



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA DE POSGRADO

**PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA
EDUCATIVA**

Taller mindfulness en el comportamiento agresivo en niños de pre
escolar de una Institución Educativa de Ancash, 2023

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:

Maestra en Psicología Educativa

AUTORA:

Vasquez Reyes, Liliana Rosalina (orcid.org/0009-0005-0642-6488)

ASESORES:

Dr. Castañeda Sánchez, Willy Alex (orcid.org/0000-0002-4421-4778)

Dr. Apolaya Sotelo, José Pascual (orcid.org/0000-0002-8484-8476)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Atención integral del infante, niño y adolescente

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

Apoyo a la reducción de brechas y carencias en la educación en todos sus niveles

CHIMBOTE - PERÚ

2023

DEDICATORIA

Para mi familia, mi fuente de amor y apoyo inquebrantable. A mis docentes, por compartir su conocimiento y su orientación invaluable. A mis amigos, quienes con su compañía han hecho todo más alegre.

AGRADECIMIENTO

En agradecimiento a todos aquellos que contribuyeron a hacer posible este logro, y a todas las personas que me brindaron su apoyo y aliento.



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**ESCUELA DE POSGRADO
MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, CASTAÑEDA SANCHEZ WILLY ALEX, docente de la ESCUELA DE POSGRADO MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - CHIMBOTE, asesor de Tesis titulada: "Taller mindfulness en el comportamiento agresivo en niños de pre escolar. Institución Educativa 1678 Rayitos de Luz. Ancash, 2023

", cuyo autor es VASQUEZ REYES LILIANA ROSALINA, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 14.00%, 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.

CHIMBOTE, 01 de Agosto del 2023

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
CASTAÑEDA SANCHEZ WILLY ALEX DNI: 33263654 ORCID: 0000-0002-4421-4778	Firmado electrónicamente por: WACASTANEDAS el 09-08-2023 08:37:53

Código documento Trilce: TRI - 0634952



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**ESCUELA DE POSGRADO
MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

Declaratoria de Originalidad del Autor

Yo, VASQUEZ REYES LILIANA ROSALINA estudiante de la ESCUELA DE POSGRADO del programa de MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - CHIMBOTE, declaro bajo juramento que todos los datos e información que acompañan la Tesis titulada: "Taller mindfulness en el comportamiento agresivo en niños de pre escolar de una Institución Educativa de Ancash, 2023", es de mi autoría, por lo tanto, declaro que la Tesis:

1. No ha sido plagiada ni total, ni parcialmente.
2. He mencionado todas las fuentes empleadas, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes.
3. No ha sido publicada, ni presentada anteriormente para la obtención de otro grado académico o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados.

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

Nombres y Apellidos	Firma
VASQUEZ REYES LILIANA ROSALINA : 32521660 ORCID: 0009-0005-0642-6488	Firmado electrónicamente por: LVASQUEZ32 el 02-08- 2023 18:53:23

Código documento Trilce: INV - 1245325

ÍNDICE DE CONTENIDOS

	Pág.
CARÁTULA	i
DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTO	iii
Declaratoria de Autenticidad del Asesor	iv
Declaratoria de Originalidad del Autor	v
ÍNDICE DE CONTENIDOS	vi
ÍNDICE DE TABLAS	vii
RESUMEN	viii
ABSTRACT	ix
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	4
III. METODOLOGÍA	12
3.1 Tipo y diseño de la investigación	12
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	16
3.6 Método de análisis de datos	16
3.7 Aspectos éticos	17
IV. RESULTADOS	18
V. DISCUSIÓN	26
VI. CONCLUSIONES	33
VII. RECOMENDACIONES	34
REFERENCIAS	35
ANEXOS	41

ÍNDICE DE TABLAS

	Pág.
Tabla 1. Tabla de puntajes para interpretación de resultados de la variable conductas agresivas y sus dimensiones	15
Tabla 2. Resultados de fiabilidad del instrumento	16
Tabla 3. Niveles de significancia respecto al comportamiento de la variable de estudio	18
Tabla 4. Diferencias de medias y desviación estándar de la variable comportamientos agresivos desde la fase diagnóstica a la fase final.	19
Tabla 5. Niveles de comportamiento agresivo en los niños de pre escolar institución educativa 1678 “Rayitos de Luz” Nuevo Chimbote, pre test	20
Tabla 6. Niveles de comportamiento agresivo en los niños de pre escolar institución educativa 1678 “Rayitos de Luz” Nuevo Chimbote, post test	21
Tabla 7. Niveles de significancia respecto a la dimensión agresividad directa	22
Tabla 8. Diferencias de medias y desviación estándar de la dimensión agresividad directa	23
Tabla 9. Niveles de significancia respecto a la dimensión agresividad indirecta	24
Tabla 10. Diferencias de medias y desviación estándar de la dimensión agresividad indirecta	25

RESUMEN

El presente estudio examinó el efecto de un taller de Mindfulness en el comportamiento agresivo de niños de 4 años en la Institución Educativa 1678 "Rayitos de Luz" en Nuevo Chimbote. Los resultados revelaron que la implementación del taller tuvo un efecto significativo en la reducción de comportamientos agresivos en los niños (media pre test: 28.69, media post test: 20.44, diferencia de medias: 8.25). Esto sugiere que el Mindfulness puede ser un enfoque efectivo para ayudar a los niños a regular sus emociones y promover cambios positivos en su comportamiento. Los hallazgos respaldan la idea de que los programas de intervención temprana, como los talleres de Mindfulness, pueden desempeñar un papel crucial en abordar y mitigar los comportamientos agresivos en los niños pequeños. Estos resultados contribuyen al creciente cuerpo de investigación sobre los beneficios de las intervenciones de Mindfulness en entornos educativos, enfatizando la importancia de incorporar dichos programas en la educación infantil temprana para promover un desarrollo socioemocional saludable en los niños.

Palabras clave: Mindfulness, comportamiento agresivo, intervención temprana, desarrollo socioemocional.

