



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

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

Propuesta del Programa “Lidiando conmigo” para reducir las conductas agresivas en adolescentes varones de una Institución educativa de Ate, Lima

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
Licenciada en Psicología**

AUTORAS:

Traverso Toralva, Hilary Ashly (orcid.org/0000-0001-6976-8980)
Rodriguez Villanueva, Mariluz Rosa (orcid.org/0000-0001-8255-4442)

ASESOR:

Mg. Castro Santisteban, Martin (orcid.org/0000-0002-8882-6135)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Violencia

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

Promoción de la salud, nutrición y salud alimentaria

LIMA – PERÚ

2023

Dedicatoria

Dedicada a nuestra sociedad actual, a nuestros seres queridos que creyeron en nuestro potencial y a nosotras mismas, por el esfuerzo y perseverancia que mostramos en el proceso.

Agradecimiento

La más sincera gratitud a nuestro asesor y la universidad por la oportunidad que nos brinda de poder desarrollarnos profesionalmente.

Agradecemos también a nuestras madres por apoyarnos fielmente de inicio a fin. Para finalizar, el agradecimiento va para las personas que creyeron en nuestro potencial y resultado.

Índice de contenidos

	Pág.
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Índice de contenidos	iv
Índice de tablas	v
Resumen	vi
Abstract	vii
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	4
III. METODOLOGÍA	11
3.1. Tipo y diseño de investigación	11
3.2. Variables y operacionalización	12
3.3. Población, muestra y muestreo	13
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	14
3.5. Procedimientos	15
3.6. Método de análisis de datos	15
3.7. Aspectos éticos	16
IV. RESULTADOS	17
V. DISCUSIÓN	22
VI. CONCLUSIONES	26
VII. RECOMENDACIONES	27
REFERENCIAS	
ANEXOS	

Índice de tablas

		Pág.
Tabla 1	Nivel de agresividad en adolescentes varones de una Institución educativa de Ate, Lima-2022	17
Tabla 2	Nivel de agresión física en adolescentes varones de una Institución educativa de Ate, Lima-2022	18
Tabla 3	Nivel de agresión verbal en adolescentes varones de una Institución educativa de Ate, Lima-2022	19
Tabla 4	Nivel de hostilidad en adolescentes varones de una Institución educativa de Ate, Lima-2022	20
Tabla 5	Nivel de ira en adolescentes varones de una Institución educativa de Ate, Lima-2022	21

Resumen

El objetivo fue proponer y diseñar el programa “*Lidiando conmigo*” para disminuir los niveles de conductas agresivas de adolescentes varones en el distrito de Ate; teniendo como enfoque la teoría de Inteligencia Emocional de Salovey y Mayer, se propone ejecutar 3 módulos con 4 sesiones cada uno, dando un total de 12 sesiones. Partiendo de la revisión de artículos científicos que identifican los niveles de agresividad en varones; se genera una investigación de tipo básica de medida cuantitativa y descriptiva, denominada también como una investigación diagnóstica. El diseño empleado es no experimental, de investigación propositiva. El tamaño de la muestra es de 245 adolescentes varones. Con respecto a los resultados se pudo evidenciar que la conducta agresiva en varones adolescentes es de 60%, esto basado desde los niveles medios y más altos del cuestionario de agresividad de Buss y Perry. Con esto se evidencia que más del 50% de los alumnos muestran actitudes agresivas, los cuales requieren que se pueda trabajar el programa propuesto.

Palabras clave: Agresividad, programa, adolescentes varones, inteligencia emocional.

Abstract

The objective was to propose and design the "Dealing with me" program to reduce the levels of aggressive behavior of male adolescents in the Ate district; Taking Salovey and Mayer's theory of Emotional Intelligence as a focus, it is proposed to execute 3 modules with 4 sessions each, giving a total of 12 sessions. Starting from the review of scientific articles that identify the levels of aggressiveness in men; a basic type of quantitative and descriptive research is generated, also called diagnostic research. The design used is non-experimental, of purposeful research. The sample size is 245 male adolescents. Regarding the results, it was possible to show that aggressive behavior in adolescent males is 60%, based on the average and highest levels of the Buss and Perry aggressiveness questionnaire. With this it is evident that more than 50% of the students show aggressive attitudes, which require that the proposed program can be worked on.

Keywords: Aggression, program, male adolescents, emotional intelligence.

I. INTRODUCCIÓN

Nuestra realidad actual social nos indica elevados niveles de sucesos problemáticos en relación a la conducta agresiva. Los niveles más cotidianos donde se observa este aspecto son los espacios privados como el hogar y los espacios públicos como el colegio y los lugares de trabajo. Al hablar de violencia evidentemente se hace el estudio desde una situación de las víctimas y la seguridad de estas. Sin embargo, muchas veces se deja de lado el componente de los agresores, ya que, al cometerse una agresión, el principal responsable es la persona que agrede (Rus, 2021).

A nivel internacional, se evidencia que alrededor de 736 millones de mujeres (es decir, una de cada tres en el mundo) son víctimas de conductas agresivas según la Organización Mundial de la Salud (2021). En ese rubro, la tendencia generalizada de la agresión tipifica principalmente a los varones como agentes de la agresión. La institución citada manifiesta que el análisis del problema no debe dejar de lado el tratamiento de los victimarios, a esto, la participación con adolescentes transgresores es mucho más eficiente que la reeducación de delincuentes adultos, por lo que es fundamental colocar programas de reeducación y de prevención (Panadero, 2018).

En diversos países, se observa una tendencia por prevenir las conductas agresivas, en España, por ejemplo, en base al tratamiento educativo y terapéutico para infractores menores, la agencia propone un programa donde trabajan en: la reflexión, la empatía, el cuestionamiento sobre las creencias que comprueban la violencia, la gestión de emociones y la resolución de conflictos, todo ello lo hacen a través de programas psicoeducativos (Panadero, 2018).

El Programa de prevención de noviazgos violentos de adolescentes del municipio de Patacamaya en Bolivia, fue llevado a cabo en un colegio, solo con alumnos de secundaria, en la cual se realizó un trabajo dirigido al área de psicología, generando de esta manera un programa que se enfoca en plantear talleres con nuevas masculinidades frente al noviazgo entre adolescente (Quintella, 2021).

Hasta la actualidad, en el Perú se han atendido 93191 sucesos de violencia, de los cuales 79800 (85,6%) de los casos corresponden a las mujeres como víctimas. Al mismo tiempo, se registran 350 acontecimientos de violencia económica o patrimonial, 12054 casos de violencia sexual, 36697 casos de

agresión física y 44090 son casos de agresión psicológica (Cuadros, 2022). Las denuncias indican incremento de casos concentrados principalmente en varones entre los 20 y 29 años [Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI), 2021]. En términos de proyección Ascarrunz (2022) plantea que los siguientes años estas cifras podrían incrementarse en un 50%. Por ello, se percibe una tendencia a generar herramientas de solución que permitan una concientización sobre las prácticas que nuestro contexto todavía acontece de manera generalizada.

Ante las situaciones mencionadas, en Perú se han planteado programas orientados a trabajar sobre la Inteligencia Emocional, como el programa de Bizueta (2020) en Piura, el cual ha demostrado problemas de déficit de dominio de emociones que implica a expresarse con comportamientos violentos. Esta propuesta se realizó con el fin de ayudar al progreso de comportamientos violentos de los estudiantes. Existe también el programa cognitivo-conductual para varones violentos en relaciones de pareja que plantea Lúcar y Quintana (2018), que intentan disminuir el reiterado comportamiento agresivo; estos programas se centran en el cambio de aquellas distorsiones cognitivas que se tengan contra la mujer.

La etimología con respecto a la agresividad, se debe a lo que Goleman llama el “secuestro emocional” que está dirigido por la amígdala, la zona más “antigua” del cerebro (encargada de las primarias emociones), se desarrolla previamente al hipocampo (responsable de la memoria) y la corteza prefrontal (asume la toma de decisiones). La causa de esta agresividad en los adolescentes, radica en controlar sus impulsos, habilidades sociales deficientes, baja tolerancia a la frustración o en una mala conducción del enfrentamiento en el hogar, que no tiene contribuido modelos eficaces a copiar. Puede ser indicio de baja autoestima, alguna lucha interna, depresión o ansiedad, entre otras, que en los adolescentes y pre adolescentes suelen expresarse de modo predominante con enfado, antes que con la tristeza (Psicólogos de Valencia APAI, 2018).

Ante esta problemática surge la siguiente: ¿Qué características tiene la propuesta del programa “*Lidiando conmigo*” para disminuir las conductas agresivas en varones adolescentes con niveles elevados de agresividad del distrito de Ate?

Teniendo en cuenta lo anterior, la justificación de esta investigación se debe a un porcentaje considerable de adolescentes que muestran conductas agresivas de niveles altos en instituciones educativas de Lima, por lo cual se vio conveniente elaborar una propuesta de programa de participación psicológica enfocado en el dominio emocional, con la finalidad de acortar comportamientos agresivos de manera global y en sus diferentes dimensiones. También servirá como un antecedente y material de consulta para estudiantes de psicología profesionales e investigadores. Dicho programa está estructurado en tres módulos y 12 sesiones, este programa podrá ser utilizado por aquellas personas e instituciones que tengan interés en abordar la problemática de la agresión en adolescentes.

Se tiene como objetivo principal diseñar la propuesta del programa "*Lidiando conmigo*" para disminuir los niveles de conductas agresivas de adolescentes en el Ate; asimismo se tiene como objetivos específicos, delimitar los niveles altos de conductas agresivas en adolescentes, determinar los niveles de conductas de agresión física en adolescentes; determinar los niveles de conductas de agresión psicológica en adolescentes, identificar los niveles de conductas de hostilidad en adolescentes y determinar los niveles de conductas de la ira en adolescentes.

II. MARCO TEÓRICO

Silva, et. al. (2021) analizaron un estudio sobre los comportamientos agresivos en estudiantes de secundaria en Bucaramanga, Colombia. Se destinó un Instrumento “Ad hoc” y el Cuestionario de Agresividad Premeditada e Impulsiva en Adolescentes (Andreu, 2010), los cuales se emplearon de manera autoadministrada desde un muestreo no probabilístico. Donde su alcance fue descriptivo, intentan detallar las particularidades de dicha conducta en una muestra de 351 participantes, donde el resultado plantea de manera general, que los varones obtienen como resultado tendencias altas de agresividad, por una comunicación distante desde lo físico y afectivo con el padre, como también presentaron tener referencias de haber tenido dificultades con otros por ejercer la agresión.

Losada (2021) generó un programa para intervenir y prevenir violencia hacia las mujeres adolescentes en la Institut Públic El Cairat (IES) de Esparreguera - España, de nivel descriptivo, propone aplicarlo en adolescentes de 14 a 18 años. Como base, se aplicó el instrumento del cuestionario de la Clasificación de mitos del amor romántico creada por el Instituto Andaluz de la Mujer (2011), la Escala DSA, de Detección de Sexismo en Adolescentes (Recio, Cuadrado y Ramos, 2007) y la Escala de Percepción del abuso (Fundación Mujeres, 2007), donde el resultado prueba que las chicas han sido víctimas de comportamientos abusivos en mayor medida que los chicos, que la mitad de los jóvenes (mujeres y varones) creen aún en el amor romántico como “mi media naranja” y “el amor lo perdona todo” y en mayor porcentaje se muestra que el sexo femenino tiene más conocimiento sobre la violencia de género que el sexo masculino.

En cuanto a las investigaciones nacionales tenemos a Alarcón y Natividad (2019) quienes hicieron una propuesta de programa que pretende disminuir los rasgos de agresividad en Ferreñafe, por intermedio de un diseño descriptivo propositivo de tipo cuantitativo no experimental transversal en una muestra de 272 adolescentes, sobre un enfoque de terapia cognitivo conductual, por consiguiente, se usó como instrumento Cuestionario de Agresión (AQ) de Buss y Perry, obteniendo como resultados de manera general niveles elevados de agresividad al 67%; por otro lado, agresividad física y verbal en 58%.

Ramirez (2018) hizo una propuesta de programa para disminuir los altos porcentajes de conductas agresivas en adolescentes de Iquitos, por medio de un diseño descriptivo propositivo de tipo cualitativa con una muestra de 29 estudiantes enfocados en modelos de habilidades sociales; así mismo se llevó a cabo por medio de instrumentos como fichas de observación, alcanzando altos niveles de agresividad en los participantes.

Rengifo, et. al. (2022) en su investigación determinaron la relación que había entre la altura de riesgos en comportamientos adictivos a las vías de internet y al comportamiento agresivo en adolescentes, se realizó en enfoque cuantitativo, diseño no experimental, de corte transversal. La demostración dentro de la población fue de 300 jóvenes adolescentes dentro de los 11 a 15 años de edad. Descubriendo que los estudiantes adolescentes cuanto más uso a las redes sociales, son más expuestos a manifestar comportamientos que involucran agresión.

Julca (2021) género una propuesta de programa con el objetivo de disminuir la conducta agresiva en adolescentes de Lima, por medio de un diseño descriptivo de tipo cuantitativo conformado en una muestra de 50 alumnos en base al enfoque TCC (terapia cognitivo conductual); se usó el Cuestionario de agresión de Buss y Perry, obteniendo como resultados niveles medios y altos a lo largo del País

Gutierrez (2021) realizó una investigación con la finalidad de resolver las actitudes frente a los niveles altos de violencia en adolescentes de una institución educativa de Barranca, Lima. El análisis es de 184 estudiantes de secundaria, con un corte transversal de nivel descriptivo. Estuvo compuesta por área, el muestreo es no probabilístico; las referencias fueron seleccionadas. Los resultados de esta investigación, mostro que los participantes masculinos presentan un nivel alto de indiferencia hacia la violencia de género en contra de la mujer en los niveles: conductuales, afectivos, cognitivas, de sexo y de actitud.

Con respecto al término agresividad en relación a sus orígenes, causas y consecuencias es importante abordar los conceptos y teorías que expliquen determinadamente dicha idea. Así pues tenemos a Buss y Perry (1992) quien nos dice la agresividad es una especie de reacción duradero, la cual simboliza la característica individual del sujeto, con el objetivo de dañar a otra persona, así mismo esto puede manifestarse con conductas agresivas física y

verbalmente que van acompañadas de ira y hostilidad; así mismo el concepto de agresividad desde el enfoque psicológico se define como acción impulsiva, puesto que es una forma inmediata de actuar cuando el individuo está en un estado eufórico y una forma premeditada cuando dicha acción está planificada (Rodríguez 2020)

Por otro lado, podemos definir la agresividad, en términos generales, como “aquella conducta que manifiesta energía vital, pulsión, naturalidad de supervivencia, en muchos de ellos para hacer daño a otra persona, sea física o verbal, en busca de dañar relaciones o el status social de los demás (Pérez y Cernuda 2020)

La Teoría de la agresividad de Buss y Perry (1992), menciona que la conducta agresiva forma parte de los rasgos de la personalidad y esta se conoce con el hábito de atacar de diferentes formas a los demás, el autor agrupa dicha expresión en tres estilos principales como: Estilo dicotómico físico-verbal, esta califica a personas tranquilas, que no ejercen agresividad verbal; sin embargo llegan a atacar incluso al asesinato; viceversa a una persona que con frecuencia regaña, critica y quizá amenaza pero no ataca físicamente, es decir estos sujetos llegan a desatar sus impulsos reprimidos en algún momento de su vida sin tener control sobre ello. Mientras que el Estilo dicotómico activo-pasivo: refiere en el ámbito activo de los individuos; puesto que las personas en algún momento de su vida manifiestan su agresividad y en el ámbito pasivo, la agresividad se representa por personas inactivas que no inician ninguna clase de agresión. Finalmente, el autor menciona el Estilo dicotómico directo-indirecto el cual sostiene que una persona agresiva directo daña de manera natural y directamente a su víctima, mientras que un sujeto agresivo indirecto por lo general es astutos y cautelosos en su conducta agresiva quienes de manera subliminal ven la forma para canalizar y descargar su agresividad sobre otro espécimen usando objetos con intenciones dañinas y maliciosas.

La Teoría Social-cognitivo de Bandura: Dicho modelo Bandura (1974) asegura que los comportamientos agresivos son netamente aprendidas desde la propia experiencia y observación de quienes rodean al ser humano, es decir los individuos imitan las conductas agresivas de otros sujetos de las cuales actúan desde un enfoque aprendido; en mayor frecuencia en la infancia y adolescencia; reforzando dicha teoría tenemos a Flores (2016) quien afirmó que las conductas

están determinadas por causas ambientales y personales; según el autor existen dos formas de alcanzar reacciones agresivas: La experiencia directa y el aprendizaje por observación; puesto que los niños fijan las respuestas o conductas agresivas de su alrededor y a través de su aprendizaje ellos captan dichos comportamientos y dejan grabado dentro de su memoria, en este punto también encontramos el refuerzo directo de manera cognitiva.

