decisiones?**

FORMA	RIESGOS	VENTAJAS	DESVENTAJAS	CONSECUENCIAS

**FICHA 12****¿Cómo se toman decisiones?**

<b>Pasos</b>	<b>Preguntas clave</b>
Identificar las posibles opciones	¿Cuáles son las alternativas que existen?
Recopilar información relevante	¿Conozco perfectamente la situación? ¿Qué más debo saber? ¿De dónde saco esa información? ¿Es una fuente de información confiable?
Hacer un listado de las ventajas y desventajas	¿Cuáles son los beneficios y posibles riesgos que posee cada alternativa?
Determinar cómo reducir el riesgo de cada opción	¿Tengo la posibilidad de superar las dificultades de cada alternativa?
Hay posibilidad de lograr una ventaja eligiendo otra opción	¿Si elijo una opción, puedo conseguir la ventaja de otra?
Ponderación de ventajas y desventajas	Cuál es el valor promedio que concedo a las ventajas y desventajas de cada opción?  Para obtener el promedio, puntué las opciones de las ventajas del 1-10 y divida entre el n° de ventajas, de la misma manera para las desventajas.



**FICHA 13**

1. ¿Es difícil tomar decisiones sino se cuenta con toda la información?  
.....  
.....
2. ¿Tomamos decisiones de manera apresurada sin pensar si contamos o no con toda la información?  
.....  
.....
3. ¿En qué cuestiones elegimos una opción, sin pensar en las consecuencias de las demás opciones?  
.....  
.....
4. ¿Cuántas decisiones tomamos por intuición?  
.....  
.....
5. ¿Influye nuestros valores en la toma de decisiones?  
.....  
.....

**Tabla 11**

**Sesión N°10: “La negociación”**

Sesión N°10	Objetivo	Actividades	Procedimiento	Tiempo	Responsable	Materiales
“La negociación”	Fomentar la negociación en la solución de conflictos de los estudiantes	El poder de la negociación	<p>La responsable explicará a través de una presentación PPT la importancia de la negociación en los conflictos. Así mismo, explicará que con la negociación se puede lograr diferentes resultados como:</p> <hr/> <p><b>Ganar – Ganar:</b> El resultado óptimo que se espera a través de una negociación.</p> <hr/> <p><b>Ganar – Perder:</b> El resultado favorable de la negociación solamente queda en una sola persona y puede haber riesgo en una futura negociación.</p> <hr/> <p><b>Perder – Ganar:</b> Resultado que debe ser considerado como una estrategia para una futura negociación.</p> <hr/> <p><b>Perder – Perder:</b> Resultado no recomendado para ninguna de las dos partes.</p>	40 minutos	Estudiante	Proyector, laptop, USB.
		Mediación	Esta es otra técnica para fomentar en los participantes que, cuando no se llega a una solución es importante la intervención de una tercera persona, siempre y cuando las dos partes estén de acuerdo.			
		Habilidades de negociación	Logro de acuerdos, comunicación y persuasión.			

**Tabla 12**

**Sesión N°11: “No lo dejes para mañana”**

Sesión N°11	Objetivo	Actividades	Procedimiento	Tiempo	Responsable	Materiales
“No lo dejes para mañana”	Identificar los aspectos en que los estudiantes necesitan mejorar para lograr una administración más efectiva de su tiempo	¿Por qué es importante?	Porque cada estudiante conocerá el valor de la motivación para evitar la postergación en la realización de sus metas	40 minutos	Estudiante	proyector, laptop, USB
		¿Qué es la postergación?	Solicitar la opinión de los participantes y la responsable escribirá las palabras clave en la pizarra para finalmente llegar a una conclusión general.			
		Estrategias para no postergar	Organizar su tiempo y actividades (explicación con PPT)			
			No piense ¡a primera hora comete esa rana!: <u>empezar por la tarea que menos te motiva</u>			
			Spray anti perfección: aprende a ser realista con tus expectativas			
plantearse metas a corto plazo (explicación con PPT)						
Compartir los sentimientos de frustración (explicación con PPT)						
Vencer los miedos (explicación con PPT)						