ABSTRACT

The present study examined the effect of a Mindfulness workshop on aggressive behavior in 4-year-old children at the Educational Institution 1678 "Rayitos de Luz" in Nuevo Chimbote. The results revealed that the implementation of the workshop had a significant effect on reducing aggressive behaviors in the children (pre-test mean: 28.69, post-test mean: 20.44, mean difference: 8.25). This suggests that Mindfulness can be an effective approach in helping children regulate their emotions and promote positive changes in their behavior. The findings support the idea that early intervention programs, such as Mindfulness workshops, can play a crucial role in addressing and mitigating aggressive behaviors in young children. These results contribute to the growing body of research on the benefits of Mindfulness interventions in educational settings, emphasizing the importance of incorporating such programs into early childhood education to promote healthy socio-emotional development in children.

Keywords: Mindfulness, aggressive behavior, early intervention, socioemotional development.

I. INTRODUCCIÓN

En el contexto internacional, un fenómeno preocupante dado en el ambiente educativo de nivel inicial, son las conductas violentas de algunos educandos dentro de las aulas, es así que estudios basados en encuestas aplicadas por la Organización de las Naciones Unidas para la Educación y la Cultura (2021) muestran que a nivel mundial uno de cada tres estudiantes fue víctima de violencia y/o acoso por parte de sus propios compañeros de estudio y dentro de su centro educativo. Debido a eso, durante las últimas dos décadas, entidades gubernamentales a nivel mundial han propuesto y aprobado políticas como: la creación de observatorios de violencia escolar, intercambios de información y experiencias, organización de proyectos pilotos supranacionales, actividades de fomento de la seguridad en escuelas, entre otros (Etxeberria, 2020), estas medidas han supuesto un descenso de las estadísticas de acoso y violencia escolar en 71 de los 107 países durante el 2004 y 2019 pertenecientes a la Pan American Health Organization (PAHO, 2019).

En el contexto nacional, también se han implementado diversas medidas y políticas de gobierno orientadas a disminuir la violencia escolar, una de ellas es la creación de la plataforma SíseVe, contra la violencia escolar, la cual funciona como un observatorio digital y a la vez una herramienta de fácil acceso para denunciar todo tipo de agresión dentro del ámbito escolar. Sin embargo, la prevalencia de estas conductas representa un desafío significativo para las autoridades educativas (Murga, 2020) y resalta la urgente necesidad de fortalecer las políticas públicas de salud mental infantil en Perú. Es imperativo implementar programas de prevención y tratamiento temprano que permitan la detección de conductas violentas y la intervención oportuna (Rozas, 2020).

En el contexto local, los datos son preocupantes, el Ministerio de Educación (2023), nos indica que solo en el departamento de Ancash entre los años 2014 y 2023 se han denunciado 43 casos de violencia entre escolares de nivel educativo inicial; y si bien el 83,72% de estos casos son de violencia física como: morder, patear, golpear y/o empujar; también se dieron casos de violencia psicológica (13,95%) e incluso de violencia sexual (2,32%). Estas conductas, que denominaremos agresivas, constituyen un factor de importante riesgo para el abuso y/o delincuencia en el futuro; y es que, si bien la violencia es un problema complejo y multifactorial;

Eugenio et al. (2020) nos advierten que uno de los factores predictivos más confiables de conductas violentas durante la juventud y adultez es el comportamiento agresivo durante la infancia; indican además que una intervención temprana en la vida de los niños con estas conductas podría ser efectiva en la prevención de dichas conductas en etapas posteriores.

Los comportamientos agresivos dentro del entorno preescolar tienden a repetirse con mayor frecuencia y gravedad; Ssenyonga et al., (2019), concluyen que existe relación entre el estrés de los niños y las conductas violentas, ya que, sentirse abrumado y frustrado puede llevar al niño a tomar actitudes agresivas y violentas, afectando de manera directa sus habilidades de regulación emocional y su desarrollo cerebral; considerando que, según el Instituto Nacional de Estadística e Informática (2021) la población dentro del departamento de Ancash víctima de algún hecho delictivo es del 10.8%, esto es un hecho social a tomar en cuenta y corregir. Por eso, esta investigación plantea la realización de un taller Mindfulness, como una intervención oportuna en los niños con el fin de controlar sus conductas agresivas.

El Mindfulness visto como un espacio diseñado para meditación y reducción del estrés (Romero, 2020), puede ser de sumo beneficio para los niños de preescolar, y se presenta como una solución a la problemática de las conductas agresivas entre niños, además de impactar positivamente en su calidad de vida al tener un mejor control de emociones, aumentar la calidad de la memoria y concentración. La Institución Educativa 1678 "Rayitos de luz" ubicada en el distrito de Nuevo Chimbote, presenta un ambiente ideal para su aplicación porque, se ha observado la presencia de comportamientos agresivos directos e indirectos entre los niños, como empujones, gritos, exclusiones, y burlas, estos comportamientos afectan negativamente el ambiente escolar y la convivencia entre los estudiantes, además contribuiría con el desarrollo de habilidades socioemocionales, el control de emociones y la concentración, contribuyendo así a un entorno escolar más armonioso y enriquecedor para los estudiantes.

El estudio propuesto tiene una relevancia práctica significativa debido a la importancia de abordar el comportamiento agresivo en niños de 4 años en el contexto de una institución educativa inicial, los resultados de la investigación pretenden generar evidencia sobre la efectividad del taller de Mindfulness en la

reducción del comportamiento agresivo en niños, estos resultados, podrían respaldar la implementación de intervenciones basadas en Mindfulness en otros contextos educativos, así como informar a los educadores y profesionales sobre la importancia de abordar de manera temprana las conductas agresivas en los niños. La justificación metodológica se centra en el uso del instrumento estandarizado y validado para la medición de las conductas agresivas en niños, denominado test de COPRAG, esto hace que pueda ser comparado con investigaciones anteriores o futuras, lo que aumenta la validez y confiabilidad de los hallazgos.

Por lo señalado, se tiene como problema general: ¿Cuál es el efecto de la aplicación de un taller Mindfulness en el comportamiento agresivo de los niños de 4 años de la Institución Educativa 1678 “Rayitos de Luz” ?; como problemas específicos tenemos los siguientes: ¿Cuál es el nivel de comportamiento agresivo, antes de aplicar el taller de mindfulness, en los niños de 4 años de la Institución Educativa 1678 “Rayitos de Luz” Nuevo Chimbote?, ¿Cuál es el nivel de comportamiento agresivo, después de aplicar el taller de mindfulness, en los niños de 4 años de la Institución Educativa 1678 “Rayitos de Luz” Nuevo Chimbote?, ¿Cuál es la influencia del taller Mindfulness en la agresividad directa de las acciones del comportamiento agresivo?; (d) ¿Cuál es la influencia del taller Mindfulness en la agresividad indirecta de las acciones del comportamiento agresivo?