Para ahondar la variable se ha considerado La Teoría de la agresión – frustración: planteada por Dollard y sus colaboradores (1939), quienes puntualizan a la agresividad como un corte al orden de la conducta. Su postura demanda que, cuanto menos manejo a la frustración en la infancia, mayor conducta agresiva se refleja en la adultez, puesto que la esencia se halla a partir de la infancia, ya que uno se está adaptando a no sujetar en seguida lo que anhelamos, a comprender perseverar, a no desquiciarse y estimar los enfados en el momento en el que nos solicitan una contrapartida o un periodo para adquirirlo puesto que la insuficiencia de tolerancia además es una causa que dirige a la frustración, un desarrollo estoicismo implica un acrecentamiento de tolerancia. Es decir, esta teoría postula que la agresión es ejercida ante el resultado de un bloqueo emocional que se surge cuando algo se había planificado y no se cumple en su tiempo premeditado.

Berkowitz (1962) propuso, por su parte, que las conductas agresivas se desarrollan frente a escenarios de frustración. De esa manera, se desarrollan impulsos que intentan controlar la situación de frustración, los mismos que se pueden consolidar como hábitos a largo plazo, sin una correcta regulación de la conducta Pérez y Cruz (2003).

A continuación, se fundamenta los conceptos de cada dimensión que se dará a conocer del instrumento de Buss y Perry, por consiguiente, tenemos a la Agresividad física: Por tal se entiende como: “algún compartimiento que contiene características de lesionar o despreciar a un sujeto, es un proceder que el individuo ejecuta con el objetivo de dañar material o psicológicamente” (García et al., 2020). Finalmente podemos definir este término por Buss y Perry (1992) lo cual indica que es un ataque directo al cuerpo físico o interno generando golpes o usando armas para herir o perjudicar a otros individuos.

Por su parte, la agresividad verbal García (2020) define a la agresión verbal como aquella que: “intenta causar daño psicológico, humillación, vergüenza y otras emociones que generan malestar y que a veces resulta en ataque físico” de igual forma (La ONU MUJERES) señala que la agresión verbal, consiste en incitar miedo a través de la amenaza; con causar daño físico, su pareja o sus hijas(os), o con desmantelar sus bienes y mascotas; en imponer maltrato psicológico o en obligar a apartarse de su familia, trabajo, amistades o escuela, así mismo tenemos a Buss y Perry (1992) quien menciona en este sentido a la agresión verbal como un detonante motor para agredir, puesto que ello se manifiesta por medio de discusiones, amenazas, gritos, insultos y críticas, finalmente se estima como una forma de defensa personal del cual se acompaña de humillaciones.

Además, la definición de Ira. - Incluye sentimientos de enfado o enojo de gran magnitud cambiante Spielberger, et. al. (1983). Diamond (1982), desde otro punto, describió la ira como un cuadro de estimulación total del cuerpo con factores viscerales, expresivos, somáticos y subjetivos. (Izard 1977) la definió como una sensación fundamental que se manifiesta cuando el cuerpo se ve interpuesto o impedido en la secuencia de una meta o en la satisfacción de una necesidad, además Fernández y Abascal (1998). mencionan que la ira, es una reacción de irritación, furia o cólera que puede verse licitada por la indignación y el enojo al sentir vulnerados nuestros derechos, después de todo (Buss y Perry) expresa que la ira es una activación automática psicológica que se prepara para agredir, de tal manera se plantea como una agrupación de sentimientos que se dirigen por la percepción de sentirse dañados.

Hostilidad: Se relaciona directamente con las dimensiones de la agresividad, según Breuer (2015), se define como una consecuencia agresiva de la observación del contexto, situación o entorno en el que el sujeto se desarrolla. Se dice hostilidad cuando alguien nos desagrade, singularmente si deseamos el mal para aquel sujeto (Buss, 1961). Un ser humano hostil es uno que generalmente ejerce descripciones negativas hacia los demás, manifestando desprecio o disgusto general por muchas personas finalmente, es importante precisar la definición de hostilidad, pues se relaciona directamente con las dimensiones de la agresividad y la ira (Kaufmann, 1970).

La hostilidad, según Breuer (2015), se define como una consecuencia agresiva de la observación del contexto, situación o entorno en el que el sujeto se desarrolla. En ese sentido, se enmarca dentro de un aprendizaje social. Por otro lado, George Kelly (1957), nos ofrece una visión más clásica de la hostilidad, que se define como una actitud en serie de agresión, señalamiento y molestia sostenida sin razón aparente, es decir, una actitud que se toma contra alguien o algo en síntesis, se puede distinguir que la ira es un estado emocional, la agresividad es una conducta y la hostilidad una actitud.

Por otra parte, es importante definir que un programa es como un instrumento direccionado en principios, que engloba en su estructura elementos significativos que dirige la estructura del individuo que queremos formar, siendo este una herramienta de cambio. Desde el enfoque de la orientación, los programas son acciones metódicas, cuidadosamente planeadas, dirigidas a unas metas, como solución a las necesidades (Rodríguez et al., 1999).

Las intervenciones de diversos de programas se basan en la clasificación que realiza Geldschläger (2019), donde se encuentra: i) programas instrumentales de intervención, que destacan por su carácter analítico y descriptivo en cifras. Su objetivo es ofrecer un diagnóstico cuantitativo sobre determinado factor a solucionar; ii) programas de prevención, que enfatizan en el uso de estrategias para prevenir comportamientos y/o fenómenos en una población determinada; iii) programas de intervención al estímulo, que busca prolongar efectos positivos que anteriormente se hayan comprobado en un programa instrumental o un programa de prevención. Para los intereses de esta investigación, el programa que se ofrece está enmarcado dentro de la dimensión preventiva de la tipología que se propone.

Para la presente investigación se necesita comprender la definición del manejo emocional tanto en su dimensión práctica como en su dimensión teórica (que en este caso se desarrolla a través del programa). Se entiende al manejo emocional, como: conexión igualitaria entre emoción y cognición. Se apoya en la facultad de distinguir entre sentimientos y emociones, de tal manera emplearlos productivamente haciendo uso de habilidades, actitudes y habilidades (Daniel Goleman, 2018). Este talento accede establecer buenas relaciones con nuestro entorno (Martínez, 2017). En ese sentido, se debe comprender al manejo

emocional como una herramienta de mejora para los tipos de relaciones que se establecen en las parejas, así como la relación entre la sociedad y los individuos.

Para el programa “Lidiado Conmigo”, está fundamentada en la teoría de la inteligencia emocional, quienes formularon una conjetura hacía un juicio humanitario, donde la conceptualizan como una muestra de ejemplo en conocimiento ante la sociedad que introduce la capacidad de entender y supervisar las propias emociones y las de los demás, diferenciar entre ellas y emplear la comunicación (afectiva) para dirigir las acciones y pensamientos de uno. La inteligencia emocional está descrita como la capacidad para distinguir, evaluar y manifestar bien la emoción; es la capacidad de entender la emoción y el discernimiento emocional; la destreza de aceptar y/o propagar sensaciones que posibiliten funciones intelectuales y la actividad cambiante; y por último es tener la soltura para organizar lo que siente en uno mismo y en los demás (Mayer y Salovey, 2007).

En servicio de cómo cada persona responde a las emociones y la exclusión se presenta en el ejemplar de inteligencia emocional; a) Pensamiento emocional: es la capacidad para distinguir las emociones propias y la de los demás, así como percibir emociones en otros estímulos; b) Nutrición emocional: es la aptitud de notar, generar y usar emociones como indispensables para transmitir sentimientos; c) Entendimiento emocional: Se da en la destreza para entender la indagación emocional, es vincular las emociones a través de los años de vida, siendo este el proceso de combinación el cual generará comprensión y consideración hacia los motivos emocionales; d) Organización emocional: La cualidad para dejar libre las sensaciones, profundizar los propios y los de los demás, así como favorecer el discernimiento y el crecimiento personal (Mayer y Salovey, 1997).

III. METODOLOGÍA

3.1 Tipo y diseño de investigación

Tipo de investigación

La presente investigación es de tipo básica, porque sirve de soporte a la investigación tecnológica o aplicada; y es primordial porque es necesario para el crecimiento de la ciencia (Esteban, 2018). Asimismo, es de medida cuantitativa.

Es de nivel descriptiva, ya que su finalidad es recoger datos sobre los aspectos dimensiones, características o propiedades de las instituciones o personas de las evoluciones sociales. Esta investigación se denomina también diagnóstica, porque sirve para tomar decisiones merecidas a nivel de organización como una institución educativa (Esteban, 2018).

Diseño de investigación

El diseño empleado es no experimental, ya que no existe manipulación de variable y transversal porque los datos con la información se recogen en un tiempo único, en un solo momento (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018) y porque miden las particularidades de uno o más grupos de sujetos en una situación específica, sin calcular la valoración de estos sujetos (Esteban, 2018).

Es de investigación propositiva, ya que se caracteriza por generar entendimiento a partir del quehacer de cada uno de los integrantes del género de exploración, con el fin de obtener elevados niveles de rendimiento y adquirir investigación científica interna y externa, enfocadas en forma inter y transdisciplinaria la exigencia de solucionar problemas concernientes a nivel local y global (Zuniga, 2019).

3.2 Variables y operacionalización

Propuesta del Programa “Lidiando Conmigo”

Definición conceptual:

El programa es aquel que cumple una intervención profesional en un contexto donde se desarrolla una problemática de corte sociocultural que tiene como fin generar espacios con actividades donde las poblaciones vulnerables que participen en él, con el fin de fortalecerse psicoeducativa mente, lo que quiere decir que se les brinda herramientas para que puedan desarrollarse, cambiar y mejorar el contexto en el que viven (Úcar, 2022).

Definición operacional:

El programa es socioeducativo, estará dirigido a varones, que tiene como objetivo disminuir los niveles de conducta agresiva, cuenta con 3 módulos que se transmitirá en 12 sesiones, 2 sesiones por semana, con 12 horas cronológicas / pedagógicas, empleando talleres pedagógicos con metodología activa-participativa.

Indicadores

Módulo 1: Haciendo uso de las diferentes técnicas de autocontrol que se les enseñaran en cada sesión, se pretende reconocer e identificar las emociones, de este modo podrán desarrollar un control sobre ellas, que le permitan dar cambios positivos en su vida.

Módulo 2: Mediante la práctica de técnicas asertivas y sociodramas, se podrá desarrollar habilidades comunicativas con reflexión y análisis de situaciones cotidianas para la mejora personal.

Módulo 3: Descubrir el valor positivo de un conflicto como medio para solucionar problemas y fortalecer el desarrollo personal a través de talleres activos y vivenciales, sociodramas y juego de roles.

Conductas Agresivas

Definición conceptual:

Se definen como respuestas emocionales desbordantes que se dan cuando el sujeto que las realiza no obtiene algo que desea y siente una frustración tan grande que tiene el impulso de dirigir su agresividad hacia el estímulo que lo originó o hacia un tercero (Dollar y Carrillo, 2018).

Definición operacional:

Las conductas agresivas fueron evaluadas por medio de un cuestionario diseñado por Buss y Perry, que mide la agresividad verbal, física, ira y hostilidad (Ortecho, 2021).

Indicadores

Refiere a ataques conducidos por golpes en el cuerpo, patadas, jalones, pellizcos, bofetadas, además de usar armas como cuchillos, palos, revolver etc. así mismo se manifiestan con expresiones verbales negativas como; insultos, humillaciones, amenazas, críticas, desprecios etc. Por otro lado, tenemos el estado emocional innato del ser humano del cual se caracteriza mediante, cólera, enfado, rabia, enojo o furia, y finalmente la actitud provocativa, abusiva y rencor.

Escala

Ordinal, tipo Likert

3.3 Población, muestra y muestreo

Población

Se trabajó con una población de 733 adolescentes de secundaria de un colegio de Ate. Esta es definida como aquel conjunto de elementos finitos o infinitos que poseen características en común, que son parte de una investigación y pueden extenderse en ellas las conclusiones de la misma (Arias, 2016).

Criterios de inclusión:

Varones de 12 a 18 años.

Varones adolescentes que residan en el distrito de Ate.

Varones adolescentes del nivel secundario.

Varones que hayan dado su consentimiento informado para participar

Criterios de exclusión:

Mujeres adolescentes de la Institución Educativa.

Varones adolescentes que tengan alguna discapacidad mental.

Varones que no cuenten con internet.

Mayores de 18 años.

Muestra

Estuvo conformada por 245 adolescentes varones que tienen entre 12 a 18 años. En nuestro caso son solo varones por las características de la propuesta del programa, por lo que se utilizó una muestra no probabilística por conveniencia. Que cumpla con los criterios de inclusión y exclusión.

Muestreo

Se empleó el tipo de muestreo no probabilístico por conveniencia. Esto, basándose en lo ventajoso, próximo y accesible de los individuos para el examinador (Manterola, 2017). Es por conveniencia porque la institución nos permitió acceder a este grupo de estudiantes, ya que fue ventajoso tanto para el colegio como para la investigación generar resultados positivos hacia la propuesta del programa.

3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos**Técnica**

Se utilizó la encuesta, la cual es un método que accede a la recaudación de informaciones de manera accesible y especial (Rosas et al., 2018).

Instrumento

Se utilizó como herramienta el cuestionario de agresividad de Buss y Perry (Aggression Questionnaire – AQ) (1992). Creado en la universidad de

Texas Estados Unidos, en un análisis de comportamientos agresivos. Seguido a ello se muestra una adaptación en versión española por el cual se realizó depuraciones compuestas por 29 ítems que hacen conexión a comportamientos y emociones agresivos. Se divide en 4 dimensiones denominadas: Agresividad Física, Agresividad Verbal, Ira y Hostilidad. Se precisó 4 subescalas a través del sistema del Análisis Factorial Exploratorio realizada en una demostración de estudiantes adolescentes, volviendo a realizarla por segunda vez en una prueba de individuos, mediante el análisis factorial confirmatorio; lo cual indicó una mayor validez de constructo a la estructura tetradimensional determinada. En cuanto a la validez y confiabilidad se demuestra mediante el alfa de Cronbach de 0.88 para la escala total y valores entre 0.72 y 0.86 para las dimensiones, lo cual indica su total estabilidad.

Se encontró la adaptación de propiedades psicométricas del cuestionario de agresión de Buss y Perry en adolescentes de Lima Metropolitana 2018, el cual cuenta con estabilidad psicométrica, ya que desarrolló dicha investigación en 300 participantes, el cual se observa un coeficiente alfa de Cronbach superior a 0.80, escala total y superior a 0.546 para las 4 dimensiones, así que revela confiabilidad para el uso de este instrumento (Tintaya, 2018).

3.5. Procedimientos

Se solicitó la carta de presentación a la Universidad César Vallejo, dirigida a la institución educativa. Después requirió el permiso de la Institución Educativa, se concertaron fechas y horarios, se dio las indicaciones a los participantes previo conocimiento del consentimiento informado, luego de recolectar la información se elaboró la base de datos para su posterior análisis.

3.6. Método de análisis de datos

En la presente investigación se utilizó el software (Excel 2018) y el SPSS 25 luego procedió al realizar el análisis descriptivo donde se utilizó la frecuencia y porcentaje; estos resultados se presentan en tablas simples según los objetivos propuestos.

3.7 Aspectos éticos

Este estudio presente acata con todos los lineamientos éticos estipulados en el reglamento de investigación de la Universidad César Vallejo, de modo que no se incurre en faltas de ningún tipo. De este modo, se tiene en cuenta los principios generales del Código de ética para investigaciones, siendo estos:

Respeto por las personas la autonomía e integridad: Esto se lleva a cabo principalmente, respetando el bienestar de los sujetos experimentales, dado que, en caso ya no desearon participar más del mismo, tuvieron toda la libertad de abandonar la investigación con el fin de preservar su bienestar. Asimismo, ello se encuentra estipulado en el consentimiento informado que se les otorgó antes de iniciar su participación en el estudio.

Búsqueda del bienestar: El bienestar de los participantes es asegurado, debido a que no se realizó ningún daño físico ni psicológico sobre los sujetos experimentales, lo cual también se encuentra consignado en el consentimiento informado que todo participante firmó, asegurando el respeto por su cultura.

Justicia: Se ofreció un trato igualitario y justo a todos los colaboradores, respetando sus creencias personales y religiosas, y evitando este tipo de tópicos, asegurando un clima libre de discriminación.

IV. RESULTADOS

Tabla 1

Nivel de agresividad en adolescentes varones de una Institución educativa de Ate, Lima-2022

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	51	21,3
Bajo	46	19,2
Medio	49	20,4
Alto	50	20,8
Muy alto	44	18,3
Total	240	100,0

En la tabla 1 se evidencia que, el 21,3% de adolescentes presenta nivel muy bajo, el 19,2% nivel bajo, el 20,4% nivel medio, el 20,8% nivel alto y el 18,3% nivel muy alto.

Tabla 2

Nivel de agresión física en adolescentes varones de una Institución educativa de Ate, Lima-2022

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	54	22,5
Bajo	50	20,8
Medio	44	18,3
Alto	53	22,1
Muy alto	39	16,3
Total	240	100,0

En la tabla 2 se evidencia que, el 22,5% de adolescentes presenta nivel muy bajo de agresión física, el 20,8% nivel bajo, el 18,3% nivel medio, el 22,1% nivel alto y el 16,3% nivel muy alto.