**Tabla 13**

**Sesión N°12: “Pronóstico de resultados”**

Sesión N°12	Objetivo	Actividades	Procedimiento	Tiempo	Responsable	Materiales
“Pronóstico de resultados”	Desarrollar la capacidad de predecir los resultados de sus acciones y las consecuencias que estas pueden traer.	Descripción	<ul style="list-style-type: none"> <li>- La responsable dará lectura el primer párrafo de la ficha 14</li> <li>- Que pasaría en nuestra vida, si tomáramos acciones o decisiones (lluvia de ideas)</li> <li>- Qué consecuencias positivas y negativas ocurrirían (lluvia de ideas)</li> <li>- Estarían dispuestos hacer frente cada una de dichas consecuencias (lluvia de ideas).</li> </ul> <p>Posterior a ello, la responsable leerá en voz alta la siguiente frase: <i>“Sino estamos dispuestos asumir una consecuencia, que sea poco probable, tal vez, será la mejor decisión evitarlo y elegir aquella consecuencia que tiene más probabilidades de no producirse”</i>.</p> <p>Seguidamente, se solicitará la opinión de diez estudiantes que deseen participar de manera voluntaria, de lo contrario serán elegidos por la responsable.</p>	40 minutos	Estudiante	Fichas, proyector, laptop, USB.

## FICHA 14

### “Pronóstico de resultados”

En la vida diaria tomamos diversas decisiones y parte fundamental de ello, es que podemos predecir qué es lo que sucederá después de haber tomado una decisión o realizado una acción. Por lo tanto, cuando se pronostiquen mejor los resultados, la toma de decisiones se tomarán con mayor asertividad y existen mejores posibilidades de alcanzar los resultados que se desean obtener. Resulta que con un poco de práctica, la mayoría de las personas puede predecir con precisión el resultado.

A. La responsable solicitará realizar una lluvia de ideas sobre qué pasará con la vida de las personas que lleven a cabo las siguientes acciones o decisiones: (Recordemos que en una lluvia de ideas, todas se toman en cuenta, por muy absurdas que sean, lo mejor es cantidad y lo importante es mejorar.

- Consumir alcohol
- Irse de casa
- Tomar pastillas
- Dejar de estudiar
- Consumir tabaco
- Robar

B. Tomamos reflexión sobre las acciones que se tomen anteriormente mencionadas, reflexionemos sobre las consecuencias negativas y positivas que determinaron en la lluvia de ideas.

C. Nos hacemos la pregunta: ¿Estamos dispuestos a aceptarlo?

D. Conversamos entre la responsable y estudiantes que nos parece la siguiente frase: *“Sino estamos dispuestos asumir una consecuencia, que sea poco probable, tal vez, será la mejor decisión evitarlo y elegir aquella consecuencia que tiene más probabilidades de no producirse”*.

Tabla 14

Sesión N°13: “Entrevista conmigo mismo dentro de diez años”

Sesión N°13	Objetivo	Actividades	Procedimiento	Tiempo	Responsable	Materiales
“Entrevista conmigo mismo dentro de diez años”	Promover el establecimiento de metas y la elección de las mejores estrategias para su alcance.	<p>Presentación</p> <p>¿Qué puedo hacer ahora para influir en mi propia vida dentro de 10 años?</p> <p>¿Qué recursos y limitaciones tenemos para conseguir nuestras metas?</p>	<p>Se imaginan que tienen 10 años más de lo que actualmente tienen y se empiezan a preguntar sobre su vida y como llegaron a ser lo que actualmente son. <b>(Ficha 15)</b></p> <p>Lluvia de ideas</p> <hr/> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=M6bQCEbiK-E">https://www.youtube.com/watch?v=M6bQCEbiK-E</a></p> <p>Después de ver el video, solicitar opiniones de cada uno de los estudiantes.</p>	50 minutos	Estudiante	Fichas, proyector, laptop, USB, lápiz, borrador y tajador.

## FICHA 15

### “Entrevista conmigo mismo dentro de diez años”

La vida de muchas personas depende más de lo que les sucede en el transcurso de su vida que de sus propias metas. Por lo tanto, es muy probable que estas personas no cumplan con sus expectativas y sufran altos niveles de insatisfacción. Para evitar esto, es mejor considerar objetivos a largo plazo, como por ejemplo a diez años, y tener tiempo suficiente para pensar en hacer algo.