Las preguntas planteadas establecen el objetivo general: Demostrar el efecto de un taller Mindfulness en el comportamiento agresivo en niños de 4 años en la Institución Educativa 1678 “Rayitos de Luz” Nuevo Chimbote; a su vez, tenemos los siguientes objetivos específicos: (a) Identificar el nivel de comportamiento agresivo de los niños de pre escolar antes de la aplicación del taller Mindfulness; (b) Identificar el nivel del comportamiento agresivo de los niños de pre escolar después de la aplicación del taller Mindfulness; (c) determinar la influencia del taller Mindfulness en la agresividad directa de las acciones del comportamiento agresivo; (d) determinar la influencia del taller Mindfulness en la agresividad indirecta de las acciones del comportamiento agresivo

La hipótesis general indica que la aplicación de un taller Mindfulness influye significativamente en los comportamientos agresivos de los niños de 4 años de la Institución Educativa 1678 “Rayitos de Luz” Nuevo Chimbote.

II. MARCO TEÓRICO

La realización de un taller Mindfulness en la Institución Educativa 1678 “Rayitos de Luz” en Ancash, surge a partir de la necesidad de una intervención con el fin de reducir y prevenir comportamientos violentos en los estudiantes de pre escolar; el antecedente más importante a nivel internacional es la investigación realizada por Hernández (2021) quien diseñó e implementó un programa Mindfulness con el fin de atender conductas agresivas en dieciocho niños de preescolar con edades entre los cuatro y seis años en México, identificó el entorno agresivo como un problema social frecuente e importante relacionado con la condición humana y comprobó la hipótesis de que los niños y niñas aprendían las conductas agresivas en sus entornos familiares; diferenció la agresividad de la violencia indicando que, según el contexto y la existencia de daño intencional, la agresión no es siempre violencia; a partir de entrevistas a docentes y tutores diseñó un taller Mindfulness de 10 sesiones, enfocado en fomentar la creatividad de los niños; implementó el programa de Mindfulness, logrando la modificación y disminución de las conductas agresivas manifestadas; la metodología que usó fue adecuada para el estudio descriptivo realizado, su hipótesis fue validada a partir de observar conductas de los infantes antes y después de la realización de los talleres.

Pinazo (2019) implementó un programa Mindfulness con el fin de reducir la agresividad de ochenta y tres estudiantes entre once y trece años de una institución educativa española, encontrando avances positivos y significativos; para su investigación dividió a los niños en tres grupos: un grupo de control, otro al cual aplicó una intervención Mindfulness diseñado para ser realizado solo en el ambiente educativo, y otro al cual aplicó una intervención Mindfulness diseñada para ser realizado tanto en el ambiente educativo como en el hogar. En cuanto a sus aportes teóricos señaló identificó que las conductas agresivas se dan de forma cada vez más temprana y frecuente en niños y adolescentes e indicó que la falta de una intervención oportuna podría derivar en *bullying*, además, estableció vínculos aula- agresividad como la normalización de las conductas agresivas y su falta de visualización. Su diseño experimental permitió realizar un pretest y posttest a cada conjunto concluyendo que los talleres, en especial los aplicados en el ambiente educativo y el hogar, pueden ser considerados una herramienta eficaz para reducir las conductas violentas de los niños.

Sobradillo (2018) presentó un diseño de intervención basado en un taller Mindfulness de siete sesiones a treinta estudiantes de nivel primaria en la ciudad española de Valencia, esto lo realizó con la intención de verificar el impacto en la conducta y competencia emocional de los participantes; los resultados indicaron que existió mejora en competencias como: nivel de resiliencia, autoconocimiento, autoestima y empatía. Se basó en la fundamentación teórica de la conducta disruptiva, que indica que las conductas agresivas de los alumnos buscan romper el diseño de enseñanza y aprendizaje, produciéndose también conflictos interpersonales, malestar, absentismo, falta de rendimiento, etc., señaló la educación emocional como un excelente recurso para la mejora conductual basándose en el concepto de inteligencia emocional y la teoría de la regulación emocional. Concluyó que el Mindfulness como una importante herramienta para corregir el problema de la escasez de autorregulación emocional.

Abuelo (2019) diseñó un programa de intervención aplicando conceptos y estudiando programas previos esto con el objeto de determinar la efectividad de la estrategia Mindfulness en el sistema escolar en el colegio público Mariano Castillo, ubicado en la ciudad española de Zaragoza, para ello y a partir de una investigación teórica exhaustiva aplicó su programa de diez sesiones a ciento cincuenta niños de inicial y primaria de una institución educativa, concluyó que el Mindfulness es una técnica de productiva y beneficiosa aplicación dentro de un aula, observó también que los participantes del programa respondieron positivamente a las actividades y mejoraron su autoconcepto, autoestima y autorregulación. En primer lugar, identificó el Mindfulness como la práctica de autoconciencia basado en un conjunto de acciones y técnicas orientales, compiladas por el monje Thich Nhat Hanh, y aplicada por primera vez en occidente a través de un programa para tratar pacientes con enfermedades crónicas en la Universidad de Massachussets; estas técnicas y acciones se enfocan en centrarse en el "aquí y ahora", por su falta de contenido religioso puede ser aplicado en diversos grupos de personas, sean adultos o niños; Abuelo (2019) también relacionó el Mindfulness con la inteligencia, conciencia y regulación emocional y nombró diversos programas aplicados en aula con esta metodología.