Tabla 3

Nivel de agresión verbal en adolescentes varones de una Institución educativa de Ate, Lima-2022

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	58	24,2
Bajo	45	18,8
Medio	60	25,0
Alto	53	22,1
Muy alto	24	10,0
Total	240	100,0

En la tabla 3 se evidencia que, el 24,2% de adolescentes presenta nivel muy bajo, de agresión verbal, el 18,8% nivel bajo, el 25,0% nivel medio, el 22,1% nivel alto, y el 10,0% nivel muy alto.

Tabla 4

Nivel de hostilidad en adolescentes varones de una Institución educativa de Ate, Lima-2022

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	52	21,7
Bajo	56	23,3
Medio	40	16,7
Alto	50	20,8
Muy alto	42	17,5
Total	240	100,0

En la tabla 4 se evidencia que, el 21,7% de adolescentes presenta nivel muy bajo de hostilidad, el 23,3% nivel bajo, el 16,7% nivel medio, el 20,8% nivel alto y, el 17,5% nivel muy alto.

Tabla 5

Nivel de ira en adolescentes varones de una Institución educativa de Ate, Lima-2022

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	51	21,3
Bajo	57	23,8
Medio	52	21,7
Alto	38	15,8
Muy alto	42	17,5
Total	240	100,0

En la tabla 5 se evidencia que, el 21,3% de adolescentes presenta nivel muy bajo de ira, el 23,8% nivel bajo, el 21,7% nivel medio, el 15,8% nivel alto y el 17,5% nivel muy alto.

V. DISCUSIÓN

El presente estudio, plantea una propuesta de programa denominado “Lidiando conmigo” es para disminuir el nivel de conductas agresivas de adolescentes del distrito de Ate, el programa surge a partir del diagnóstico realizado con una muestra conformada por 245 varones adolescentes varones que tienen entre 12 a 18 años, quienes luego de la aplicación de encuestas reportaron un predominio de los niveles medio y alto en el resultado global de agresividad y las dimensiones de agresión física, agresión verbal, ira y hostilidad. De acuerdo a los resultados obtenidos, se ha propuesto un modelo de programa que tiene como sustento la teoría de la Inteligencia Emocional de Mayer y Salovey (2007), quienes formularon una conjetura hacía un juicio humanitario, definiéndola, como un tipo de Inteligencia Emocional social que incluye la habilidad de supervisar y entender las emociones propias y la de los demás, que incluye la habilidad de supervisar y entender las emociones propias y las de los demás, discriminar entre ellas y usar la información para guiar el pensamiento y las acciones de las personas.

En este sentido, estudios previos como los de Alarcón y Natividad (2019) plantearon una propuesta de programa para disminuir los rasgos de agresividad en adolescentes de Ferreñafe, este se sustentó sobre un enfoque de terapia cognitivo conductual. Como instrumento para el diagnóstico también se utilizó el Cuestionario de Agresión (AQ) de Buss y Perry, obteniendo como resultados de manera general niveles elevados de agresividad al 67%; del mismo modo en la agresividad física y verbal obtuvo el 58%. En esta línea, Ramirez (2018) planteó una propuesta de programa para reducir los altos niveles de conductas agresivas en adolescentes de Iquitos, por medio de un diseño descriptivo propositivo de tipo cualitativo con una muestra de 29 estudiantes, puesto que se trabajó en el modelo de habilidades sociales; en ese sentido, llama la atención que el autor comparte también el interés en que el programa permite prevenir y reducir las actitudes de agresión.

Ahora bien, con respecto a los resultados del presente estudio, en el nivel de agresividad general, en el presente estudio se evidenció que el 21,3% de adolescentes presenta nivel muy bajo, el 19,2% nivel bajo, el 20,4% nivel medio, el 20,8% nivel alto y el 18,3% nivel muy alto. Sumando los niveles medios, altos

y muy altos se obtiene un 59.5% de adolescentes que presentan características de conductas agresivas a quienes se dirige la propuesta del programa. Resultados similares encontró Julca (2021) quien en su estudio evidenció niveles altos y significativos de agresividad general (56%) tanto en hostilidad, ira y agresividad verbal.

También, los resultados obtenidos coinciden con los de Gutiérrez (2021) quien mostró que los participantes varones presentan un nivel alto de indiferencia hacia la violencia de género en contra de la mujer en los niveles: conductuales, afectivos, cognitivas, de sexo y de actitud. Además, se encontró coincidencia con el trabajo de Silva et al. (2021), quienes describen que los varones adolescentes de Colombia obtuvieron tendencias altas de agresividad. Asimismo, el resultado se asemeja al de Alarcón y Natividad (2019), quienes obtuvieron de manera general niveles elevados de agresividad al 67%; por otro lado, agresividad física y verbal en 58%, lo cual remarca la tendencia por manifestar índices altos de conductas agresivas en adolescentes. Es necesario comprender que las conductas agresivas son respuestas emocionales desbordantes que ocurren cuando el sujeto que las realiza no obtiene algo que desea y siente una frustración tan grande que tiene el impulso de dirigir su agresividad hacia el estímulo que lo originó o hacia un tercero Dollar y Carrillo (2018). Este aspecto es importante porque la etapa de la adolescencia está inmersa en situaciones emocionales desbordantes.

Con respecto a la dimensión de agresividad física, se evidencia que el 22,5% de adolescentes presenta nivel muy bajo, el 20,8% nivel bajo, el 18,3% nivel medio, el 22,1% nivel alto y el 16,3% nivel muy alto. Estos resultados encontrados se asemejan a los de Gálvez y Vargas (2020) quienes encontraron porcentajes parecidos en los niveles medio, alto y muy alto, sumando un 62.3% de estudiantes de Cajamarca en estos niveles. Esto, además, es concordante con los datos de Gonzales (2022) quien obtuvo un porcentaje elevado de agresión física en un 50%, además, propuso un programa para abordar la agresión física; y los datos de Alarcón y Natividad (2019) quienes reportaron niveles elevados de agresividad física en 58%. En base a ello, Buss y Perry (1992) indican que la agresión física es una serie de ataques directos al cuerpo físico o interno generando golpes o usando armas para herir o perjudicar a otros

individuos. Asimismo, se entiende como algún compartimiento que contiene características de lesionar o despreciar a una persona, es un proceder que el individuo ejecuta con el objetivo de dañar material o psicológicamente (García et al., 2020).

En cuanto a la dimensión agresión verbal, se muestra que, el 24,2% de adolescentes presenta nivel muy bajo, el 18,8% nivel bajo, el 25,0% nivel medio, el 22,1% nivel alto, y el 10,0% nivel muy alto. Estos resultados coinciden con el estudio de Ramírez (2018), quien observa que las agresiones verbales por parte de otros compañeros entre los escolares de educación secundaria afectan a un tercio de los 382 alumnos estudiados; y los datos de Alarcón y Natividad (2019) quienes reportaron niveles elevados de agresividad física en 58%. En este sentido, la agresividad verbal según García (2020) es aquella acción que intenta causar daño psicológico, humillación, vergüenza y otras emociones que generan malestar y que a veces resulta en ataque físico u otros aspectos de carácter persistente; estas características forman parte de los adolescentes, ya que de esta manera se contempla que la agresión verbal es tan significativa y problemática como lo es la agresividad física (Breuer, 2015).

Por lo que se refiere a la dimensión hostilidad, se evidencia que, el 21,7% de adolescentes presenta nivel muy bajo, el 23,3% nivel bajo, el 16,7% nivel medio, el 20,8% nivel alto y, el 17,5% nivel muy alto. Estos resultados son similares a los de Chugne (2020) quien reportó que la tercera parte de su población estudiada es decir un 33,7% manifiesta hostilidad hacia sus compañeros, siendo principalmente sobre adolescentes del sexo femenino. En esta dirección, Breuer (2015) indica que la hostilidad ocurre como una consecuencia agresiva de la observación del contexto, situación o entorno en el que el sujeto se desarrolla; es decir, hablar de hostilidad es hablar siempre de una actitud hostil que se manifiesta como una serie de agresión, señalamiento y molestia sostenida sin razón aparente. Se dice hostilidad cuando alguien nos desagrada, singularmente si deseamos el mal para aquel sujeto (Buss, 1961).

Por último, en la dimensión ira, se evidencia que, el 21,3% de adolescentes presenta nivel muy bajo, el 23,8% nivel bajo, el 21,7% nivel medio, el 15,8% nivel alto y el 17,5% nivel muy alto. Dichos resultados coinciden con los encontrados por Vargas y Gálvez (2020) quienes reportaron porcentajes

parecidos en los niveles medio, alto y muy alto, sumando un 57.9% de adolescentes cajamarquinos en estos niveles. Es preciso destacar que, Izard (1977) definió la ira como una sensación fundamental que se expresa cuando el cuerpo se ve interpuesto o impedido en la secuencia de una meta o en la satisfacción de una necesidad; se debe comprender, entonces, que la ira es frecuente en el momento donde se presentan una serie de cambios y frustraciones. Por su parte, Diamond (1982), desde otro punto, describió la ira como un cuadro de estimulación total del cuerpo con factores viscerales, expresivos, somáticos y subjetivos.

Finalmente, se menciona dentro de algunas limitaciones presentadas durante el proceso de investigación sobresale la poca accesibilidad a recolectar la información, escasos de antecedentes y pocas teorías. A partir de los resultados encontrados en el estudio, se planteó la propuesta de un programa para disminuir los niveles de agresividad.

VI. CONCLUSIONES

Primera. En base a los resultados obtenidos, se diseña la propuesta de un programa de intervención “Lidiando conmigo” para varones adolescentes con la finalidad de disminuir niveles altos de conductas agresivas; este programa está sustentado en el modelo inteligencia emocional, consta de 12 sesiones y está dirigido a adolescentes que presenten niveles medios a muy altos de agresividad.

Segunda. El nivel de agresividad en adolescentes varones se evidencia que, más del 50% de la población se halla en los niveles medio alto y muy alto; esto representa que estos adolescentes se caracterizan por presentar reacciones impulsivas, conductas agresivas tanto físicas como verbales, estado eufórico y reaccionar de modo premeditado.

Tercera. En la dimensión agresividad física, se evidencia que un 56,7% se ubican en los niveles medio alto y muy alto; esto simboliza que estos adolescentes se caracterizan por lesionar o despreciar a una persona, tener el objetivo de dañar material o psicológicamente.

Cuarta. En la dimensión agresividad verbal, se evidencia que un 57,1% se ubican en los niveles medio alto y muy alto; esto significa que estos adolescentes se caracterizan por intentar causar daño psicológico, humillación, vergüenza y otras emociones que generan malestar.

Quinta. En la dimensión hostilidad, se evidencia que un 55% se ubican en los niveles medio alto y muy alto; esto representa que estos adolescentes se caracterizan por hacer descripciones negativas hacia los demás, evidenciando desprecio o disgusto general por muchas personas.

Sexta. En la dimensión ira, se evidencia que un 55% se ubican en los niveles medio alto y muy alto; esto simboliza que estos adolescentes se caracterizan por tener sentimientos de enfado o enojo.

VII. RECOMENDACIONES

Primera. A las autoridades de la institución educativas, tomar conocimiento de los resultados del presente estudio, y poner en marcha la aplicación de la propuesta del programa con la finalidad de disminuir los niveles altos de conductas agresivas que presentan mas de la mitad de la población estudiada, mediante pautas de sensibilización.

Segunda. A los adolescentes de la institución educativa, participar en el programa y poner en practica distintas actividades como hacer ejercicio y practicar deporte con el propósito de disminuir las conductas agresivas que presentan.

Tercera: A los padres de familia, participar de las escuelas de padres, charlas, taller que brinda la institución educativa con la finalidad de mejorar la calidad de educación en los adolescentes.

Cuarta. A la universidad, continuar con investigaciones en la línea de violencia, para fomentar en los estudiantes realizar diferentes tipos de estudio tanto experimentales como no experimentales; así como investigar la variable en diferentes muestras y mayor número de población.

REFERENCIAS

- Abanto, M. (2019). *Programa de intervención cambiando ideas en agresores sexuales de un establecimiento penitenciario, Chimbote–2018* [Tesis para optar el título de magíster, Universidad César Vallejo]. Repositorio Digital Institucional de la Universidad César Vallejo. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/39443/Abanto_MME.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Agencia Andina. (9 de marzo de 2022). *Mujeres han sido víctimas de violencia*. Portal Oficial. <https://andina.pe/agencia/noticia-poder-judicial-10522-mujeres-han-sido-victimas-violencia-lo-va-2022-884122.aspx>
- Álvarez, L., Bohórquez, K., y Gonzales, K. (2011). *Factores de tipo social que propician la aparición de la agresividad en los niños* [Tesis para Bachiller, Escuela normal superior de Montería]. Repositorio Académico de la Universidad De La Costa. <http://profeinvestiga.lacoctelera.net/post/2011/04/09/liz-alejandra>
- Anacona, R., Gómez, J., Rodríguez, P., y Jácome, L. (2020). Evaluación de un programa de tratamiento para los malos tratos en el noviazgo. *Acta Colombiana de Psicología*, 23(1), 78-105. <https://actacolombianapsicologia.ucatolica.edu.co/article/view/3132/3010>
- Andreu, J. (2019). *Cuestionario de agresividad premeditada e impulsiva en adolescentes*. Tea Ediciones. <https://web.teaediciones.com/ejemplos/capi-a-manual-extracto.pdf>
- Arce, R. (2019). *Factores asociados a la violencia conyugal en el Centro Emergencia Mujer-CEM, Lima, 2017* [Tesis para optar el título de magíster, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Repositorio de Tesis Digitales Cybertesis. <https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/10646>
- Ascarruz, J. (2022). *Feminicidio y violencia de género en Perú, 2021* [Tesis para optar el título de abogado, Universidad Peruana De Las Américas].

<http://repositorio.ulasamericas.edu.pe/handle/upa/1735>

Askari, I. (2019). The role of the belief system for anger management of couples with anger and aggression: A cognitive-behavioral perspective. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 37(3), 223-240. <https://doi.org/10.1007/s10942-018-0307-5>

Bandura, A., Walters, R., (1974) APRENDIZAJE SOCIAL Y DESARROLLO DE LA PERSONALIDAD. http://www.soyanalistaconductual.org/aprendizaje_social_desarrollo_de_la_personalidad_albert_bandura_richard_h_walters.pdf

Buss y Perry (1992) Validación de la revisión española del cuestionario de agresión de Buss y Perry en estudiantes universitarios <https://www.redalyc.org/pdf/291/29117112.pdf>

Bizueta Lozada, S. A. (2020). Propuesta de inteligencia emocional para mejorar comportamientos violentos en estudiantes de una institución educativa pública del distrito Castilla. 2020. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/63949>

Breuer, J., Vogelgesang J., Quandt, T. y Festl R. (2015). Violent video games and physical aggression: Evidence for a selection effect among adolescents. *Psychology of Popular Media Culture*, Advance. <https://doi.org/10.1037/ppm0000035>

Calderon, H., y Suarez, H. (2020). *Programa educativo para el agresor desarrollado por organismo competente de verificación para mejorar las medidas de protección sobre violencia familiar*. Sullana. 2019 [Tesis para optar el título de abogado, Universidad Privada de Trujillo]. Repositorio Institucional UPRIT. <http://repositorio.uprit.edu.pe/handle/UPRIT/291>

Caminhas, L. (2019). *Images of gender violence in brazilian soap operas*. *Estudos Feministas*, 27(1), 1-10. <https://www.proquest.com/openview/65df3bc118762ec5e8025a0f183e4a95/1?pq-origsite=gscholar&cbl=2036510>

- Carrasco, M., y González, M. (2019). Aspectos conceptuales de la agresión: definición y modelos explicativos. *Acción psicológica*, 4(2), 7-38.
<https://www.redalyc.org/pdf/3440/344030758001.pdf>
- Carranceja Comesaña, M. (2019). Violencia de género y Adolescencia. Análisis de los programas de tratamiento para agresores.
<https://repositorio.comillas.edu/xmlui/handle/11531/27430>
- Chugden Alvarado, D. A. (2022). *Estrés académico y agresividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada de Huacho*, [Tesis para obtener el título de licenciatura, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio UCV. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/89077>
- Cordero Ríos, P. (2022). La agresividad en los escolares adolescentes: una revisión de la literatura científica del 2015 al 2020. *Conrado*, 18(84), 202-206. <https://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado/article/view/2226>
- Cuadros, A. (2022). *Violencia contra la mujer* [Trabajo de investigación para optar el título de licenciado, Universidad Peruana de Las Américas]. Repositorio Académico UPLA.
<http://repositorio.ulasamericas.edu.pe/handle/upa/1835>
- De Los Santos, H. (2021). *Relación entre inteligencia emocional y creencias irracionales en agresores sexuales de un penal de Lima Metropolitana* [Tesis de licenciatura, Universidad Científica del Sur]. Repositorio Institucional.
<https://repositorio.cientifica.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12805/2006/TL-De%20Los%20Santos%20H-Ext.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Defensoría del Pueblo de Colombia. (2018). *Informe de espacios territoriales de capacitación y reincorporación*.
https://www.defensoria.gov.co/public/pdf/Informe_ETCR.pdf
- Dollard, J. (1939). *Frustration and aggression* [Frustración y agresión]. LuckNow Digital Library.
<https://revistas.uosario.edu.co/xml/799/79954963005/html/index.html>