A. Pensamos cómo nos gustaría estar dentro de diez años.

- Trabajo bien remunerado
- Salud
- Mejores estudios

B. Pensamos como lograr estas metas

C. Imaginemos que tenemos diez años más y entre compañeros nos entrevistamos realizando preguntas como las que se presentan a continuación:

- ¿Qué edad tienes?
- ¿Trabajas? ¿En qué trabajas? ¿Cómo conseguiste ese trabajo?
- ¿Estudias? ¿Qué estudias?
- ¿Sigues viviendo con tus padres?
- ¿Tienes novia (o)?
- ¿Tienes hijos?
- ¿sigues teniendo tus mismos amigos?
- ¿Cómo te llevas con tus hermanos?
- ¿Cómo te llevas con tus padres?
- ¿Tienes buena salud?
- ¿Cuál han sido tus logros en los últimos diez años?
- ¿Eres feliz?
- ¿Cómo has llegado a ser así?
- ¿Qué consejo les darías a los adolescentes para lograr sus metas?

## REFERENCIAS

- Andreu, J. (2010). *Cuestionario de agresividad premeditada e impulsiva en adolescentes*. Madrid: Ediciones S.A.U.
- Aguirre, R., & Locayo, S. (2019). Lazos parentales y agresividad premeditada e impulsiva en adolescentes estudiantes de instituciones educativas de la ciudad de Piura. *Revista Paian, Vol. 10*, 4-13. Obtenido de Universidad César Vallejo.
- Andreu, J. (2010). *Cuestionario de agresividad premeditada e impulsiva en adolescentes*. Madrid: Ediciones S.A.U.
- Ayala, G. (2016). *Programa de habilidades blandas para reducir la agresividad premeditada e impulsiva en los estudiantes del 5to grado de secundaria de una Institución Educativa – Chiclayo – 2015. (Tesis de grado)*. Obtenido de Universidad Nacional Pedro ruiz Gallo: <http://repositorio.unprg.edu.pe>
- Aybar, S. (2016). *Propiedades Psicométricas De La Escala De Calidad De Vida En Estudiantes De Secundaria – La Esperanza. (Tesis de Grado)*. Obtenido de Universidad César Vallejo, Trujillo, Perú: <http://repositorio.ucv.edu.pe>
- Becerra, G. (2018). *Clasificación de habilidades blandas*. Obtenido de <http://repositorio.uchile.cl/>
- Best, C. (2018). *Programa de habilidades blandas para reducir la reducir la agresividad premeditada en estudiantes de una Institución Estatal de Chepén. (Tesis de licenciatura)*. Obtenido de Universidad César Vallejo: <http://repositorio.ucv.edu.pe>
- Borda, J. (2015). *El protocolo de investigación*. Obtenido de observatorio.epacartagena.
- Carrasco, M. (2015). *Habilidades blandas: Tolerancia a la presión*. Obtenido de <https://enlinea.santotomas.cl/>
- Casas, J. (2017). Desarrollo psicosocial del adolescente. *Revista chilena de pediatría, Vol.86*, 22-33.



- Chávez, C. (2015). *Calidad de vida y bienestar psicológico en personas con discapacidad motriz de un centro de integración de discapacitados*. Obtenido de <http://www.upao.edu.pe>
- Chupillón, M. (2018). *Esquemas mal adaptativos tempranos y agresividad premeditada – impulsiva en estudiantes de una institución educativa de Chiclayo*. Obtenido de Universidad Señor de Sipan : <http://repositorio.uss.edu.pe/>
- Cruzado, L. (2018). *Depresión y Agresividad en Alumnos de Secundaria de una I.E. de Trujillo. (Tesis de grado)*. Obtenido de Universidad César Vallejo: <http://repositorio.ucv.edu.pe/>
- Flores, M. (2016). *Agresividad Premeditada e Impulsiva y Bienestar Psicológico en Estudiantes Adolescentes del Distrito de Trujillo. (Tesis de grado)*. Obtenido de Universidad César Vallejo: <http://repositorio.ucv.edu.pe>
- Flores, M. (2016). *Agresividad Premeditada e Impulsiva y Bienestar Psicológico en Estudiantes Adolescentes del Distrito de Trujillo. (Tesis de Grado)*. Obtenido de Universidad César Vallejo, Trujillo, Perú: <http://repositorio.ucv.edu.pe>
- Gallegos, L. (2017). *Habilidades sociales y su efecto en la agresividad premeditada en estudiantes de 5° grado de secundaria de una Institución Pública de Quito. (Tesis de grado)*. Obtenido de Universidad San Francisco de Quito: <https://www.usfq.edu.ec/>
- Gomez, A. (2018). *Programa de habilidades blandas y su efecto en la agresividad premedita e impulsiva en adolescentes mujeres de Trujillo. (Tesis de grado)*. Obtenido de Universidad César Vallejo: <http://repositorio.ucv.edu.pe/>
- Granda, C. (2018). *Estrategias de habilidades blandas para reducir los niveles de agresividad en estudiantes de 4° y 5° grado de secundaria de una Institución Educativa del Ecuador. (Tesis de grado)*. Obtenido de Universidad Católica del Ecuador: <https://www.puce.edu.ec/>
- Grimaldo, M. (2016). *Escala de Calidad de Vida de Olson y Barnes*. Obtenido de Universidad de San Martín de Porres: <https://www.usmp.edu.pe>

- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2016). *Metodología de la investigación. (Sexta Edición)*. México: Mc Graw Hill. Obtenido de <http://repositorio.ucv.edu.pe>
- Hernández, Y. (2015). *afrentamiento y agresividad en estudiantes universitarios de la universidad de los Andes en Venezuela*. Obtenido de Universidad de los Andes, Madrid, España: <https://uniandes.edu.co>
- Instituto Juvenil Quintanarroense. (2016). *El 76% de los jóvenes han experimentado diversas formas de agresión*. Obtenido de <https://www.qroo.gob.mx/juventud>
- Instituto Nacional De Estadística e Informática. (2017). *Población menor de 18 años que cometieron alguna infracción, según el departamento de seguridad ciudadana*. Obtenido de <http://repositorio.ucv.edu.pe/>
- Martínez, P., & Moncada, L. (2015). *Relación entre los niveles de agresividad y la convivencia en los estudiantes de cuarto grado de educación primaria de la I.E.T Nª 88013 "Eleazar Guzmán Barrón"*. Obtenido de <http://repositorio.ucv.edu.pe>
- Mujica, J. (2015). *¿Qué son habilidades blandas y como se aprende?*. Obtenido de <https://educrea.cl/>
- Noguera, K. (2016). *Desarrollo de habilidades blandas para reducir la agresividad en adolescentes de una Institución Educativa de Chile. (Tesis de grado)*. Obtenido de Universidad de Chile: <https://www.uchile.cl/>
- Ñaupas, H., Mejía, E., Novoa, E., & Villagómez, A. (2016). *Metodología de la investigación*. Colombia: Editores de la U.
- Papalia, D. (2016). *Psicología del Desarrollo de la Infancia a la Adolescencia*. Bogotá: Mc.Graw-Hm.
- Parrott, D., & Giancola, P. (2017). Addressing "The criterion problem" in the assessment of aggressive behavior. *Aggression and Violent Behavior, 12*, 280-299.
- Peña, R. (2018). *Agresividad Premeditada e Impulsiva y Calidad de Vida en Adolescentes Del Distrito La Esperanza. (Tesis de Maestría)*. Obtenido de Universidad César Vallejo, Trujillo, Perú: <http://repositorio.ucv.edu.pe>

- Raffo, K. (2018). *Agresividad premeditada e impulsiva y estrategias de afrontamiento en alumnos del nivel secundario de una institución educativa estatal de Trujillo*. Obtenido de Universidad Nacional de Trujillo: <https://repositorio.upn.edu.pe/>
- Requejo, A. (2018). *Agresividad premeditada e impulsiva en adolescentes de una Institución Educativa Pública del distrito de San Martín de Porres, 2018*. (Tesis de grado). Obtenido de Universidad César Vallejo: <http://repositorio.ucv.edu.pe/>
- Rodriguez, S. (2018). *Autoconcepto y agresividad premeditada e impulsiva en estudiantes de una Institución Educativa Pública de Comas. Lima. (Tesis de Maestría)*. Obtenido de Universidad César Vallejo, Lima, Perú: <http://repositorio.ucv.edu.pe>
- Romaní, C., Gutiérrez, J., & Lama, Y. (2016). Reporte de victimización Escolar. *Revista Peruana de Epidemiología*, 14(3), 1-9.
- Romaní, F. (2017). *Auto-reporte de agresividad escolar y factores*. Obtenido de <https://medicina.unmsm.edu.pe>
- Rosales, M. (2018). *Programa de habilidades blandas para reducir la agresividad en niños de una Institución Educativa pública de Virú. (Tesis de grado)*. Obtenido de Universidad César Vallejo: <http://repositorio.ucv.edu.pe>
- Serrano, P. (2016). *Agresividad Infantil*. Madrid: Ed. Educadores.
- Vara, A. (2012). *Siete pasos para una tesis exitosa*. Lima, Perú: Universidad de San Martín de Porres.
- Villanueva, H. (2016). *Habilidades blandas y resolución de conflictos en los estudiantes de 3º grado de las instituciones educativas de la Red 02, Rímac – 2016. (Tesis de Maestría)*. Obtenido de Universidad César Vallejo: <http://repositorio.ucv.edu.pe>
- Yturalde, E. (2016). *Habilidades para un futuro exitoso*. Colombia: Ediciones de la U.