Sánchez et al. (2020) implementó un programa de doce semanas a un grupo experimental de veinticinco estudiantes de cinco y seis años. Los resultados

obtenidos por su investigación indican discrepancias demostradas en el pre test y post test aplicados, por tanto, concluyeron en la existencia de un impacto demostrado del Mindfulness en el nivel de bienestar y manejo de emociones en la población de estudio. Enfocó sus estudios teóricos en los aportes del Mindfulness en diversos campos como la salud y la psicología, además de explorar la relación del diseño con el docente, es decir con la actitud con la que el docente realiza las sesiones, y concuerda con que es una herramienta clave para tratar la atención, y el desempeño académico; empleó metodología cuantitativa utilizando instrumentos para conocer el impacto del Mindfulness en el bienestar emocional e instrumentos cualitativos para la profundidad de dicho impacto en la población en estudio.

En el ámbito nacional, también se han presentado algunas intervenciones similares, el más importante es la investigación realizada por Juárez (2022) quien diseñó y realizó un taller Mindfulness de doce sesiones enfocadas en inteligencia emocional con un grupo experimental de sesenta estudiantes de entre siete y ocho años de una institución educativa en Ica; luego, comparó los resultados con un grupo de control conformado por otros sesenta estudiantes; la comparación evidenció discrepancias reveladoras sendos grupos, por lo que concluyó que existe un impacto significativo del taller Mindfulness en la inteligencia emocional y regulación de emociones, recomendó la aplicación periódica de este tipo de intervención para beneficio de los estudiantes. En cuanto a sus aportes teóricos identifica los pilares del Mindfulness como no juzgar, paciencia, aceptación, confianza; además explora los niveles de ejercicios con los cuales se lleva a cabo el Mindfulness: detenerse, mantenerse sereno, consciencia, aceptación de la experiencia y las emociones, afrontamiento de emociones y determinación. Con la finalidad de desarrollar su metodología cuantitativa usó el instrumento denominado: Inventario de Beck para niños y adolescentes con el fin de medir la inteligencia emocional antes y después del taller Mindfulness.

Murga (2020) quien aplicó el Cuestionario de Observación de Conducta Prosocial y Agresiva (COPRAG) con la finalidad de identificar los comportamientos agresivos en veinticinco niños de preescolar de cuatro años, de ambos géneros en una institución educativa trujillana, encontró que el 72% de niños presentaban comportamientos agresivos y recomendó la aplicación de intervenciones adecuadas y oportunas para prevenirlos. Su estudio de tipo cuantitativo señaló que

un factor de los comportamientos agresivos es la violencia intrafamiliar y la falta de inteligencia emocional, esos factores inciden en las relaciones de afecto e influyen de forma directa en la forma de comportamiento de los niños; identificó como dimensiones del comportamiento agresivo a la violencia directa y violencia indirecta.

Por su parte, Rozas (2020) quien llevó a cabo ocho sesiones de taller Mindfulness con un grupo experimental conformado por veinte estudiantes de un colegio cuzqueño de nivel secundario; a continuación, realizó una comparativa sobre la atención de los estudiantes del grupo con el que se realizó el experimento con otro grupo (de control), esta comparación dio como resultado la presencia de discrepancias importantes entre ambos grupos; concluyendo así que el taller Mindfulness es eficaz y mejora las dimensiones de atención de los estudiantes. Sus principales enfoques teóricos se orientan a la atención como proceso cognitivo y las emociones como factor fundamental de la misma.

Arrasco (2018) investigó a su vez, el impacto de la aplicación de un taller Mindfulness en la variable atención plena de un grupo experimental conformado por veinte alumnos universitarios de psicología en Lima, logró demostrar diferencias entre el grupo en el cual se aplicó el experimento y el de control (T de Student = 32.34 y p valor = 0.00); concluyó que existe efecto eficaz entre el taller Mindfulness sobre la atención y la impulsividad. Las teorías en las que enfocó su trabajo refieren a la impulsividad como predisposición a actuar de forma agresiva y la influencia del Mindfulness en la neurociencia, función y estructura del cerebro.

Luego de revisar los antecedentes de la investigación revisaremos el Mindfulness como una práctica que implica prestar atención de manera consciente y sin juzgar al momento presente que se basa en técnicas de meditación y atención plena que se han utilizado durante siglos en las tradiciones orientales (Peter et al., 2023). El mindfulness, también conocido como atención plena, es la práctica de prestar atención al momento presente de forma intencional y sin juzgar. Esta práctica tiene sus raíces en las enseñanzas budistas, pero ha sido adaptada y desarrollada por diversas corrientes de pensamiento occidental (Lautwein et al., 2023).

La historia del mindfulness se remonta al Buda Gautama, quien enseñó que la atención plena era un componente clave del camino hacia la iluminación (Martí, 2022). En el siglo XX, el mindfulness fue popularizado por el monje vietnamita Thich

Nhat Hanh y otros maestros budistas, quienes lo introdujeron en Occidente (Rozas, 2020). En la década de 1970, el médico Jon Kabat-Zinn desarrolló un programa de reducción del estrés basado en el mindfulness en la Universidad de Massachusetts (Wagh, 2022). Este programa, conocido como el Programa de Reducción del Estrés Basado en la Atención Plena (MBSR, por sus siglas en inglés), fue diseñado para asistir a los individuos a manejar el estrés y el dolor crónico a través de la práctica de la atención plena (Brito, 2011).

Entre las teorías importantes en las que se basa el Mindfulness, tenemos la Teoría de la Regulación Emocional que es una teoría de la psicología que se enfoca en el control emocional de las personas (Bandera, 2022); indica que, si bien las emociones son de suma importancia para la adaptación en el entorno y el responder de manera efectiva a situaciones importantes, si estas son demasiado intensas, duraderas o mal manejadas se pueden volver problemáticas (Paz, 2019). Se plantea, que, al aumentar la conciencia de sus pensamientos y sentimientos, las personas pueden regular sus emociones y responder mejor al estrés (Bujaiico, 2021). Indica, además, que la capacidad de aprender y resolver problemas se puede mejorar con la idea de que las personas pueden estar más presentes en el momento y prestar atención de manera más efectiva (Li, 2023).