- Domènech, M., y Íñiguez Rueda, L. (2002). La construcción social de la violencia. *Athenea digital: Revista de pensamiento e investigación social*, 2(2), 68-77. <https://ddd.uab.cat/record/5331>
- Echeburúa, E., Amor, P., Sarasua, B., Zubizarreta, I., y Holgado-Tello, F. (2016). Inventario de pensamientos distorsionados sobre la mujer y el uso de la violencia revisado (IPDMUV-R): propiedades psicométricas. *Anales de Psicología/Annals of Psychology*, 32(3), 837-846. <https://revistas.um.es/analesps/article/view/analesps.32.3.231901/196951>
- Epstein, N. B., & Zheng, L. (2017). Cognitive-behavioral couple therapy. *Current opinion in psychology*, 13, 142-147. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2016.09.004>.
- Esteban Nieto, N. (2018). Tipos de investigación. <http://repositorio.usdq.edu.pe/handle/USDG/34>
- Flood, M. (2018). *Engaging men and boys in violence prevention*. Springer. <https://link.springer.com/book/10.1057/978-1-137-44208-6?noAccess=true>
- García, E., Cruzata-Martínez, A., Bellido García, R. S., & Rejas Borjas, L. G. (2020). Disminución de la agresividad en estudiantes de primaria: El programa Fortaleciéndome. *Propósitos y Representaciones*, 8(2). http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2307-79992020000300031
- Geldschläger, H. (2010). Programas europeos de intervención para hombres que ejercen violencia de género: panorámica y criterios de calidad. *Psychosocial Intervention*, 19(2), 181-190. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-05592010000200009
- Gómez Sorzano, G. A. (2019). Centro de Formación Adolescente de Reeducación y Orientación (FARO). <https://www.redalyc.org/pdf/802/80212387006.pdf>

- Gonzales Alvarado, A. J. (2022). *Propuesta de programa de afrontamiento de la agresividad en adolescentes de tercer año de secundaria de una institución educativa pública de Trujillo*. [Tesis para obtener el grado de licenciatura, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio UCV. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/100434>
- González, E., y Oviedo, A. (2021). *Programa para disminuir la violencia de género en agresores primarios, núcleo del feminicidio*. Revista Electrónica de Psicología Iztacala, 24(1), 373-394. <http://revistas.unam.mx/index.php/repi/article/view/79108/69952>
- González-García, H., Pelegrín, A., & Morales, A. T. (2019). *Influencia de la ira en el nivel de competición, éxitos y deportistas profesionales*. Ansiedad y Estrés, 25(2), 105-110. [10.1016/j.anyes.2019.08.00](https://doi.org/10.1016/j.anyes.2019.08.00)
- Gutierrez Aza, F. E. (2021). *Actitudes hacia la violencia de género en adolescentes de una institución educativa de Barranca, Lima, 2020*. [Tesis para obtener la licenciatura]. Repositorio UCV. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/65260>
- Halmos, M. B., Parrott, D. J., Henrich, C. C., & Eckhardt, C. I. (2020). *The structure of aggression in conflict-prone couples: Validation of a measure of the Forms and Functions of Intimate Partner Aggression (FFIPA)*. Psychological assessment, 32(5), 461. <https://doi.org/10.1037/pas0000806>
- Huayhuarina, E. (2019). *Análisis de la estrategia de prevención y promoción frente a la violencia familiar y violencia contra la mujer con énfasis en la población de varones, implementada por el programa nacional contra la violencia familiar y sexual en los centros emergencia mujer de los distritos de Surco y La Molina* [Tesis de maestría, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio Digital Institucional. <https://bit.ly/3kcTTca>
- Julca, D. (2021) Efectividad de un programa de desarrollo personal sobre la conducta de bullying en adolescentes de una institución educativa en el distrito de Pachacamac, Lima.

https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/9995/Efectividad_JulcaDiaz_Vanessa.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Instituto Nacional de Estadística e Informática del Perú. (2020). Índice Temático de Violencia de Género: Plataforma Digital. <https://www.inei.gob.pe/estadisticas/indice-tematico/violencia-de-genero-7921/>

Kelly, G. A. (2003). *The psychology of personal constructs: Clinical diagnosis and psychotherapy*. Routledge. <https://www.taylorfrancis.com/books/mono/10.4324/9780203405987/psychology-personal-constructs-george-kelly>

León, A. y Stellet, G. (2014). Práticas do judiciário na gestão de conflitos que envolvem violência de gênero: o caso da intervenção com autores de violência doméstica e familiar no Brasil. *Revista Brasileira de Sociologia do Direito*, 1(1). <http://68.183.130.167/index.php/rbsd/article/view/36>

Losada Hernández, C. (2021). Programa de intervención preventivo frente a la violencia de género en adolescentes. <http://diposit.ub.edu/dspace/handle/2445/182287>

Lúcar, F. (2018). *Intervención en medio libre con hombres sentenciados por violencia contra su pareja: análisis pre-post de indicadores de eficacia*. [Tesis de maestría, Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Psicología, Unidad de Posgrado]. Repositorio Institucional Cybertesis UNMSM. <https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/7573?show=full>

Mayer, J. y Salovey, P. (2007). *Mayer-Salovey-Caruso emotional intelligence test*. Multi-Health Systems Incorporated. <https://humancapitaltalent.co.za/wp-content/uploads/2018/11/MSCEIT-Personal-Summary-Report.pdf>

Mestré, J., Guil, R., & Brackett, M. (2008). Inteligencia emocional: definición, evaluación y aplicaciones desde el modelo de habilidades de Mayer y Salovey. *Motivación y emoción*, 407-438. http://webprueba2.quned.es/archivos_publicos/webex_actividades/5413/inteligenciaemocionaldefinicionevaluacionyaplicaciones.pdf

- Moreno, C. (10 de marzo de 2021). *OMS: el 30% de las mujeres del mundo ha sido víctima de violencia física o sexual*. Agencia Anadolu. <https://www.aa.com.tr/es/mundo/oms-el-30-de-las-mujeres-del-mundo-ha-sido-v%C3%ADctima-de-violencia-f%C3%ADsica-o-sexual/2170491sw>
- Ocampo, I. (2018). Bernasconi, I. G. O. (2018). Hombres que han ejercido violencia intrafamiliar: la deserción en un programa de intervención municipal en Montevideo, Uruguay. *Multidisciplinary Journal of Gender Studies*, 7(3), 1762-1785. <https://hipatiapress.com/hpjournals/index.php/generos/article/view/3709>
- ONU MUJERES. Preguntas frecuentes: Tipos de violencia contra las mujeres y las niñas. <https://www.unwomen.org/es/what-we-do/ending-violence-against-women/faqs/types-of-violence>
- Orihuela S. (2022). *Violencia en el noviazgo y dependencia emocional en estudiantes universitarios de la ciudad de Huancayo, 2021* [Tesis de licenciatura, Universidad Cesar Vallejo, Facultad de Psicología, Unidad de Pregrado]. Repositorio institucional Cybertesis UCV. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/84861/Orihuela_SSP-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Ortecho, D. (2021). *Propiedades psicométricas del cuestionario de agresividad de Buss y Perry AQ, en internos del establecimiento penitenciario de Cambio Puente-Chimbote* [Tesis para obtener el grado de licenciatura en Psicología, Universidad Cesar Vallejo, Facultad de Psicología, Unidad de Pregrado]. Repositorio institucional Cybertesis UCV. <https://scielo.conicyt.cl/pdf/ijmorphol/v35n1/art37.pdf>
- Panadero, C. A., & de Madrid, P. A. (2018). Adolescentes en conflicto social: prevención y reinserción. https://www.researchgate.net/profile/Carmen-Aleman-y-Panadero/publication/331063379_Adolescentes_en_conflicto_social_prevenccion_y_reinsercion/links/5c63da6b45851582c3e4309a/Adolescentes-en-conflicto-social-prevencion-y-reinsercion.pdf
- Penone, G., & Spaccatini, F. (2019). Attribution of blame to gender violence victims: A literature review of antecedents, consequences and measures

of victim blame. *Psicologia sociale*, 14(2), 133-164.
<https://www.rivisteweb.it/doi/10.1482/94264>

Perles, F., San Martín, J., & Canto, J. M. (2019). Gender and conflict resolution strategies in Spanish teen couples: Their relationship with jealousy and emotional dependency. *Journal of interpersonal violence*, 34(7), 1461-1486. <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/0886260516651316>

Pérez Peláez, M. E., & Cernuda Lago, A. (2020). La actividad artística como regulador de los procesos de ansiedad y agresividad en niños. *Revista Portuguesa de Educação*, 33(2), 226-239.
<https://revistas.rcaap.pt/rpe/article/view/17739>

Psicologas de Valencia APAI (2018) <https://www.apai-psicologos.com/psicologos-adolescentes-valencia/agresividad/#:~:text=La%20agresividad%20infantil%20es%20un,la%20ofensa%20o%20la%20provocaci%C3%B3n>.

Quintela Heredia, A. F. (2021). *Programa de prevención de noviazgos violentos en adolescentes escolarizados del municipio de Patacamaya de la ciudad de La Paz* (Doctoral dissertation).
<https://repositorio.umsa.bo/bitstream/handle/123456789/25660/TD-1310.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Ramírez, P. (2018) Propuesta de programa de habilidades sociales para disminuir la agresividad de los alumnos del tercer grado de educación secundaria de la institución educativa “Mariscal Oscar Raimundo Benavides Larrea” distrito de Iquitos provincia de Maynas Región Loreto 2015.

<https://repositorio.unprg.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12893/6417/BC-TES-TMP-2875%20RAMIREZ%20PIZANGO.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Rengifo, D. O. R., Monteza, M. A., Barrantes, K. J. G., & Vega, C. R. (2022). Adicción a redes sociales y agresión en los adolescentes de la provincia

de San Martín. *Revista Científica de Ciencias de la Salud*, 15(1), 60-69.
https://revistas.upeu.edu.pe/index.php/rc_salud/article/view/1756

Renzetti, C. M., & Campe, M. (2020). Feminist praxis and gender violence. *Companion to Feminist Studies*, 411-426.
<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/9781119314967.ch23>

Rodríguez, L. (2020). *Agresividad y conducta violenta*. Organización Sema.
<https://www.adolescenciasema.org/ficheros/REVISTA%20ADOLESCER E/vol8num1-2020/6%20Tema%20de%20revisión%20-%20Agresividad%20y%20conducta%20violenta%20adolescencia.pdf>

Salovey, P., y Mayer, J. (1990). Inteligencia emocional. *Imaginación, conocimiento y personalidad*, 9(3), 185-211.
https://www.academia.edu/download/40394256/Inteligencia_emocional_wiki.pdf

Salovey, P. y Mayer J. (2007). Modelo de Inteligencia Emocional-Salovey y Mayer
<https://sites.google.com/site/tallerdeliderazgoama/unidad-3/modelo>

Silva Fernández, C. S., Bachelot Aceros, L. J., & Galván Patrignani, G. D. (2021). La Caracterización de la conducta agresiva y de variables psicosociales en una muestra de adolescentes de la ciudad de Bucaramanga y su área metropolitana: Characterization of aggressive behaviour and psychosocial variables in a sample of adolescents from the city of Bucaramanga and its metropolitan area. *Psicogente*, 24(46), 1-22.
<https://doi.org/10.17081/psico.24.46.4498>

Timmons, A. C., Arbel, R., & Margolin, G. (2017). Daily patterns of stress and conflict in couples: Associations with marital aggression and family-of-origin aggression. *Journal of family psychology*, 31(1), 93-104.
<https://doi.org/10.1037/fam0000227>

Tintaya, Y. (2018). PROPIEDADES PSICOMÉTRICAS DEL CUESTIONARIO DE AGRESIÓN DE BUSS Y PERRY-AQ EN ADOLESCENTES DE LIMA SUR.

<https://core.ac.uk/download/pdf/328019924.pdf>

Úcar, X. (2022). Metodología de la intervención socioeducativa: algunos modelos de intervención socioeducativa en Europa. *Quaderns d'animació i Educació Social*, (35), 1-29.
https://www.researchgate.net/publication/357870486_Metodologia_de_la_intervencion_socioeducativa_algunos_modelos_de_intervencion_socio_educativa_en_Europa

Valverde, I. (2020). *Construcciones de la masculinidad en hombres agresores participantes en el proceso reeducativo del Centro de Atención Institucional Frente a la Violencia Familiar (CAI) entre los años 2013 y 2017*. [Tesis Para Optar Por El Grado De Magíster En Estudios De Género, Universidad Pontificia Universidad Católica Del Perú, Unidad de Postgrado]. Repositorio Institucional Cybertesis PUCP.
https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/16769/VALVERDE_RODRIGUEZ_IGOR_YAMIL_%28RE%29CONSTRUCCIONES_MASCULINIDAD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Vargas Gavidia, S. J., & Gálvez Rubio, Y. F. (2020). Estilos de crianza y agresividad en adolescentes de la ciudad de Cajamarca (Tesis de maestría, Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo). Repositorio Institucional UPAGU.
<http://repositorio.upagu.edu.pe/handle/UPAGU/1399>

Vidal, F. y Peña, A. (2021). Eficacia de un programa cognitivo-conductual para hombres maltratadores en la relación de pareja. *Revista de investigación en psicología*, 24(1), 137-157.
<https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/view/20612>

Vidal, F. y Peña, A. (2021). Eficacia de un programa cognitivo-conductual para hombres maltratadores en la relación de pareja. *Revista de investigación en psicología*, 24(1), 137-157.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8162661>

Vigano, S. D. M. M., & Laffin, M. H. L. F. (2019). Mulheres, políticas públicas e combate à violência de gênero. *História*, (São Paulo), 38(1), 1-18.
<https://www.scielo.br/j/his/a/Sy6nh8bjBhKTxpTgGmLhbtL/?lang=pt&format=html>

Westmarland, N. y Bows, H. (2018). *Researching gender, violence and abuse: Theory, methods, action.* Routledge.
<https://www.taylorfrancis.com/books/mono/10.4324/9781315630618/researching-gender-violence-abuse-nicole-westmarland-hannah-bows>

ANEXOS

ANEXO 1: MATRIZ DE CONSISTENCIA

TITULO	FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVO ESPECIFICO	HIPÓTESIS	VARIABLES	DIMENSIONES	POBLACIÓN Y MUESTRA	TIPO DE INVESTIGACIÓN
Impacto del programa "Lidiando conmigo" sobre los niveles de conducta agresiva en varones victimarios de relaciones de pareja	¿Cuál es el impacto del programa "Lidiando conmigo" sobre los niveles de conducta agresiva en varones victimarios de relaciones de pareja?	Analizar el impacto del programa "Lidiando conmigo" sobre los niveles de conducta agresiva en varones victimarios de relaciones de pareja.	<p>Determinar el impacto del programa "Lidiando conmigo" sobre los niveles del estado de la ira en varones victimarios de relaciones de pareja.</p> <p>- Determinar el impacto del programa "Lidiando conmigo" sobre los niveles de hostilidad en varones victimarios de relaciones de pareja</p> <p>- Determinar el impacto del programa "Lidiando conmigo" sobre los niveles de la agresión verbal en varones victimarios de relaciones de pareja.</p> <p>- Determinar el impacto del programa "Lidiando conmigo" sobre los niveles de la agresión física en varones victimarios de relaciones de pareja.</p>	<p>El programa de "Lidiando conmigo" tiene impacto favorable sobre los niveles de conducta agresiva en varones victimarios de relaciones de pareja.</p> <p>- El programa "lidiando conmigo" tienen impacto favorable en la reducción de los rasgos de la ira en varones victimarios de relaciones de pareja.</p> <p>- El programa "Lidiando conmigo" en la reducción tiene impacto favorable sobre la hostilidad en varones victimarios de relaciones de pareja.</p> <p>- El del programa "lidiando conmigo" tiene impacto favorable sobre la agresión física en varones victimarios de relaciones de pareja.</p> <p>- El del programa "lidiando conmigo" tiene impacto favorable sobre la agresión verbal en varones victimarios de relaciones de pareja</p>	<p>1.Programa "Lidiando conmigo"</p> <p>2.Conductas agresivas</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●Módulo 1: "Control de Emociones" ●Módulo 2: "Comunicación Eficaz" ●Módulo 3: "Solución de Conflictos" ●Agresión verbal ●Agresión física ●Ira ●Hostilidad 	Varones Victimarios en Lima Metropolitana	<p>Tipo de inv.: Descriptiva</p> <p>Diseño: No experimental</p> <p>Nivel: Cuantitativo</p>

ANEXO 2: MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems
PROGRAMA "Lidiando Conmigo"	El manejo emocional en la conducta agresiva es la habilidad de una persona a la hora de gestionar y canalizar los distintos tipos de emociones, ya sean positivas o negativas. Castro (2022).	El programa de manejo emocional frente a las conductas agresivas para la disminución de conductas agresivas en victimarios donde se trabajará con 12 sesiones de 45 min cada uno. Identificar el efecto del autocontrol de los victimarios es el objetivo principal.	Módulo 1: "Control de Emociones"	Haciendo uso de las diferentes técnicas de autocontrol que se les enseñaran en cada sesión, se pretende reconocer e identificar las emociones, de este modo podrán desarrollar un control sobre ellas, que le permitan dar cambios positivos en su vida.	4 sesiones
			Módulo 2: "Comunicación Eficaz"	Mediante la práctica de técnicas asertivas y sociodramas, se podrá desarrollar habilidades comunicativas con reflexión y análisis de situaciones cotidianas para la mejora personal.	4 sesiones
			Módulo 3: "Solución de Conflictos"	Descubrir el valor positivo de un conflicto como medio para solucionar problemas y fortalecer el desarrollo personal a través de talleres activos y vivenciales, sociodramas y juego de roles.	4 sesiones
CONDUCTA AGRESIVA	Buss (1989), refiere que la agresividad es una variable de personalidad, es la respuesta constante y penetrante que se puede hacer un hábito al momento de defenderse o atacar.	La teoría del aprendizaje social de Albert Bandura, como modelo explicativo de la violencia filio parental.	Agresividad física	La primera parte corresponde a la Agresividad física, donde los examinados calificarán la intensidad del impulso físico que sienten en los momentos de frustración.	5 ítems: 2, 6, 10, 14,18.
			Agresividad verbal	La segunda parte corresponde a la Agresividad verbal, donde los examinados calificarán la intensidad del impulso verbal que sienten en los momentos de frustración.	9 ítems: 1,5,9,13,17, 21,24,27,29.
			Ira	La tercera parte corresponde a la Ira, donde los examinados calificarán la intensidad de ira que sienten en los momentos de frustración.	7 ítems: 3,7,11,15,19 ,22,25.
			Hostilidad	La cuarta parte corresponde a la Hostilidad, donde los examinados calificarán la intensidad de hostilidad con la que actúan en los momentos de frustración.	8 ítems: 4,8,12,16,20 ,23,26,28.