## ANEXOS

### Anexo 1: Cuestionario

#### Cuestionario de Agresividad Premeditada e Impulsiva (CAPIA-A)

GRADO: \_\_\_\_\_ SECCIÓN: \_\_\_\_\_ EDAD: \_\_\_\_\_

A continuación, encontraras una serie de frases que tienen que ver con diferentes formas de pensar, sentir y actuar. Lee atentamente cada una de ellas y elije la respuesta que mejor refleje tu grado de acuerdo o desacuerdo con lo que dice la frase. No hay respuesta correcta ni incorrecta por lo que es importante que contestes de forma sincera. Por favor, tampoco pases mucho tiempo decidiendo las respuestas y señala lo primero que hayas pensado al leer cada una de las frases. Responde a cada una de las frases la siguiente escala.

1	2	3	4	5
Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Indeciso	De acuerdo	Muy de acuerdo

Instrucción:

Rodea con un círculo la alternativa elegida (1, 2, 3, 4 o 5)

1	Creo que mi agresividad suele estar justificada	1	2	3	4	5
2	Cuando me pongo furioso, reacciono sin pensar.	1	2	3	4	5
3	Creo que la agresividad no es necesaria para conseguir lo que se quiera	1	2	3	4	5
4	Después de enfurecerme, suelo recordar muy bien lo que ha pasado.	1	2	3	4	5
5	Soy capaz de controlar mi deseo de agresividad.	1	2	3	4	5
6	Durante una pelea, siento que pierdo el control de mí mismo.	1	2	3	4	5
7	He deseado que algunas de las peleas que he tenido, realmente ocurrieran.	1	2	3	4	5
8	Me he sentido tan presionado que he llegado a reaccionar de forma agresiva.	1	2	3	4	5
9	Pienso que la persona con la que discutí realmente se lo merecía.	1	2	3	4	5
10	Siento que se me ha llegado a ir la mano en alguna pelea.	1	2	3	4	5
11	Ser agresivo me ha permitido tener poder sobre los demás y mejorar mi nivel social.	1	2	3	4	5
12	Me suelo poner muy nervioso o alterado antes de reaccionar furiosamente.	1	2	3	4	5
13	Conocía a muchas de las personas que participaron en la pelea.	1	2	3	4	5
14	Nunca he bebido o tomado drogas antes de pelearme con otra persona.	1	2	3	4	5
15	Algunas de las peleas que he tenido han sido por venganza.	1	2	3	4	5
16	Pienso que últimamente he sido más agresivo de lo normal.	1	2	3	4	5

17	Antes de pelearme con alguien, sé que voy a estar muy enojado.	1	2	3	4	5
18	Cuando discuto con alguien, me siento muy irritable.	1	2	3	4	5
19	A menudo mis enfados suelen dirigirse a una persona en concreto.	1	2	3	4	5
20	Creo que mi forma de reaccionar ante una provocación es excesiva y desproporcionada.	1	2	3	4	5
21	Me alegro de que ocurrieran algunas discusiones que he tenido.	1	2	3	4	5
22	Creo que discuto con los demás porque soy muy impulsivo.	1	2	3	4	5
23	Suelo discutir cuando estoy de muy mal humor.	1	2	3	4	5
24	Cuando me peleo con alguien, cualquier situación me hace explotar rápidamente.	1	2	3	4	5

A continuación, te planteamos una serie de frases referentes a distintos aspectos de tu vida. Lee atentamente cada una de ellas y MARCA CON UNA CRUZ (X) la casilla que mejor se ajuste a lo que tú piensas.

		Verdadero	Falso
1	Hago todo lo que me dicen y mandan.		
2	Alguna vez he dicho alguna palabrota o he insultado a otro.		
3	No siempre me comporto bien en clases.		
4	He sentido alguna vez deseos de faltar a clase y no ir al colegio.		
5	Alguna vez he hecho trampas en el juego		
6	He probado el alcohol o el tabaco.		

**POR FAVOR, COMPRUEBA QUE HAYAS CONTESTADO A TODAS LAS CUESTIONES CON UNA SOLA RESPUESTA.**