La teoría de la atención plena se refiere a la capacidad de ser consciente y neutral sobre los pensamientos, emociones y sensaciones físicas que están sucediendo en el momento (Keskin, 2023). Su práctica puede ayudar a las personas a desarrollar la capacidad de observar sus emociones sin juzgarlas, lo que puede reducir la intensidad de las emociones negativas y aumentar la capacidad de responder de manera más efectiva a situaciones estresantes (Theodorou, 2023); el mindfulness consigue ayudar a los niños a desenvolver habilidades de regulación emocional al enseñarles a reconocer y aceptar sus emociones sin juzgarlas, lo que puede bajar la frecuencia y el ímpetu de los estallidos emocionales (Rådmark et al., 2023). La práctica regular del mindfulness puede mejorar la capacidad de los niños para reconocer y regular sus pensamientos y, por lo tanto, reducir su propensión a comportamientos violentos (Monti, 2021).

Otra teoría importante es la Teoría del Aprendizaje Social, la cual establece que las personas asimilan observando e imitando a otros, según Lacerda (2022) esta teoría las personas pueden formarse mirando el comportamiento de los demás y los

resultados de ese comportamiento, señala que, los cuatro procesos principales del aprendizaje social son la atención, la retención, la reproducción y la motivación (López, 2021). La capacidad de prestar atención a un modelo se conoce como atención, la capacidad de recordar la información observada se denomina retención, la capacidad de reproducir el comportamiento observado se denomina reproducción, por último, la motivación indica que para imitar el comportamiento observado está influenciada por recompensas y castigos (Abril, 2021).

Aplicando esta teoría, el mindfulness puede proporcionar un modelo positivo de comportamiento al enseñar a los niños a ser conscientes y respetuosos con sus propias necesidades y las necesidades de los demás (Calle, 2022). Al practicar el mindfulness, los niños pueden aprender habilidades sociales y emocionales importantes, como la empatía, la compasión y la atención plena en las interacciones sociales (Celayeta, 2014).

La teoría de la neuro plasticidad, a su vez, es una teoría científica que se refiere a la habilidad cerebral para cambiar y acomodarse a lo largo del tiempo. Según esta teoría, el cerebro no es un órgano estático e inmutable, sino que es un órgano dinámico que puede cambiar su estructura y función en respuesta a la experiencia y el aprendizaje (González, 2021). La práctica del mindfulness implica la atención plena y consciente del momento presente, sin juzgar ni evaluar lo que se está experimentando, la práctica regular del mindfulness puede cambiar la actividad de las neuronas y mejorar la conectividad entre las diferentes regiones del cerebro, lo que a su vez puede aumentar la capacidad del cerebro para regular las emociones, comprimir la ansiedad y el estrés, y optimizar la atención y la concentración (Garland et al., 2009). Al mejorar la conectividad entre diferentes regiones del cerebro, la práctica del mindfulness puede aumentar la capacidad de los niños para regular sus emociones y comportamientos y, por lo tanto, reducir su propensión a la violencia.

Según Pikes et al. (2015) respecto a los comportamientos agresivos podemos definirlos como acciones que pueden ser dañinas para los demás, y que pueden ser más comunes en ciertos momentos del desarrollo infantil, acciones como golpear, patear, empujar, morder, insultar, amenazar, destruir propiedades u objetos y comportarse de manera violenta en general pueden ser consecuencia de una diversidad de factores, incluyendo problemas emocionales o de

comportamiento, dificultades en el hogar o en la escuela, falta de habilidades sociales y de comunicación, exposición a la violencia o el abuso, entre otros; y, además pueden variar en intensidad y frecuencia.

Según Lake y Maatlale (2022) como aspectos de los comportamientos agresivos, tenemos a la violencia directa se refiere a cualquier tipo de violencia en la que una individuo o grupo de individuos inflige daño físico o psicológico a otra persona o grupo de personas de manera directa y evidente, este tipo de violencia puede incluir la agresión física o el acoso verbal. Un ejemplo de violencia directa observado es cuando un niño de 4 años empuja a otro niño durante el tiempo de juego en el patio de recreo, provocando que el niño empujado caiga al suelo y se lastime, esta acción física directa causa daño físico y evidente al niño afectado. Por otro lado, la violencia indirecta se refiere a un tipo de violencia en el que un individuo o grupo de individuos inflige daño a otra persona o grupo de personas de manera indirecta y a menudo no intencional (Guasti, 2022). Este tipo de violencia puede incluir la exclusión social, agresión relacional el aislamiento, el rechazo y la marginación, y consigue tener un impacto importante en la salud, tanto mental y emocional de la persona afectada (Olivera, 2020). Según Nazaribadie (2021) un ejemplo de violencia indirecta observado es cuando durante una actividad grupal en el aula, un niño de cuatro años se niega a dejar que otro niño participe en el juego, excluyéndolo deliberadamente; el niño excluido se siente triste y aislado al ser dejado fuera de la actividad, lo que constituye una forma de violencia indirecta que causa daño emocional y social.

Entre las teorías que intentan explicar las conductas agresivas tenemos la teoría del aprendizaje social, la cual sustenta que los niños aprenden a comportarse agresivamente a través de mirar e imitar modelos agresivos, así como a través de la exposición a recompensas y castigos asociados con la agresión (Perez et al., 2019).

Según Robinson (2020) tenemos, la teoría de la frustración-agresión, que sugiere que la agresión es una respuesta natural a la frustración, es decir que cuando los niños se sienten frustrados o no pueden alcanzar un objetivo deseado, pueden recurrir a la agresión como una forma de liberar su frustración. Según Pumariego et al. (2020) teoría es la teoría del procesamiento cognitivo que se centra en cómo los niños procesan la información social y cómo esto puede influir en sus

comportamientos agresivos. Por ejemplo, los niños que interpretan las situaciones sociales como amenazantes o provocadoras pueden ser más propensos a mostrar comportamientos agresivos en respuesta.

En relación al taller propuesto, este refleja un enfoque integrado que combina teorías y técnicas de mindfulness, educación socioemocional, y aprendizaje sociocultural para abordar los comportamientos agresivos en niños de preescolar cada sesión se basa en un objetivo, así se tiene: identificar las emociones a través de la escucha concentrada de una canción, este objetivo se basa en la teoría de la regulación emocional, que sugiere que la identificación de las emociones es un paso crítico para la inteligencia emocional, la música se utiliza como una herramienta para facilitar esta identificación, en línea con la investigación que demuestra que la música puede evocar y transmitir emociones (Garcés, 2019).