ANEXO 03: CUESTIONARIO DE AGRESIÓN (AQ)

Instrucciones:

A continuación, se presentarán una serie de afirmaciones con respecto a situaciones que podrían ocurrir, deberás contestar con un aspa "X" según la alternativa que mejor describa tu opinión.

CF =	Completamente falso para mí
BF =	Bastante falso para mí
VF=	Ni verdadero, ni falso para mí
BV =	Bastante verdadero para mí
CV =	Completamente verdadero para mí

N°	ÍTEM	C	B	V	B	C
		F	F	F	V	V
1	De vez en cuando no puedo controlar el impulso de golpear a otra persona					
2	Cuando no estoy de acuerdo con mis amigos, discuto abiertamente con ellos					
3	Me enojo rápidamente, pero se me pasa en seguida					
4	A veces soy bastante envidioso					
5	Si se me provoca lo suficiente, puedo golpear a otra persona					
6	A menudo no estoy de acuerdo con la gente					
7	Cuando estoy frustrado, muestro el enojo que tengo					
8	En ocasiones siento que la vida me ha tratado injustamente					
9	Si alguien me golpea, le respondo golpeándole también					
10	Cuando la gente me molesta, discuto con ellos					
11	Algunas veces me siento tan enojado como si estuviera a punto de estallar					
12	Parece que siempre son otros los que consiguen las oportunidades					
13	Suelo involucrarme en las peleas algo más de lo normal					
14	Cuando la gente no está de acuerdo conmigo, no puedo evitar discutir con ellos					
15	Soy una persona apacible					

16	Me pregunto por qué algunas veces me siento tan resentido por algunas cosas					
17	Si tengo que recurrir a la violencia para proteger mis derechos, lo hago.					
18	Mis amigos dicen que discuto mucho					
19	Algunos de mis amigos piensan que soy una persona impulsiva					
20	Sé que mis «amigos» me critican a mis espaldas					
21	Hay gente que me provoca a tal punto que llegamos a pegarnos					
22	Algunas veces pierdo el control sin razón					
23	Desconfío de desconocidos demasiado amigables					
24	No encuentro ninguna buena razón para pegar a una persona					
25	Tengo dificultades para controlar mi genio					
26	Algunas veces siento que la gente se está riendo de mí a mis espaldas					
27	He amenazado a gente que conozco					
28	Cuando la gente se muestra especialmente amigable, me pregunto qué querrán					
29	He llegado a estar tan furioso que rompía cosas.					

ANEXO 4: AUTORIZACIÓN DEL USO DE INSTRUMENTO

7/7/22, 18:41

Correo de Universidad Cesar Vallejo - Professor Arnold Buss Re: Permission the use they Aggression Questionnaire



HILARY ASLHY TRAVERSO TORALVA <htraversot@ucvvirtual.edu.pe>

Professor Arnold Buss Re: Permission the use they Aggression Questionnaire

1 mensaje

Arnold Buss <arnold.h.buss@gmail.com>
Para: htraversot@ucvvirtual.edu.pe

24 de junio de 2022, 23:26

Thank you for contacting Professor Arnold Buss. We regret to inform you that he passed away peacefully on June 26, 2021.

Obituary: <https://www.statesman.com/obituaries/p0120008>

If you are contacting him regarding permission for the use of the Aggression Questionnaire, permission is granted.

If you have further questions, please contact Dr. Tara Buss at tarabuss@gmail.com.

ANEXO 5: BAREMOS

Baremos de las puntuaciones

		Agresividad	Agresión física	Agresión verbal	Hostilidad	Ira	Nivel
Mínimo		45	13	7	11	11	
Máximo		145	45	25	40	35	
Percentiles	5	62,10	19,00	9,00	16,00	14,00	Muy bajo
	10	70,00	21,00	10,10	18,00	16,00	
	15	75,15	23,00	12,00	20,00	17,00	
	20	82,00	24,00	13,00	21,00	18,00	
	25	84,25	25,00	14,00	22,00	19,00	Bajo
	30	87,00	27,00	14,00	23,30	20,00	
	35	90,00	27,35	15,00	25,00	21,00	
	40	91,00	28,00	15,00	26,00	22,00	
	45	93,00	29,00	16,00	26,45	22,45	Medio
	50	95,00	30,00	16,00	27,00	24,00	
	55	97,00	31,00	17,00	27,00	24,00	
	60	99,00	31,00	18,00	28,00	25,00	
	65	102,00	32,00	18,00	29,00	25,00	Alto
	70	105,00	33,00	19,00	29,00	26,00	
	75	107,00	34,00	19,00	30,00	27,00	
	80	111,00	35,00	20,00	31,00	27,00	
	85	114,00	36,00	20,00	32,00	28,00	Muy alto
90	116,00	37,00	20,90	33,00	29,00		
95	121,00	38,00	22,00	34,00	30,00		
100	145,00	45,00	25,00	40,00	35,00		

Baremos de la escala general y por dimensiones

Nivel	Agresividad	Agresión física	Agresión verbal	Hostilidad	Ira
Muy bajo	45-82	13-24	7-13	11-21	11-18
Bajo	83-91	25-28	14-15	22-26	19-22
Medio	92-99	29-31	16-18	27-28	23-25
Alto	100-111	32-35	19-20	29-31	26-27
Muy alto	112-145	36-45	21-25	32-40	28-35

ANEXO 6: CONFIABILIDAD Y GRÁFICOS

Alfa de Cronbach del cuestionario de agresividad

	Alfa de Cronbach	N de elementos
Agresividad	,892	29
Agresión física	,706	9
Agresión verbal	,620	5
Hostilidad	,687	8
Ira	,681	7

El coeficiente de confiabilidad alfa de Cronbach para el cuestionario de agresividad es de 0,892, estos resultados nos indican que el instrumento es confiable.

Gráfico 1: Nivel de agresividad en adolescentes varones de una Institución educativa de Ate, Lima-2022

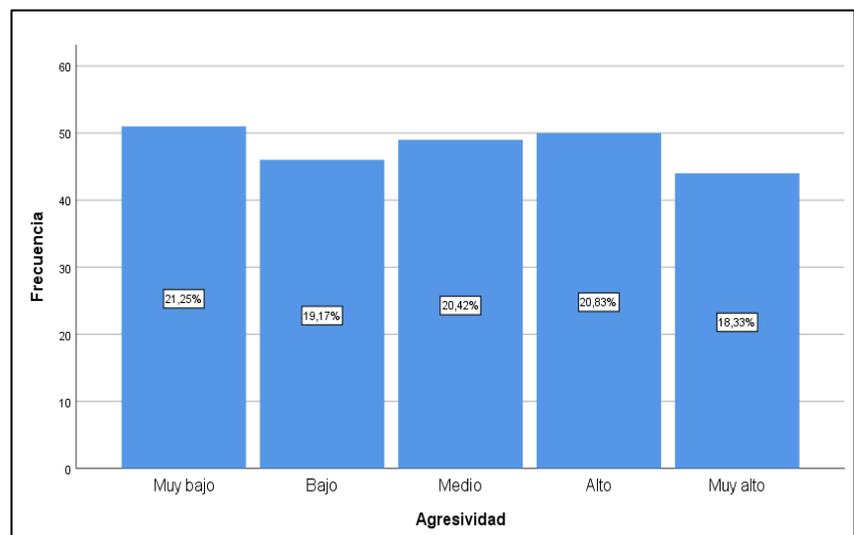


Gráfico 2: Nivel de agresión física en adolescentes varones de una Institución educativa de Ate, Lima-2022.

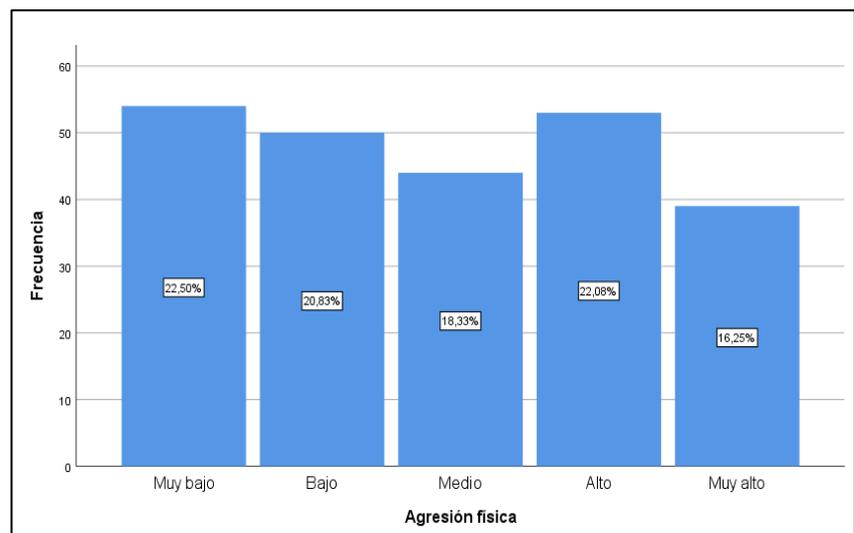


Gráfico 3: Nivel de agresión verbal en adolescentes varones de una Institución educativa de Ate, Lima-2022

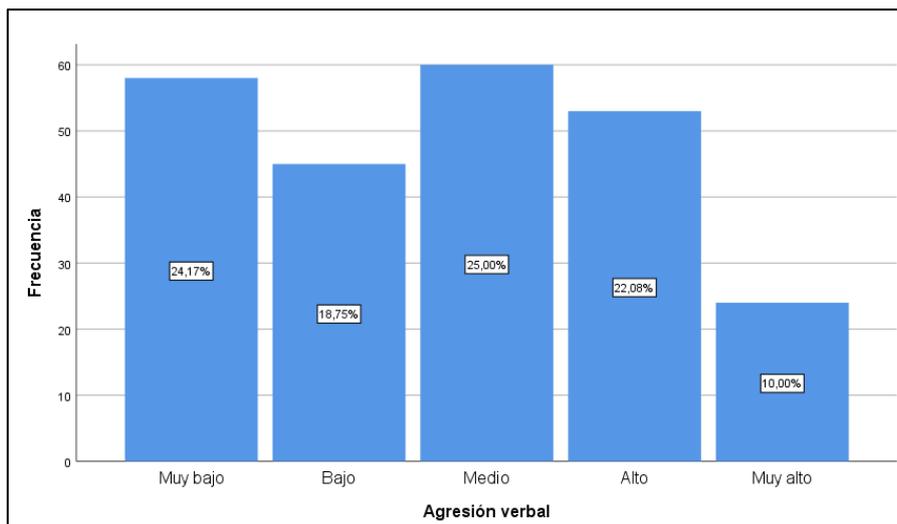


Gráfico 4: Nivel de hostilidad en adolescentes varones de una Institución educativa de Ate, Lima-2022.

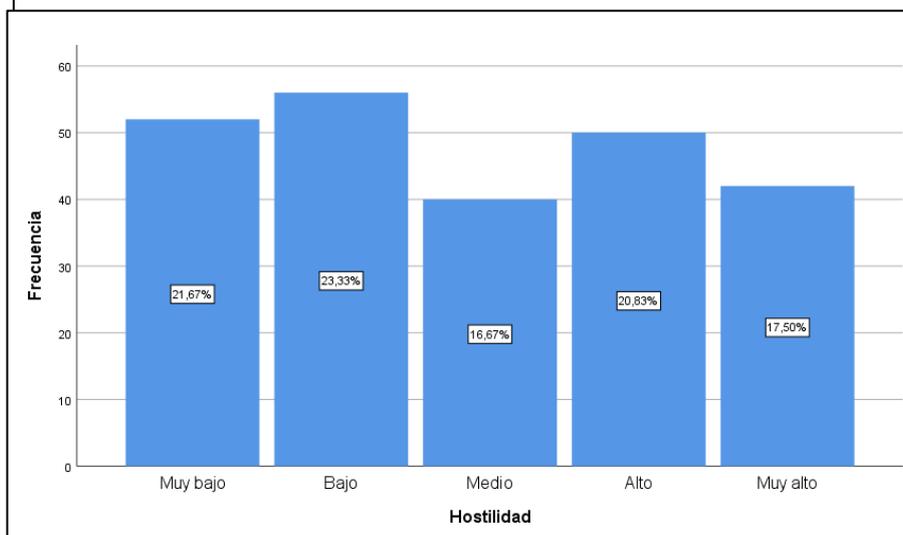
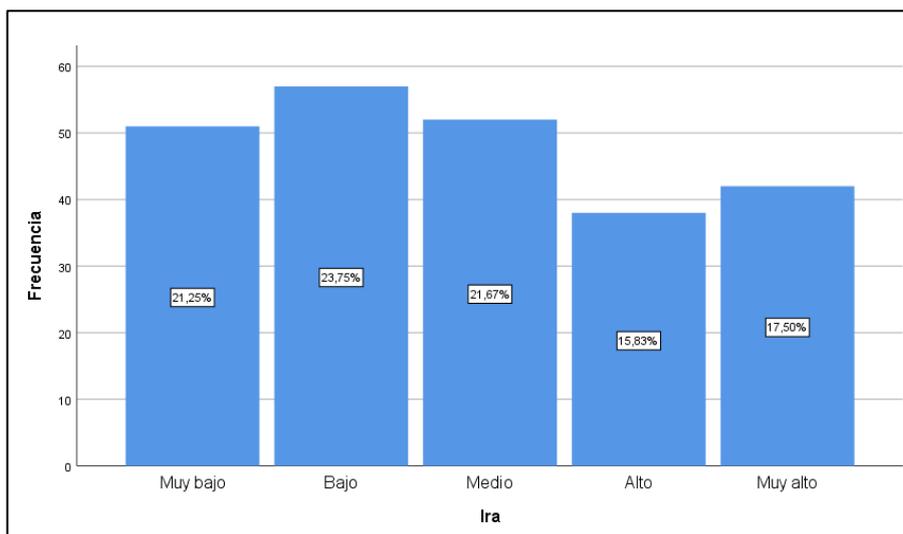


Gráfico 5: Nivel de ira en adolescentes varones de una Institución educativa de Ate, Lima-2022



ANEXO 7:

PROGRAMA DE INTERVENCIÓN

I. DATOS INFORMATIVOS

- 1.1. Denominación : “LIDIANDO CONMIGO”
- 1.2. Institución Educativa : 1228 Leoncio Prado Gutiérrez
- 1.3. Beneficiarios : Alumnos de nivel secundaria
- 1.4. Responsables : Hilary Ashly Traverso Toralva y Mariluz Rosa Rodríguez Villanueva
- 1.5. N° de sesiones :12 sesiones

II. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

2.1. Del programa: Está basada en la teoría de la Inteligencia Emocional de Salovey y Mayer (2007), quienes formularon una conjetura hacia un juicio humanitario, donde definen la Inteligencia Emocional, como un tipo de inteligencia social que incluye la habilidad de supervisar y entender las sensaciones propias y las de los demás, discriminar entre ellas y usar la información (afectiva) para guiar el pensamiento y las acciones de uno.

2.2. Variable agresión: Buss y Perry (1992) mencionan que la conducta agresiva forma parte de los rasgos de la personalidad y esta se conoce con el hábito de atacar de diferentes formas a los demás, el autor agrupa dicha expresión en tres estilos principales como: estilo dicotómico pasivo-activo, estilo dicotómico verbal-físico y estilo dicotómico directo-indirecto. Nos dicen que la agresividad es una especie de reacción permanente, puesto que representa la característica individual del sujeto, con el objetivo de dañar a otra persona, así mismo esto puede manifestarse con conductas agresivas física y verbalmente siendo acompañadas de ira y hostilidad.

III. OBJETIVOS DEL PROGRAMA

- General: Diseñar la propuesta del programa “*Lidiando conmigo*” para disminuir los niveles de conductas agresivas de adolescentes en el Ate esto se despliega en torno a las dimensiones de las variables de dicha investigación: estado de la ira, rasgos de la ira y expresión de la ira agresiva en varones victimarios.
- Específicos:
 - ❖ Reconocer e identificar sus emociones para desarrollar un control sobre ellos
 - ❖ Desarrollar habilidades comunicativas
 - ❖ Descubrir el valor positivo de un conflicto como medio para lograr nuevas metas

IV. ACTIVIDADES

- **De planificación**

a) Realizar las organizaciones con el director de la IE para la utilización de la herramienta a los alumnos.

b) Aplicar el instrumento a los alumnos para medir sus conductas agresivas y obtener un diagnóstico para proponer el Programa “*Lidiando conmigo*” para reducir las conductas agresivas en adolescentes varones de la I.E.

c) Preparar el material didáctico a utilizar en cada sesión.

- **De ejecución**

a) Prueba de entrada

b) Desarrollo de la sesión N° 1: Autoconciencia Emocional

c) Desarrollo de la sesión N° 2: Vocabulario Emocional

d) Desarrollo de la sesión N° 3: Manejo de la Frustración

e) Desarrollo de la sesión N° 4: Manejo de la Ira

- f) Desarrollo de la sesión N° 5: Comunicación verbal: “errores y aciertos en nuestra comunicación”
- g) Desarrollo de la sesión N° 6: Comunicación no verbal: “te lo digo sin palabras”
- h) Desarrollo de la sesión N° 7: Asertividad: “Te lo digo sin dañar”
- i) Desarrollo de la sesión N° 8: Empatía: “en sus zapatos”
- j) Desarrollo de la sesión N° 9: La Escucha Activa
- k) Desarrollo de la sesión N° 10: Técnica de Afronte: Persuasión
- l) Desarrollo de la sesión N° 11: Técnica de Afronte: Práctica de asertividad
- m) Desarrollo de la sesión N° 12: Comunicación Eficaz
- n) Prueba de salida

- **De evaluación**

- a) Aplicación del instrumento.
- b) Evaluación según los objetivos propuestos.

ANEXO 8:**ESTRUCTURA GENERAL DEL PROGRAMA**

Tabla 1: Estructura General del programa de intervención “Lidiando conmigo”

Estructura General			
Objetivo general: Proponer el impacto del programa de manejo emocional “ <i>Lidiando conmigo</i> ” sobre los niveles de conducta, esto se despliega en torno a las dimensiones de las variables de dicha investigación: agresividad física, agresividad verbal, ira y hostilidad			
Módulo	Objetivos específicos	Número de sesiones	Número de Horas
Módulo 1	Haciendo uso de las diferentes técnicas de autocontrol que se les enseñaran en cada sesión, se pretende reconocer e identificar las emociones, de este modo podrán desarrollar un control sobre ellas, que le permitan dar cambios positivos en su vida.	4 sesiones	3 horas
Módulo 2	Mediante la práctica de técnicas asertivas y sociodramas, se podrá desarrollar habilidades comunicativas con reflexión y análisis de situaciones cotidianas para la mejora personal.	4 sesiones	3 horas
Módulo 3	Descubrir el valor positivo de un conflicto como medio para solucionar problemas y fortalecer el desarrollo personal a través de talleres activos y vivenciales, sociodramas y juego de roles.	4 sesiones	3 horas
	Total	12 sesiones	9 horas

ESTRUCTURA MODULAR

Tabla 2: Desarrollo de la estructura modular del programa de intervención "Lidiando conmigo"

Estructura Modular			
Módulo	Objetivo general	Sesiones	Objetivos específicos
Módulo 1: "Control de Emociones"	Reconocer e identificar sus emociones para desarrollar un control sobre ellos, haciendo uso de las diferentes técnicas de autocontrol que le permitan dar cambios positivos en su vida.	Sesión 1: Autoconciencia Emocional	Aprender a ser conscientes de los propios estados emocionales internos mediante su autoconocimiento para responder de manera asertiva y empática a las exigencias de su medio.
		Sesión 2: Vocabulario Emocional	Identificar y diferenciar el vocabulario emocional de las personas y del suyo mediante el análisis del lenguaje no verbal para realizar un manejo óptimo de los mismos.
		Sesión 3: Manejo de la Frustración	Aprender a manejar la frustración a través de la regulación de sus emociones ya conocidas, con el fin de tener una salud mental óptima.
		Sesión 4: Manejo de la Ira	Identificar básicas que constituyen patrones individuales de conducta expresiva que generan ira, mediante el análisis de esta las reacciones emotivas, se podrán regularizar su salud mental.
Módulo 2: "Comunicación Eficaz"	Desarrollar habilidades comunicativas mediante sociodramas, la práctica de técnicas asertivas, la reflexión sobre la propia comunicación y análisis de situaciones cotidianas para la mejora personal.	Sesión 5: Comunicación verbal "errores y aciertos en nuestra comunicación"	Reconocer cómo es la comunicación verbal en los demás y en uno mismo mediante el diálogo de parejas y análisis de situaciones para lograr determinar los aciertos y errores del emisor y receptor.
		Sesión 6: Comunicación no verbal "te lo digo sin palabras"	Conocer la comunicación no verbal, mediante la práctica y análisis de los elementos de la comunicación no verbal para enriquecer el uso de cada elemento.
		Sesión 7: Asertividad "te lo digo sin dañar"	Especificar las características de la comunicación asertiva mediante el empleo de cuatro pasos para lograr elaborar mensajes asertivos en diversas situaciones.
		Sesión 8: Empatía "en sus zapatos"	Reconocer y desarrollar la empatía en uno mismo mediante dinámicas grupales y psicodramas para fortalecer la capacidad de entender a los demás.

Modulo 3: “Solución de Conflictos”	Descubrir el valor positivo de un conflicto como medio para lograr nuevas metas, a través de talleres activos y vivenciales, mediante la realización de socio dramas, se pretende solucionar problemas basado en casos y juegos de roles frente al desarrollo personal de la persona.	Sesión 9: La Escucha Activa	Conocer aspectos que puedan mejorar la escucha activa mediante socio dramas y ejercicios prácticos para incrementar la afectividad del diálogo.
		Sesión 10: Técnica de Afronte: Persuasión	Utilizar la persuasión como técnica para afrontar los conflictos mediante el desarrollo de ejercicios prácticos y actividades vivenciales fuera de la sesión.
		Sesión 11: Técnica de Afronte: Práctica de la asertividad	Utilizar la asertividad como técnica para afrontar los conflictos de manera adecuada, mediante la práctica de técnicas asertivas a través de ejercicios prácticos y actividades vivenciales.
		Sesión 12: La Comunicación eficaz	Consolidar lo aprendido, mediante el análisis y reflexión de los temas tratados así como la evaluación de un test de asertividad para determinar el avance en nivel personal y técnico.

DESARROLLO SE LAS SESIONES DE INTERVENCIÓN

Tabla 3: Desarrollo del programa de intervención

Modulo 1: “Control de Emociones”					
Objetivo General: Reconocer e identificar sus emociones para desarrollar un control sobre ellos, haciendo uso de las diferentes técnicas de autocontrol que le permitan dar cambios positivos en su vida.					
Sesiones	Objetivo específico	Actividad	Procedimiento	Materiales	Tiempo
Sesión 1: Autoconciencia Emocional	Aprender a ser conscientes de los propios estados emocionales internos mediante su autoconocimiento para responder de manera asertiva y empática a las exigencias de su medio.	Paso 1: Dinámica de motivación “Descubriendo Emociones”	- El objetivo de esta dinámica es descubrir y expresar emociones. - Los participantes tendrán en la frente un post-its con una emoción escrita previamente, de modo que todos puedan ver la emoción menos uno, así el resto del grupo debe decirle ciertas situaciones que provocan dicha emoción, para que con esa información el miembro seleccionado tenga que descubrir de qué emoción se trata.	<ul style="list-style-type: none"> ● Música de relajación ● Ambiente adecuado para actividades de relajación ● Equipo de sonido ● Colchonetas ● Post-its ● Cinta Adhesiva ● Papel ● Lapicero 	45 minutos
		Paso 2: Presentación del Tema Principal	- La moderadora expone de manera dinámica con la participación activa de los estudiantes, dando a conocer la importancia de reconocer emociones y el valor que eso tiene en la toma de decisiones de nuestra vida.		
		Paso 3: Auto Observación Emocional	- Con la ayuda de música suave y los ojos cerrados, se induce a los participantes a la relajación, haciéndoles conscientes, primero de cada parte de su cuerpo, luego sus pensamientos de a cerca de la presentación del tema, luego de cada sensación que ha ido sintiendo durante el día a comparación de los que están sintiendo ahora, la moderadora lo hará con el objetivo de diferenciar pensamientos de emociones y reconocer cómo la sensaciones y emociones han ido fluyendo en las decisiones que fueron tomando durante el día.		
		Paso 4: Frases para la Auto Conciencia Emocional	- La moderadora, invita a completar las siguientes frases que se les dará en una lista de cotejo, y en los espacios en blanco escribir qué tipo de emoción sintió después de ponerse en la situación en la que estaba cada frase.		

		<p>Paso 5: Dinámica de Cierre</p>	<p>- El objetivo es hacer una dinámica de integración de grupo.</p> <p>- Se pide a los participantes 3 aspectos que tengan en similitud, de tal forma que luego se les pida que formen subgrupos de 3 participantes, y que identifiquen 3 aspectos que tienen en común, luego, se les pide que formen subgrupos de 4 participantes que también identifiquen 3 aspectos que tienen en común. De esta forma se continúa integrando al grupo completo. Finalmente, todos los integrantes se pondrán en círculo y se pondrán en pareja para poder comentar cómo se sintieron en la sesión y que sumado a ello le externe un comentario positivo que mejore su día.</p>		
<p>Sesión 2: Vocabulario Emocional</p>	<p>Identificar y diferenciar el vocabulario emocional de las personas y del suyo mediante el análisis del lenguaje no verbal para realizar un manejo óptimo de los mismos.</p>	<p>Paso 1: Dinámica de Motivación "El Reino de las Emociones"</p>	<p>- El objetivo es identificar los matices emocionales de una melodía para desarrollar un léxico humanitario e ilustrarse a exteriorizar lo que nos estimula una canción.</p> <p>- Se marcará en el piso 4 círculos, uno será el reino de la alegría, el reino de la tristeza, el reino del miedo y el reino del enfado.</p> <p>- Se pide que sigan las siguientes pautas:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Tras treinta segundos se mantendrán con los ojos encubiertos, oyendo la primera melodía del registro de música ya escogido. ❖ Trascurriendo un momento, indicarle al llamado de "caballero, vayan a sus reinos", todos empezaran a moverse por el espacio colocándose en el reino con el cual identifiquen la canción. Recordarles que al momento de movilizarse expresen corporalmente las emociones que para ellos son las canciones. ❖ Es importante que se tenga una lista de canciones cortadas para graduarlas a la sintonía de la dinámica. ❖ Hacer que voten en que lista es más adecuado colocar esta canción, "lista del caballero: triste, alegre, amargo, miedo" <p>- Una vez finalizada la votación, preguntar qué han recordado y sentido al escuchar cada canción.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Equipo Multimedia ● Ambiente adecuado para la ejecución del taller ● Equipo de música ● Música seleccionada 	<p>45 minutos</p>

		<p>Paso 2: Presentación del Tema Principal</p>	<p>- La moderadora expone de manera dinámica, con la participación activa de los participantes, la importancia de ampliar nuestro vocabulario emocional.</p>		
		<p>Paso 3: Identificación de mis Emociones</p>	<p>- Se les entregará un cuestionario de identificación de emociones. - En los espacios se debe poner la emoción con la cual asocian a la situación descrita, tratando de no repetir el mismo término para cada situación (tomado de Vivas y Col).</p>		
		<p>Paso 4: Comparto mis emociones</p>	<p>- Luego compartirán sus respuestas en parejas, intercambiando lo escrito y observado que no se repitan consecutivamente las emociones colocadas.</p>		
		<p>Paso 5: Dinámica de Cierre</p>	<p>- La moduladora entrega a cada integrante 3 caritas felices (como inicial) y les pide que las coloquen en la frente de 3 personas diferentes. Con el requisito que después de pegarlas, expresen un comentario a la persona escogida, sobre los motivos por los cuales le da una carita feliz de agradecimiento y reconocimiento.</p>		
<p>Sesión 3: Manejo de la Frustración</p>	<p>Aprender a manejar la frustración a través de la regulación de sus emociones ya conocidas, con el fin de tener una salud mental óptima.</p>	<p>Paso 1: Dinámica de Motivación ¡Me has dado!</p>	<p>- Con la ayuda de objetos, mantas o prendas de ropa señalar un pasillo, donde al final esté un instrumento acústico. - Se coloca de manera escalona a cuatro participantes (los cuales serán los guerreros) con los ojos vendados junto al pasillo. Se trata de que los sensibles en este caso los ciegos guerreros que cuestionen el camino al paso del resto del grupo, que llegara sigilosamente, hasta la campana final para hacerla sonar.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Música de relajación ● Ambiente adecuado para actividades de relajación ● Equipo de sonido ● Colchonetas ● Una campana ● Sogas o pitas 	<p>45 minutos</p>
		<p>Paso 2: Presentación del Tema Principal</p>	<p>- La moderadora expone de manera dinámica, con la participación activa de los participantes las estrategias para manejar las emociones de la frustración.</p>		

		<p>Paso 3: Entrenamiento en el Manejo de la Frustración</p>	<p>- Se dialoga con los participantes acerca de la importancia de:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Ser paciente. ❖ Fijar metas y empezar con pequeños pasos. ❖ Guiarse de los buenos ejemplos. ❖ Aprender a aceptar que hay cosas que no se pueden cambiar. ❖ Hacerles ver que nada es terrible o horrible y la situación siempre puede ser peor. 		
		<p>Paso 4: Sustituyendo Pensamientos</p>	<p>- Cambiar los pensamientos negativos por los positivos (presentar situaciones de ejemplos para dejarlo más en claro).</p> <p>- Impulsarlos al abandonar los logros del bienestar de corto plazo para obtener metas a largo plazo.</p> <p>- Permitirles que se esfuercen y luchen por ellos mismos para lograr sus metas (enfatar que las metas no dependen de la pareja).</p>		
		<p>Paso 5: Dinámica de Cierre</p>	<p>- Se explica al grupo, que tienen la responsabilidad de que todos cruzan el lago, sin nadie congelado, donde pondrán en forma círculos con objetos o prendas "hoyos", que quienes la toquen está automáticamente congelados, la forma de no caerse es ayudarse entre compañeros es dándose la mano, ayudándose a saltar, apoyándose en los otro, etc. Y la única forma de descongelar a quienes caen al agua es con un abrazo.</p>		
<p>Sesión 4: Manejo de la Ira</p>	<p>Identificar básicas que constituyen patrones individuales de conducta expresiva que generan ira, mediante el análisis de esta las reacciones emotivas, se podrán</p>	<p>Paso 1: Dinámica de Motivación</p>	<p>- La moderadora indica que todos los participantes hagan un círculo, ella empieza indicando a quien está a su derecha "me voy de viaje y te dejo un apretón de manos" acto seguido le da un apretón de manos, entonces quien recibió el mensaje, se lo pasa al de su derecha, repitiendo la frase y la expresión, al que además le agrega otra expresión, por ejemplo "un abrazo". Y así todos deben repetir las frases y los gestos desde el primero. Quien se equivoque sale del juego y se termina cuando queda uno.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Equipo multimedia ● Ambiente adecuado para actividades de relajación. 	<p>45 minutos</p>
	<p>Paso 2: Presentación del Tema Principal</p>	<p>- La moderadora expone de manera dinámica, con la participación activa de los colaboradores, la relevancia de regular la emoción de la ira identificando las situaciones reactivas.</p>			

	regularizar su salud mental.	Paso 3: Inventario de Pensamientos Autónomos (Tomado de Vivas y Cols)	- A continuación, se les entrega una lista de pensamientos que suelen presentar las personas ante diversas situaciones. Valora la frecuencia con la que puedes presentarlos (Cuestionario de Vivas y Cols).		
		Paso 4: Dinámica de Cierre	- Los involucrados se sentarán en forma de círculo, uno tras otro y escribirán una reflexión sobre los resultados del test.		