Concentrarse en la respiración mediante la escucha de una historia, este objetivo incorpora dos estrategias de mindfulness: la atención plena a la respiración y el uso de narrativas o historias. La atención plena a la respiración ha sido un elemento central en muchas tradiciones de mindfulness (Aparicio et al., 2020).

Transmitir ideas mediante la expresión oral y producción de sonidos, este objetivo se basa en la teoría del aprendizaje sociocultural que sostiene que el lenguaje y la comunicación son herramientas fundamentales para el desarrollo cognitivo y social. Obtener calma al centrarse en la respiración y estimulación de la imaginación, este objetivo combina la atención plena a la respiración con la visualización, dos técnicas que se han demostrado que ayudan a reducir el estrés y mejorar la regulación emocional, realizar mindfulness escuchando música y manipulación de masa para moldear, este objetivo incorpora la idea de mindfulness a través de actividades creativas y sensoriales, que puede ser especialmente eficaz en niños pequeños. (Fernández, 2019).

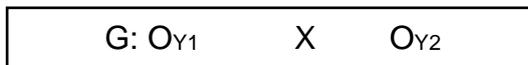
Lograr concentración y relajación por medio de mindfulness, este objetivo se alinea con la investigación que ha demostrado que el mindfulness puede mejorar la concentración y la relajación en niños. Concentrarse en la respiración y el sonido de su voz, utilizando las vocales: Este objetivo incorpora técnicas de atención plena a la respiración y al sonido, que se han demostrado que ayudan a mejorar la atención y reducir el estrés.

III. METODOLOGÍA

3.1 Tipo y diseño de la investigación

3.1.1 Tipo de investigación: La presente investigación usó el paradigma del positivismo ya que se observan en la realidad los niveles de la variable en estudio, usó el enfoque cuantitativo de investigación ya que realizó mediciones para responder las preguntas de investigación, además, tuvo por objeto reducir las conductas violentas de los niños, brindando como solución los talleres Mindfulness; y también, confrontó los resultados obtenidos con la teoría del marco teórico, por tanto, fue una investigación de tipo aplicada (Esteban, 2018).

3.1.2 Diseño de investigación: Para cumplir con los objetivos de la investigación se realizó un pre test a la muestra en estudio con la finalidad de medir sus comportamientos agresivos, luego, se realizaron los talleres mindfulness a todos los miembros de la muestra, a continuación, la muestra fue sometida al post test; se concluye por tanto que la investigación fue de diseño pre experimental pretest-posttest (Sousa, 2007). El presente esquema resume el diseño de investigación:



Donde:

G: Grupo o muestra.

OY1: Pre test respecto a la variable comportamientos agresivos.

OY2: Post test respecto a la variable comportamientos agresivos.

X: Experimento: Talleres Mindfulness

3.2 Variables y operacionalización

La variable medida es comportamientos agresivos.

- **Definición conceptual:** Según Garcés (2019) los comportamientos agresivos son acciones que pueden ser dañinas para los demás, y que pueden ser más comunes en ciertos momentos del desarrollo infantil, acciones como golpear, patear, empujar, morder, insultar, amenazar, destruir propiedades u objetos y comportarse de manera violenta en general pueden ser consecuencia de un conjunto de factores, incluyendo problemas emocionales o de comportamiento, dificultades en el hogar o en la escuela,

falta de habilidades sociales y de comunicación, exposición a la violencia o el abuso, entre otros; y, además pueden variar en intensidad y frecuencia.

- **Definición operacional:** Según Mills (2020) los comportamientos agresivos son acciones directas o indirectas que pueden ser medidas se medirán a través del cuestionario Test de COPRAG. El puntaje obtenido proporcionaría una medida cuantitativa del comportamiento agresivo, permitiendo comparar los niveles antes y después de la intervención de los talleres de Mindfulness.
- **Indicadores:** Los indicadores son: destrucción de propiedad personal, participación frecuente en peleas, incitación a la venganza por parte de otros, daño intencional a objetos de familiares o compañeros, busca aliados para perjudicar a alguien, mentir y engañar a los demás, agresión en respuesta a acciones accidentales, hablar mal de alguien a espaldas, agresión física hacia otras personas, amenazas verbales o gestuales hacia otros, crueldad o abuso hacia personas o animales, incita a otros a no compartir con alguien, agresión física específica como patadas, mordidas y golpes, apropiación de objetos sin permiso de otros niños, imitación del llanto de otros niños, burla de los errores de otros niños, burla de las limitaciones o defectos de otros niños y destrucción o daño intencional de juegos o actividades de otros.
- **Escala de medición:** La escala con la cual se mide la variable comportamientos agresivos es la de Likert de 3 puntos.

3.3 Población, muestra y muestreo

3.3.1 Población: La población que se tomó en cuenta para el presente estudio fueron los 60 alumnos de nivel pre escolar- 4 años de la Institución Educativa 1678 Rayitos de Luz, ubicada en Nuevo Chimbote.

- **Criterios de inclusión:** Alumnos matriculados en la institución educativa 1678 Rayitos de Luz, alumnos de nivel preescolar, edad de 4 años, que tengan consentimiento de los padres o tutores legales para participar en el taller y en la evaluación del impacto.
- **Criterios de exclusión:** Alumnos de otros niveles educativos diferentes al preescolar, alumnos menores o mayores de 4 años, alumnos cuyos padres o tutores legales no hayan dado su consentimiento para participar en el taller y en la evaluación del impacto, alumnos que presenten

condiciones médicas o psicológicas que les impidan participar adecuadamente en el taller o la evaluación del impacto.

3.3.2 Muestra: Cada uno de los elementos de la población fue tomado en cuenta.

3.3.3 Muestreo: No hay método de muestreo, ya que se ha considerado trabajar con todos los elementos de la población.

3.3.4 Unidad de análisis: Los alumnos de nivel preescolar (4 años) de la Institución Educativa 1678 Rayitos de Luz.

3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

El presente trabajo buscó medir el nivel de comportamientos agresivos de los estudiantes, antes y después de la aplicación de talleres Mindfulness, para eso utilizará el instrumento Test de COPRAG. El Test de COPRAG es un instrumento de medición que evalúa la violencia tanto directa como indirecta. Consta de 18 ítems que varían en una escala de 18 a 54 puntos. De estos ítems, 14 miden la violencia directa, con un rango de 14 a 42 puntos, mientras que 4 miden la violencia indirecta, con un rango de 4 a 12 puntos. Un niño se clasifica como agresivo si obtiene un puntaje igual o superior a 22 puntos.