Tabla 4: Desarrollo del programa de intervención

Modulo 2: "Comunicación Eficaz"					
Objetivo General: Desarrollar habilidades comunicativas mediante socio dramas, la práctica de técnicas asertivas, la reflexión sobre la propia comunicación y análisis de situaciones cotidianas para la mejora personal.					
Sesiones	Objetivo específico	Actividad	Procedimiento	Materiales	Tiempo
Sesión 1: Comunicación verbal "errores y aciertos en nuestra comunicación"	Reconocer cómo es la comunicación verbal en los demás y en uno mismo mediante el dialogo de parejas y análisis de situaciones para lograr determinar los aciertos y errores del emisor y receptor.	Paso 1: Dinámica de motivación "Los Colores del Movimiento"	- Se dará la siguiente consigna; cada vez que la moderadora diga verde todos caminarán en diferentes sentidos, cuando diga azul chocaran sus caderas con la persona más cercana y cuando se diga rosado abrazarán a la persona más cercana. - Cuando se diga figura verde entre todos formarán un árbol, cuando diga figura azul formaran un pez y cuando diga figura rosada, formaran una flor.	<ul style="list-style-type: none"> ● Una hoja de papel ● Lapicero 	45 minutos
		Paso 2: Mi Mayor Secreto	- Cada integrante escribirá en un papel pequeño su mayor secreto, lo escribirá de tal forma que no se identifique su género, es decir, cada vez que escriba un sustantivo o adjetivo terminará con "@", por ejemplo "soy timid@". Lo doblará y le entregará a la moderadora quien a su vez volverá a entregarlos indistintamente, la idea es que reciban un secreto que no sea el suyo. - Ubicados en un círculo, cada uno compartirá el secreto como si fuera suyo, la idea es que utilice el tono de voz que represente el caso y finalmente compartirá cómo se siente con ese secreto y qué va hacer.		
		Paso 3: Conversando	Se formarán parejas, buscarán a la persona que menos conocen del grupo, se sentaran frente a frente y compartirán como suelen comunicarse con sus padres, pareja y amigos. Buscarán ser honestos y terminaran compartiendo de qué se dan cuenta de sí mismos.		
		Paso 4: Dramatización	- Se formarán grupos de 4 personas, en cada grupo se escogerán un refrán y explicarán su significado mediante una dramatización: 1. "Para mentir y comer pescado, hay que tener mucho cuidado" 2. "Ojos que no ven, corazón que no siente" 3. "A caballo regalado, no se le miran los dientes"		

			<p>4. “Más vale pájaro en mano, que ciento volando”</p> <p>5. “Mucha flor en primavera, buen otoño nos espera”</p> <p>- Luego responder las siguientes preguntas individualmente cada participante:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ ¿Qué refrán trabajaron en el grupo?” ✓ ¿Qué significa ese refrán? ✓ ¿Cómo puedes aplicarlo a tu vida? ✓ Menciona otro refrán que sea importante para ti y explica su significado. 		
		Paso 5: Técnica expositiva	<p>- La moderadora explicara con ejemplos cotidianos la importancia del lenguaje verbal y cómo es que influye en una comunicación eficaz.</p> <p>- Se enfatizará situaciones donde no se empleen de manera adecuada la comunicación eficaz y en las que sí, y la importancia que tiene en el ámbito psicológico.</p> <p>- Para concluir se les pedirá que detallen 3 errores y 3 aciertos, que identifiquen en dos personas cercanas a ellos.</p>		
<p>Sesión 2:</p> <p>Comunicación no verbal “te lo digo sin palabras”</p>	<p>Conocer la comunicación no verbal, mediante la práctica y análisis de los elementos de la comunicación no verbal para enriquecer el uso de cada elemento.</p>	Paso 1: Dinámica de Motivación “Todo sin hablar”	<p>- Se pide a los integrantes del taller que adquieran el compromiso de no hablar mientras dure la dinámica, solo pueden hacer señas. Se formarán dos filas con el mismo número de participantes, el objetivo del grupo es ordenarse por fechas de nacimiento, de mayor a menor, pero sin hablar. Ganará el grupo que logre ordenarse primero. Al final se contrastará el orden conseguido sin hablar, con las fechas reales que cada cual nos cuente.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●Lapiceros de colores ●Espacio amplio ●Hojas de colores ●Limpiatipo ●Post-its 	<p>45 minutos</p>
		Paso 2: Mi propio Idioma	<p>- Se formarán grupos de 3 integrantes, cada uno contará cómo le fue en el día, pero lo hará con un idioma inventado, buscará hacer uso de la comunicación no verbal para darse a entender, luego compartirán qué entendieron del otro y si esto que dicen coincide con lo que en verdad quisieron decir.</p>		
		Paso 3: Análisis de la Conducta Realizada	<p>- Cada uno responderá las siguientes preguntas en un pos-sit (poner su nombre atrás):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Cómo te sentiste expresándote un idioma inventando? 2. ¿Lograste entender algo de lo que tus compañeros dijeron? 3. ¿Qué hacías para que te entendieran? 		

		<p>Paso 4: Técnica Expositiva</p>	<p>- Se preguntará a los involucrado qué creen que es la comunicación no verbal, con los ejercicios realizados hasta el momento.</p> <p>- Se pide a los integrantes que, en una hoja de manera a exposición, pongan de forma clara y precisa cual es la importancia de la comunicación no verbal.</p> <p>- Se procede a indicar que cada uno salga a exponer su definición de comunicación no verbal.</p>		
		<p>Paso 5: Sociodrama</p>	<p>- Se formarán grupos de 6 y a cada grupo se le dará una función de la comunicación no verbal, el cual deberá revisarlo para luego mediante un sociodrama2 expondrán un ejemplo de función asignada.</p>		
<p>Sesión 3: Asertividad "Te lo digo sin dañar"</p>	<p>Especificar las características de la comunicación asertiva mediante el empleo de cuatro pasos para lograr elaborar</p>	<p>Paso 1: Dinámica de Motivación "Te respondo con una Pregunta"</p>	<p>- Se pide a dos voluntarios, ellos saldrán al frente y deberán tener un diálogo donde todas sus intervenciones son preguntas, si contestan o demoran en hacer una pregunta, se da un aplauso y entra un nuevo retador. Cada 3 retadores cambiaremos el lugar imaginario donde se lleva a cabo el diálogo. Los lugares imaginarios son los siguientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ La casa de tu ex que huele a "tokosh" ▪ El cerebro de un perro ▪ La cola para entrar a los baños públicos, ▪ Una discoteca de ambiente. 		<p>45 minutos</p>

	mensajes asertivos en diversas situaciones.	<p>Paso 2: ¿Y tú qué harías</p>	<p>- Cada participante completará el siguiente recuadro con las acciones que tomaría en cada uno de los casos mencionados, luego habrá una respuesta en común.</p> <table border="1" data-bbox="835 304 1659 1289"> <tr> <td data-bbox="835 304 1529 746">¿Qué harías si...?</td> <td data-bbox="1529 304 1659 746">L o q u e y o h a r í a s ...</td> </tr> <tr> <td data-bbox="835 746 1529 820">El profesor se confundió al pasar tus notas y te desaprobó en uno de los trabajos que presentarse.</td> <td data-bbox="1529 746 1659 820"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="835 820 1529 924">Estás con un dolor de cabeza muy fuerte, pero al costado tuyo están 4 compañeros que están alborotados y hacen mucho ruido.</td> <td data-bbox="1529 820 1659 924"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="835 924 1529 1051">Estás por la calle con tus amigos y cerca a ustedes pasa una persona con limitaciones físicas, entonces uno de tus amigos le empieza a imitar y a hacer chistes sobre ella.</td> <td data-bbox="1529 924 1659 1051"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="835 1051 1529 1184">Eres delegado del salón y tienes que pedir una cuota para unas festividades que se acercan, pero uno de tus compañeros siempre dice que olvida su cuota y estás retrasando la entrega solo por él.</td> <td data-bbox="1529 1051 1659 1184"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="835 1184 1529 1289">Tu pareja siempre llega 20 minutos tarde a las citas que se dan y te dice que tenía que ayudar en su casa.</td> <td data-bbox="1529 1184 1659 1289"></td> </tr> </table>	¿Qué harías si...?	L o q u e y o h a r í a s ...	El profesor se confundió al pasar tus notas y te desaprobó en uno de los trabajos que presentarse.		Estás con un dolor de cabeza muy fuerte, pero al costado tuyo están 4 compañeros que están alborotados y hacen mucho ruido.		Estás por la calle con tus amigos y cerca a ustedes pasa una persona con limitaciones físicas, entonces uno de tus amigos le empieza a imitar y a hacer chistes sobre ella.		Eres delegado del salón y tienes que pedir una cuota para unas festividades que se acercan, pero uno de tus compañeros siempre dice que olvida su cuota y estás retrasando la entrega solo por él.		Tu pareja siempre llega 20 minutos tarde a las citas que se dan y te dice que tenía que ayudar en su casa.			
¿Qué harías si...?	L o q u e y o h a r í a s ...																
El profesor se confundió al pasar tus notas y te desaprobó en uno de los trabajos que presentarse.																	
Estás con un dolor de cabeza muy fuerte, pero al costado tuyo están 4 compañeros que están alborotados y hacen mucho ruido.																	
Estás por la calle con tus amigos y cerca a ustedes pasa una persona con limitaciones físicas, entonces uno de tus amigos le empieza a imitar y a hacer chistes sobre ella.																	
Eres delegado del salón y tienes que pedir una cuota para unas festividades que se acercan, pero uno de tus compañeros siempre dice que olvida su cuota y estás retrasando la entrega solo por él.																	
Tu pareja siempre llega 20 minutos tarde a las citas que se dan y te dice que tenía que ayudar en su casa.																	
	<p>Paso 3:</p>	<p>- La mediadora procederá a explicar qué es asertividad, su importancia y valiéndose de ejemplos cotidianos, mostrará la forma de cómo construir</p>															

		Explicación Teórica	"Mensajes Yo". Se formularán "Mensajes Tú" y pedirá a los estudiantes que los transforman en mensajes Yo.																
		Paso 4: Convierto Mensajes TÚ en mensajes YO	<p>- A continuación, convierte los siguientes mensajes tú en mensajes yo, posteriormente compartirán sus respuestas en parejas.</p> <table border="1" data-bbox="837 381 1700 726"> <thead> <tr> <th data-bbox="837 381 1509 421">MENSAJES TU</th> <th data-bbox="1509 381 1700 421">MENSAJES YO</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="837 421 1509 464">¡No te interesa nada de lo que yo digo, Lárgate!</td> <td data-bbox="1509 421 1700 464"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="837 464 1509 533">Siempre estás haciendo tonterías y no nos dejas trabajar. Deja ya de hacerte el tonto o vete a otra parte.</td> <td data-bbox="1509 464 1700 533"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="837 533 1509 572">No tienes derecho a tratarme así delante de los demás.</td> <td data-bbox="1509 533 1700 572"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="837 572 1509 614">Todo lo que tengas que decir sobre mí, dílo a la cara.</td> <td data-bbox="1509 572 1700 614"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="837 614 1509 683">No te voy a volver a contar nada. Luego se lo cuentas a todo el mundo.</td> <td data-bbox="1509 614 1700 683"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="837 683 1509 726">Eres un renegón, siempre estás con esa cara de pocos amigos.</td> <td data-bbox="1509 683 1700 726"></td> </tr> </tbody> </table>	MENSAJES TU	MENSAJES YO	¡No te interesa nada de lo que yo digo, Lárgate!		Siempre estás haciendo tonterías y no nos dejas trabajar. Deja ya de hacerte el tonto o vete a otra parte.		No tienes derecho a tratarme así delante de los demás.		Todo lo que tengas que decir sobre mí, dílo a la cara.		No te voy a volver a contar nada. Luego se lo cuentas a todo el mundo.		Eres un renegón, siempre estás con esa cara de pocos amigos.			
MENSAJES TU	MENSAJES YO																		
¡No te interesa nada de lo que yo digo, Lárgate!																			
Siempre estás haciendo tonterías y no nos dejas trabajar. Deja ya de hacerte el tonto o vete a otra parte.																			
No tienes derecho a tratarme así delante de los demás.																			
Todo lo que tengas que decir sobre mí, dílo a la cara.																			
No te voy a volver a contar nada. Luego se lo cuentas a todo el mundo.																			
Eres un renegón, siempre estás con esa cara de pocos amigos.																			
		Paso 5: Dando Críticas Asertivas	<p>- En esta actividad cada integrante del taller deberá buscar una pareja y le dará una crítica, y a la vez recibirá una crítica por parte del otro, quien escucha solo deberá escuchar, no puede justificarse ni discutir, se seguirá el siguiente esquema para la elaboración de la crítica:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li data-bbox="837 938 1704 1062">1. Describe la situación, da información de lo que ocurre y lo que te molesta sin emitir juicios sobre la otra persona y sin evaluarlo, expresa tu crítica de forma concreta, es criticar la acción mas no a la persona (cuando/ cada vez que...). <li data-bbox="837 1078 1688 1110">2. Expresa tu emoción con un tono calmado (eso hace que me sienta...). <li data-bbox="837 1126 1704 1190">3. Dile lo que quieres que haga, sugiere o pide cambios, no olvides decirlo en primera persona (me gustaría que...). <li data-bbox="837 1206 1704 1270">4. Haz notar que tú también te vas a esforzar para que todo vaya bien (por mi parte, me comprometo...). <li data-bbox="837 1286 1570 1318">5. Expresa tu agradecimiento por escucharte (te agradezco...). 																

<p>Sesión 4: Empatía “en sus zapatos”</p>	<p>Reconocer y desarrollar la empatía en uno mismo mediante dinámicas grupales y psicodramas para fortalecer la capacidad de entender a los demás.</p>	<p>Paso 1: Dinámica de Motivación</p>	<p>- Se formarán parejas, quienes escogerán el número uno y el número dos a fin de formar dos círculos grandes, los asignados con el número uno formará un círculo y con el número dos, otro.</p> <p>La dinámica consiste en hacer tres posiciones entre las parejas formadas: <i>Caballo:</i> Uno carga al otro en posición de recién casado. <i>Caballero:</i> Uno de los dos se arrodilla en una pierna y el otro se sienta <i>Jinete:</i> Uno de las dos cargas al otro con la espalda.</p> <p>Cuando el (la) docente diga "Urra Urra" los dos círculos empiezan a girar rápido, cuando el animador diga: <i>¡Caballo!</i> se rompen los círculos y las parejas deben buscarse y hacer lo más rápido la posición de caballo. <i>¡Caballero!</i> se rompen los círculos y las parejas deben buscarse y hacer lo más rápido la posición de caballero. <i>¡Jinete!</i> se rompen los círculos y las parejas deben buscarse y hacer lo más rápido la posición de jinete.</p> <p>- Las ultimas parejas en hacer las posiciones, van saliendo del juego hasta encontrar la pareja ganadora.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Tres cajas pequeñas con una perforación ● Papeles ● Plumones ● Cinco vasos descartables por participante 	<p>45 minutos</p>
		<p>Paso 2: En sus Zapatos</p>	<p>- Cada participante tendrá seis tiras de papel, colocaremos las tres cajas al centro del espacio de la dinámica, con un mensaje que diga "Me gustaría superar...", "Me arrepiento de...", un problema mío es y cada participante completará estas frases en las tiras de papel que tiene, completando dos de cada una</p> <p>- Posteriormente introducirán las tiras de papel en las cajas que corresponden, es importante recalcar a los estudiantes que lo que escriban será anónimo, pero es importante que sean sinceros</p> <p>- Finalmente, se sacarán algunas tiras al azar y entre todos comentarán y compartirán sobre qué solución o qué haría cada uno estando en los zapatos de esa persona.</p>		
		<p>Paso 3: Los Vasos</p>	<p>- Se inicia la actividad con un diálogo sobre lo que entendemos por respetar a los demás. Para ello, se pide a los alumnos que comenten las siguientes afirmaciones y añadan otras:</p>		

			<ul style="list-style-type: none"> ○ Respetamos a los demás cuando. ○ Llamamos a los compañeros por su nombre ○ Escuchamos sin interrumpir. ○ Sabemos guardar un secreto. ○ No nos burlamos de algún aspecto de la otra persona. ○ Valoramos la forma de ser de cada uno. <p>- A continuación, comprobaremos cómo se está viviendo este valor en el grupo, indicaremos que se coloquen de pie formando un círculo con los cinco vasos descartables que trajeron. Entonces se les explica que deben entregar esos cinco vasos, siguiendo unas reglas, a los compañeros/as que muestran un mayor respeto hacia los demás. No se trata de una votación sino de una toma de conciencia sobre quiénes actúan habitualmente respetando a los otros. Conviene dejar un tiempo para que cada una piense a quien va a entregar sus vasos, y por qué.</p> <p>Para hacer el intercambio se respetarán las siguientes reglas:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Ha de hacerse en silencio absoluto. vaso ○ Nadie puede pedir que le den algún ○ Hay que repartir los cinco vasos. ○ Se pueden entregar más de un vaso a la misma persona (incluso todos) <p>- Terminado el intercambio, se da paso a un diálogo sobre la experiencia vivida. Para luego contestar las siguientes preguntas:</p> <p>¿Como te has sentido al recibir vasos?</p> <p>¿Te ha costado decidir a quien se los dabas? ¿Por qué?</p> <p>¿Por quién o quiénes te has decidido? ¿Por qué?</p> <p>¿Como podemos ayudarnos para respetarnos más los unos a los otros?</p>		
--	--	--	---	--	--

		<p>Paso 4: Las tres erres</p>	<p>- La moderadora pide a los integrantes completen el cuadro pidiéndoles que indiquen en la primera columna una lista tres personas con las que están resentidos, en la segunda columna, escribirán uno o dos enunciados que expliquen la razón de su resentimiento, en la tercera columna qué desearían que hicieran estas personas con quienes se está resentido y finalmente señalar los aspectos positivos y razones que explican lo que hicieron para que se resienta.</p> <table border="1" data-bbox="837 427 1702 518"> <tr> <td data-bbox="837 427 1055 518">Tres personas con las que estés resentido</td> <td data-bbox="1055 427 1272 518">Por qué estás resentido con esas personas</td> <td data-bbox="1272 427 1489 518">Qué desearías que hiciera esa persona</td> <td data-bbox="1489 427 1702 518">Aspectos positivos y razones de su comportamiento</td> </tr> </table> <p>- A continuación, en una puesta en común se pide a los participantes que lean en voz alta algunos ejemplos, comprueben su capacidad para expresar de modo claro y conciso sus sentimientos.</p>	Tres personas con las que estés resentido	Por qué estás resentido con esas personas	Qué desearías que hiciera esa persona	Aspectos positivos y razones de su comportamiento		
Tres personas con las que estés resentido	Por qué estás resentido con esas personas	Qué desearías que hiciera esa persona	Aspectos positivos y razones de su comportamiento						
		<p>Paso 5: Cómo se Sienten los Demás</p>	<p>- Se pedirá a los integrantes que formen parejas, deberán elegir distintas situaciones de las hipotéticas presentadas a continuación y reflexión sobre cómo creen que se sentiría alguien estando en esa situación y como se sentiría el mismo.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Situación 1: Tu insultas a otro (como te sentirías tu/cómo crees que se sentiría el otro). ○ Situación 2: Tu eres insultado por otro (como te sentirías tu/cómo crees que se sentiría el otro). ○ Situación 3: Un amigo llega 45 minutos tarde a la cita que tenían (como te sentirías tu/cómo crees que se sentiría el otro). ○ Situación 4: Llegas tarde por 45 minutos a la cita que tenías con tu amigo (como te sentirías tu/cómo crees que se sentiría el otro). 						