Ficha técnica del instrumento

Nombre del instrumento: Cuestionario para la evaluación de comportamientos agresivos y prosociales.

Autores: Grupo de investigadores de la Universidad de Antioquia adscritos al Instituto de Ciencias de la Salud.

Año de creación: 2000

Objetivo: Medir violencia directa e indirecta, así como comportamientos agresivos para niños de entre 4 y 15 años.

Descripción del instrumento: Herramienta diseñada para medir y evaluar diferentes aspectos relacionados con la conducta agresiva directa e indirecta en individuos. Este cuestionario se utiliza ampliamente en investigaciones científicas y en entornos clínicos para lograr indagación sobre el comportamiento de las personas. El cuestionario consta de 18 preguntas que abordan diferentes aspectos del comportamiento agresivo. Estas preguntas se presentan en forma de afirmaciones y se pide a los participantes que

indiquen en qué medida cada afirmación se aplica a ellos. Se utiliza una escala de respuesta que va desde "nunca" hasta "casi siempre".

Escala de respuesta: Escala Likert de tres puntos.

Áreas evaluadas: Violencia directa e indirecta.

Tiempo de aplicación: 20 minutos, aproximadamente.

Puntajes: El instrumento mide la agresividad con 18 preguntas, las cuales se dividen en 14 para medir violencia directa y 4 para medir violencia indirecta. Los puntajes asignados, se dieron de acuerdo al trabajo validado de Martínez et al. (2016) y se resumen en la tabla 1.

Tabla 1

Tabla de puntajes para interpretación de resultados de la variable conductas agresivas y sus dimensiones

Dimensión	Puntaje mínimo	Puntaje máximo	Valoración	Puntaje para valoración
Agresividad directa	14	42	Baja	14 al 17
			Moderada	18 al 30
			Alta	31 al 42
Agresividad indirecta	4	12	Baja	4 al 5
			Moderada	6 al 8
			Alta	10 al 12
Comportamiento agresivo	18	54	Baja	18 al 22
			Moderada	23 al 40
			Alta	41 al 54

Nota. Se presentan los puntajes mínimo y máximo de la variable y sus dimensiones, así como los puntajes para su valoración, se tiene en cuenta que si un niño presenta agresividad moderada si tiene 4 puntos por encima del valor mínimo.

Confiabilidad del instrumento: Se realizó una prueba piloto del Cuestionario para la Evaluación de Comportamientos Agresivos y Prosociales con 20 alumnos. El análisis de fiabilidad utilizando el coeficiente de alfa de Cronbach arrojó un valor de 0.806, lo cual indica una buena consistencia interna de las preguntas en el instrumento. Este resultado sugiere que el cuestionario es confiable para medir los comportamientos agresivos y prosociales en la muestra estudiada, los resultados fueron resumidos en la siguiente tabla:

Tabla 2

Resultados de fiabilidad del instrumento

Alfa de Cronbach	Número de elementos
0.806	18

Nota. Resultados de Alfa de Cronbach para medir el instrumento: Test de COPRAG, que consta de 18 ítems.

Validez del instrumento: El instrumento fue elaborado por un grupo de investigadores del Instituto de Ciencias de la Salud de la Universidad de Antioquia. Ha sido ampliamente validado y utilizado a nivel internacional, como se menciona en el estudio realizado por Martínez et al. (2016). En este estudio, se evaluó y validó el instrumento con la participación de tres expertos en escolares con niveles de pobreza moderados a altos en Colombia. Además, a nivel nacional, el instrumento fue utilizado por Murga (2020), quien convocó a tres expertos para validar el instrumento y lo utilizó para medir comportamientos agresivos en niños de cuatro años.

3.5 Procedimientos

En primer lugar, se realizaron coordinaciones con la Institución educativa, para lo cual, se requirió obtener permisos y autorizaciones pertinentes para acceder a la población objetivo. El modo de recolección de información en esta investigación implicó el uso del cuestionario Test de COPRAG el que se encuentra ampliamente validado por diferentes estudios a nivel nacional e internacional, y fue llenado por el docente tutor de la sección que el niño cursaba, durante veinte minutos. Luego, se realizaron las siete sesiones que componen el diseño del taller Mindfulness, para luego aplicar nuevamente el Test de COPRAG, con la finalidad de comparar los cambios en las conductas violentas en ambos momentos. Se buscó el apoyo de profesionales en psicología o pedagogía con experiencia en el diseño e implementación de intervenciones de Mindfulness con niños.

3.6 Método de análisis de datos

En este estudio pre experimental, el método de procesamiento y análisis de datos implicó el encontrar a través de la estadística descriptiva, las medidas de tendencia central necesarias para explicar los objetivos de investigación que

son: media y desviación estándar, se usó también, estadística inferencial para la comparación de los resultados obtenidos en el pretest y el posttest, para esto se utilizó el software Excel y SPSS para el procesamiento y análisis de datos, debido a su amplia gama de funciones estadísticas.

3.7 Aspectos éticos

Se siguió todas las normas que regulan las buenas prácticas y promoción de principios éticos, el manejo de la información fue responsable, competente y honesto basado en la rigurosidad y transparencia (CONCYTEC, 2019). Debido a que la presente investigación se realizó a niños en un entorno educativo, se obtuvo el consentimiento informado de los padres o tutores, así como de los propios niños, se aseguró que comprendían la naturaleza de la investigación, los objetivos, así como su derecho a participar o no. Los datos de los estudiantes, no se vieron comprometidos, y fueron manejados con estricta reserva, los participantes tuvieron la seguridad de que su información personal y respuestas fueron tratadas de manera confidencial y que no se reveló públicamente datos que puedan identificarlos (UCV, 2020).