Tabla 5: Desarrollo del programa de intervención

Modulo 3: "Solución de Conflictos"					
Objetivo General: Descubrir el valor positivo de un conflicto como medio para lograr nuevas metas, a través de talleres activos y vivenciales, mediante la realización de socio dramas, se pretende solucionar problemas basado en casos y juegos de roles frente al desarrollo personal de la persona.					
Sesiones	Objetivo específico	Actividad	Procedimiento	Materiales	Tiempo
Sesión 1: La Escucha Activa	Conocer aspectos que puedan mejorar la escucha activa mediante socio dramas y ejercicios prácticos para incrementar la afectividad del diálogo.	Paso 1: Dinámica De Motivación "Figuras Sin Ver"	- Se formarán grupos de diez personas y se les pedirá que se venden los ojos, cada uno con los pasadores en las manos tendrán cuarenta segundos para formar la figura que les pidamos: Primero les pediremos formar un cuadrado, luego una estrella y finalmente un perro, luego de formar cada figura se quitarán la venda para ver lo realizado.	<ul style="list-style-type: none"> ● Hojas bond ● Tarjetas de casos ● Papelotes ● Plumones ● Un pasador por participante ● Vendas para los ojos 	45 minutos
		Paso 2: Quiero Escucharte	- Se formarán parejas y se les pedirá a los integrantes del taller que se cuenten el uno al otro cómo fue su primer beso, con quién, dónde, a qué edad, cómo se llamaba esa persona, qué sintieron, etc. - Una vez que hayan terminado se les pedirá que compartan qué entendieron de lo que el otro les contó, también compartirán sobre qué sintieron al realizar este ejercicio, qué les resultó más difícil si escuchar o hablar. Formulándose las siguientes preguntas: <ul style="list-style-type: none"> ○ ¿Se te hizo más fácil escuchar o hablar? ¿Por qué crees que fue así? ○ ¿Se tergiverso alguna información? ¿Cuál? ○ ¿Cómo te sentiste con la experiencia? ○ ¿Qué reflexión obtienes de la actividad realizada? 		
		Paso 3: Análisis De Caso Propio	- Se pide a los involucrados que se organicen en equipos de cinco integrantes y que dialoguen en tomo a una situación que hayan vivido donde participaron como protagonistas o testigos de una discusión o conflicto ya sea en la universidad, barrio o casa. Que recuerden por qué sucedió y las consecuencias del mismo. Finalmente, se les pide que planteen qué se podría hacer para que dicha situación no se repita, luego pedimos que en forma voluntaria expongan sus conclusiones. Formulándose las siguientes preguntas:		

			<ul style="list-style-type: none"> ○ ¿Qué sucedió? ○ ¿Por qué? ○ ¿Cuáles fueron las consecuencias? ○ ¿Qué se podría hacer para que no se repita? 		
		Paso 4: Exposición Del Tema	- La mediadora con ayuda de ejemplos cotidianos explicará la definición de escucha activa, sus obstáculos y actitudes para mejorarla, procurará ser claro con su explicación y proponer situaciones donde es difícil escuchar y solicitar a las integrantes propuestas para dar solución a ello.		
		Paso 5: Dramatización	<p>- Se mantienen los grupos ya formados en el momento anterior, cada uno dramatizará una situación en la que se haya originado un problema por la falta de escucha activa. Propondrán dos escenas una donde falta la escucha activa y otra donde es correctamente aplicada.</p> <p>- Se les da un tiempo de diez minutos para que equipo elabore sus casos y luego sean presentados.</p> <p>- Finalmente se solicita a los involucrados que identifiquen en qué momentos de su vida no aplican una escucha activa y analicen el por qué actúan de esa manera.</p>		
Sesión 2: Técnica de Afronte: Persuasión	Utilizar la persuasión como técnica para afrontar los conflictos mediante el desarrollo de ejercicios prácticos y actividades vivenciales fuera de la sesión.	Paso1: Dinámica de Motivación “Línea de ropa”	- Se forman equipos pequeños, dependiendo del número de estudiantes. Se explica que deben formar una línea con sus prendas de vestir, en sólo 20 segundos, indicándoles que es indispensable trabajar en equipo. El equipo que logre reunir el mayor número de prendas formando la línea más larga, es el ganador.		45 minutos
		Paso 2: Técnica Expositiva del Marco Teórico	<p>- En este taller la moderadora inicia realizando la presentación, exposición y análisis de las técnicas de Afronte, persuasión, rutas de la persuasión, elementos y principales técnicas de persuasión.</p> <p>- Es importante pedir la participación de los estudiantes y se tome en cuenta sus preguntas con respecto al tema, tratando de aclararlas con toda honestidad. La explicación del docente debe manejar ejemplos de la vida real para que así el tema sea mejor comprendido.</p>		

		<p>Paso 3: Ejercicios De Persuasión</p>	<p>- Cada integrante es evaluado poniendo en práctica sus habilidades de persuasión (actividad fuera del aula).</p> <p>- La moderadora se traslada con el grupo de estudiantes al patio de la Universidad donde haya mayor cantidad de personas. En esta actividad cada estudiante debe elegir una actividad de las 5 que se plantean a continuación:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Persuadir a una persona desconocida de bailar con él o ella un ritmo musical durante 3 minutos 2. Persuadir a una persona desconocida de realizar una rutina de ejercicios con él o ella durante 3 minutos 3. Persuadir a una persona desconocida de realizar un mimo con él o ella durante 3 minutos. 4. Persuadir a una persona desconocida de correr una determinada distancia con él o ella durante algunos minutos. 5. Persuadir a una persona desconocida de cantar una canción con él o ella durante 3 minutos. <p>- Habiendo elegido una actividad, la mediadora indica que haciendo uso de la persuasión y alguna técnica de su preferencia se pasará a ejecutar la actividad. Para ello se debe tener en cuenta lo siguiente:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ El estudiante no mencionara que está siendo evaluado o que la actividad es parte del taller. ○ Se debe elegir necesariamente a una persona que sea desconocida. ○ El estudiante debe poner en práctica una o más técnicas de persuasión analizadas en clase. ○ Cada estudiante tiene un máximo de 6 minutos para persuadir y ejecutar la actividad seleccionada (usar cronómetro). ○ El docente observa a cierta distancia al estudiante, por lo que la evaluación se realiza de manera individual. 		
		<p>Paso 4:</p>	<p>- Habiendo concluido con la dinámica anterior, se realiza una plenaria con el grupo de estudiantes para recoger sus impresiones sobre la actividad realizada. Enfocándose en las</p>		

		Plenaria Grupal	facilidades y/o dificultades que enfrentaron para aplicar la persuasión.		
Sesión 3: Técnica de Afronte: Práctica de la asertividad	Utilizar la asertividad como técnica para afrontar los conflictos de manera adecuada, mediante la práctica de técnicas asertivas a través de ejercicios prácticos y actividades vivenciales.	Paso 1: Dinámica de Motivación "Canasta de frutas"	- La mediadora invita a los involucrados a sentarse formado un círculo con sillas, el número de sillas debe ser una menos con respecto al número de involucrados; designa a cada uno con el nombre de la fruta. Estos nombres los repite varias veces, asignando a la misma fruta a varios estudiantes. Enseguida explica la forma de realizar la dinámica: se empezará a relatar una historia (inventada); cada vez que se dice el nombre de una fruta, las personas que han recibido ese nombre cambian de asiento (el que al iniciar el juego se quedó de pie intenta sentarse). pero si en el relato aparece la palabra "canasta", todos cambian de asiento. La persona que en cada cambio queda de pie contando la historia. La dinámica se realiza varias veces		45 minutos
		Paso 2: Lluvia De Ideas	- Pedir a cada uno de los integrantes que den su propia definición de asertividad, para luego reflexionar en estas opiniones y hacer énfasis en la definición de Roca Elia: Es una parte de las habilidades sociales. aquella que reúne las conductas y pensamientos que nos permiten defender los derechos de cada uno sin agredir ni ser agredido. La comunicación asertiva es una forma de expresión honesta, directa y equilibrada, que tiene el propósito de comunicar nuestros pensamientos e ideas o defender nuestros intereses o derechos sin la intención de perjudicar a nadie, es decir de acuerdo con el principio que debe regir nuestros actos: el principio de no dañar a otro.		
		Paso 3: Análisis De Estilos Básicos De Conductas	- La mediadora leerá tres situaciones, dejando un intervalo de tiempo después de cada historia, para que los estudiantes identifiquen si el personaje fue asertivo, pasivo o agresivo. Luego de manera voluntaria los integrantes comentarán sus respuestas haciendo un análisis de ellas. La mediadora explica los estilos básicos de conducta.		
		Paso 4: Análisis De Mis Propios Estilos	- Se solicitará a los involucrados que hagan un autoanálisis sobre sus propios estilos básicos de conducta (agresivo, asertivo o pasivo) que tuvieron en algún momento en cada una de las siguientes áreas de su vida: Familia (papás, hermanos, tíos, abuelos y otros), Social (amigos de barrio y conocidos) o Pareja.		

		Básicos De Conductas	Deben identificar tres situaciones de conflicto que experimentaron y analizar si su afrontamiento fue asertivo, pasivo o agresivo. Luego de manera voluntaria los estudiantes comentarán sus respuestas haciendo un análisis de ellas.		
		Paso 5: Práctica De Técnicas Asertivas	- Se harán dramatizaciones en parejas la mediadora explica las técnicas asertivas y luego habiendo formado parejas de trabajo, los integrantes deben inventar situaciones donde utilicen cada una de las técnicas y las pasan a dramatizar. - Cada estudiante es evaluado poniendo en práctica técnicas asertivas.		
Sesión 4: La Comunicación eficaz	Consolidar lo aprendido, mediante el análisis y reflexión de los temas tratados aso como la evaluación de un test de asertividad para determinar el avance en nivel personal y técnico.	Paso 1: Motivación "Cambio De Look"	- Entre todos los estudiantes deberán hacerse el look más extravagante posible, con los accesorios que hayan traído, luego dramatizarán entre ellos exagerando los errores de la comunicación eficaz.	<ul style="list-style-type: none"> ● Accesorios cosméticos ● Ambiente Amplio 	45 minutos
		Paso 2: Analizando Los Obstáculos Para La Comunicación Eficaz	- La mediadora, motivará a los integrantes para compartir en parejas sus respuestas a las siguientes preguntas: ¿Por qué es importante que aprendamos a comunicamos eficazmente? ¿Qué prejuicios o estereotipos has notado en ti? ¿Los ves como un obstáculo en tu proceso de comunicación? ¿Qué podrías poner en práctica para lograr una comunicación eficaz? ¿Qué importancia tiene el que desarrolles una comunicación eficaz para ti? ¿Qué aspectos de la forma en cómo te comunicas consideras que debes mejorar?		

		<p>Paso 3: Análisis Crítico</p>	<p>- Escribe un análisis crítico sobre la siguiente imagen y su relación con obstáculos para la comunicación eficaz no olvides colocar un título:</p>  <p><small>Recuperado de: http://www.aida.com/informacion</small></p>		
		<p>Paso 4: Test De Asertividad</p>	<p>- Responde a las siguientes afirmaciones para valorar tu capacidad asertiva. Escribe un 3 si la respuesta es siempre, un 2 si la respuesta es a veces, y 1 si la respuesta es nunca. Al terminar suma los puntajes de cada columna y consulta la tabla de resultados (Sacado de Shelton).</p>		
		<p>Paso 5: Cierre</p>	<p>- Cada participante escribirá una carta hacia si mismo planteando las cosas que ha aprendido en este tiempo, cuales aún deben trabajar y cuáles ya mejoró, es decir buscará retroalimentarse a sí mismo.</p>		



ANEXO 9:

CONSENTIMIENTO INFORMADO DEL APODERADO

Título de la investigación: Propuesta del Programa “Lidiando conmigo” para reducir las conductas agresivas en adolescentes varones de una Institución educativa de Ate, Lima.

Investigadoras: Traverso Toralva, Aslhy Hilary, Rodriguez Villanueva Mariluz Rosa.

Propósito del estudio: Estamos invitando a su hijo(a) a participar en la investigación titulada “Propuesta del Programa “Lidiando conmigo” para reducir las conductas agresivas en adolescentes varones de una Institución educativa de Ate, Lima” cuyo objetivo es diseñar la propuesta del programa “Lidiando conmigo” para disminuir los niveles de conductas agresivas de adolescentes en el Ate. Esta investigación es desarrollada por estudiantes de pregrado de la carrera profesional de Psicología de la Universidad Cesar Vallejo del campus Ate, aprobado por la autoridad correspondiente de la Universidad y con el permiso de la institución.

El impacto del problema de investigación se debe a un porcentaje considerable de adolescentes que muestran conductas agresivas de niveles altos en instituciones educativas de Lima, por lo cual se vio conveniente elaborar una propuesta de programa de participación psicológica enfocado en el dominio emocional, con la finalidad de acortar comportamientos agresivos de manera global y en sus diferentes dimensiones.

Procedimiento

Si usted acepta que su hijo participe y su hijo decide participar en esta investigación se realizará lo siguiente.

1. Se realizará una encuesta donde se recogerán datos personales y algunas preguntas sobre la investigación titulada “Propuesta del Programa “Lidiando conmigo” para reducir las conductas agresivas en adolescentes varones de una Institución educativa de Ate”
2. Esta encuesta tendrá un tiempo aproximado de 40 minutos y se realizará en cada aula de la institución Issac Newton. Las respuestas al cuestionario serán anónimas.



CARTA DE ACEPTACIÓN

Ate, 09 de Septiembre del 2022

Promotora: Enma Contreras Bullón

Reciba un cordial saludo a nombre de la Institución Educativa Privada Issac Newton quien labora como promotora en el área administrativa.

Tenemos el agrado de dirigimos a usted(des), con la finalidad de informarle que actualmente los integrantes de la institución, le permitimos y facilitamos nuestras instalaciones para sus investigaciones con fines académicos y de activar su Propuesta del Programa "Lidiando conmigo" para reducir las conductas agresivas en adolescentes varones de una Institución educativa de Ate, Lima.

Para el logro de este objetivo, la institución requiere de su total compromiso, pertinencia y de su total confidencialidad de los datos personales de nuestros estudiantes con la finalidad de proteger su integridad física y personal.

Estudiantes: Traverso Toralva, Aslhy Hilary, Rodriguez Villanueva Mariluz Rosa

Enma Contreras Bullón
Promotora académica



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

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

Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, MARTIN CASTRO SANTISTEBAN, docente de la FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD de la escuela profesional de PSICOLOGÍA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA ATE, asesor de Tesis titulada: "Propuesta del Programa "Lidiando conmigo" para reducir las conductas agresivas en adolescentes varones de una Institución Educativa de Ate, Lima", cuyos autores son RODRIGUEZ VILLANUEVA MARILUZ ROSA, TRAVERSO TORALVA HILARY ASLHY, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 18.00%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

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

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

LIMA, 23 de Enero del 2023

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
MARTIN CASTRO SANTISTEBAN DNI: 08553897 ORCID: 0000-0002-8882-6135	Firmado electrónicamente por: CCASTROSA10 el 23-01-2023 12:20:44

Código documento Trilce: TRI - 0526627