IV. RESULTADOS

En la presente investigación los resultados obtenidos, la investigadora ordenó y procesó todos los datos luego de desarrollar el Taller Mindfulness en el comportamiento agresivo en niños pre escolar en la Institución Educativa 1678 Rayitos de Luz Nuevo Chimbote, logrando confeccionar las tablas que presentan a continuación:

Tabla 3

Niveles de significancia respecto al comportamiento de la variable de estudio

Niveles de significancia	Intervalo
No significativa	1-7
Significativa	7-13
Muy significativa	13-18
Límite inferior	1
Límite superior	18
Rango	17
Amplitud del intervalo	6

Fuente: Elaborado por la investigadora de la base de datos. Junio- 2023

Descripción:

La tabla 3 presentó los intervalos según los cuales se evaluó la diferencia de medias obtenidas entre post test y pre test en relación a la variable comportamientos agresivos, tenemos así que, si la diferencia fue entre 1 y 7, la diferencia fue evaluada como no significativa, en cambio, si la diferencia fue entre 7 y 13, fue evaluada como significativa, y si se encontró en el intervalo 13 y 18, fue evaluada como muy significativa.

Tabla 4

Diferencias de medias y desviación estándar de la variable comportamientos agresivos desde la fase diagnóstica a la fase final.

Variable Y	Pre test		Post test		Diferencia
	Media	DE	Media	DE	De Medias
Comportamientos agresivos	28,69	6,69	20,44	2,39	8,25

Nota. Base de datos de la investigadora. Junio- 2023.

Descripción:

Se observa en la tabla 3 los comportamientos agresivos antes y después del Taller Mindfulness. La medida de la variable disminuyó en 8,25, afirmando que el taller Mindfulness influyó en los comportamientos de agresividad. Evidenciando los resultados en pre test una media de 28,69 antes de la aplicación y 20,44 después de aplicar taller Mindfulness. Además, en la tabla 2 existe un intervalo [7-13> puntos logrando alcanzar un nivel significativo. Evidenciando al establecer la hipótesis general que afirma: La aplicación del taller Mindfulness influye significativamente en los comportamientos agresivos de los niños de 4 años de la Institución Educativa 1678 “Rayitos de Luz” Nuevo Chimbote.

Con el objetivo específico de diagnosticar el nivel de comportamiento agresivo antes de la aplicación de talleres Mindfulness se presentaron las siguientes tablas:

Tabla 5

Niveles de comportamiento agresivo en los niños de pre escolar institución educativa 1678 "Rayitos de Luz" Nuevo Chimbote, pre test

Dimensiones	Niveles	Recuento	%
Agresividad Directa (Pre test)	Baja	13	22.03%
	Moderada	41	69.49%
	Alta	5	8.47%
Agresividad Indirecta (Pre test)	Baja	16	27.12%
	Moderada	33	55.93%
	Alta	10	16.95%
Comportamiento agresivo (Pre test)	Baja	12	20.34%
	Moderada	43	72.88%
	Alta	4	6.78%

Nota. Se presentan los recuentos y porcentajes por variable y dimensión del comportamiento agresivo (Pre test).

Descripción:

La tabla 4 mostró que antes de realizarse los talleres de mindfulness, en relación a violencia directa el 22.03% (13) de la muestra de estudio presentó un nivel bajo, un 69.49% (41) presentó un nivel moderado y 8.47% (5) un nivel alto; en relación a la violencia indirecta se mostró que el 27.12% (16) presentaron un nivel bajo, un 55.93% (33) presentó un nivel moderado y 16.95% (10) presentaron un nivel alto; por último, en relación a la variable conductas agresivas un 20.34% (12) presentó un nivel bajo, 72.88% (43) presentó un nivel moderado y el 6.78% (4) presentó un nivel alto.

Con el objetivo de diagnosticar el nivel de comportamiento agresivo después de la aplicación de talleres Mindfulness se presentó la siguiente tabla:

Tabla 6

Niveles de comportamiento agresivo en los niños de pre escolar institución educativa 1678 "Rayitos de Luz" Nuevo Chimbote, post test

Dimensiones	Niveles	Recuento	%
Agresividad Directa (Post test)	Baja	49	83.05%
	Moderada	10	16.95%
	Alta	0	0.00%
Agresividad Indirecta (Post test)	Baja	56	94.92%
	Moderada	3	5.08%
	Alta	0	0.00%
Comportamiento agresivo (Post test)	Baja	51	86.44%
	Moderada	8	13.56%
	Alta	0	0.00%

Nota. Se presentan los recuentos y porcentajes por variable y dimensión del comportamiento agresivo (Post test).

Descripción:

La tabla 5 mostró que luego de haberse realizado los talleres de mindfulness, en relación a violencia directa el 83.05% (49) de la muestra de estudio presentó un nivel bajo, un 16.95% (10) presentó un nivel moderado y 0% (0) un nivel alto; en relación a la violencia indirecta se mostró que el 94.92% (56) presentaron un nivel bajo, un 5.08% (3) presentó un nivel moderado y 0% (0) presentaron un nivel alto; por último, en relación a la variable conductas agresivas un 86.44% (51) presentó un nivel bajo, 13.56% (8) presentó un nivel moderado y el 0% (0) presentó un nivel alto.

Con el objetivo de reconocer la influencia del taller Mindfulness en la agresividad directa de las acciones del comportamiento agresivo se presentaron las siguientes tablas:

Tabla 7

Niveles de significancia respecto a la dimensión agresividad directa

Niveles de significancia	Intervalo
No significativa	1-5
Significativa	5-9
Muy significativa	9-13
Límite inferior	1
Límite superior	14
Rango	13
Amplitud del intervalo	4

Nota. Elaborado por la investigadora de la base de datos. Junio- 2023

Descripción:

La tabla 7 presentó los intervalos según los cuales se evaluó la diferencia de medias obtenidas entre post test y pre test en relación a la dimensión agresividad directa, tenemos así que, si la diferencia fue entre 1 y 5, la diferencia fue evaluada como no significativa, en cambio, si la diferencia fue entre 5 y 9, fue evaluada como significativa, y si se encontró en el intervalo 9 y 13, fue evaluada como muy significativa.

Tabla 8*Diferencias de medias y desviación estándar de la dimensión agresividad directa*

Dimensión	Pre test		Post test		Diferencia De Medias
	Media	DE	Media	DE	
Agresividad directa	22,14	5,29	16,12	2,03	6,02

Nota. DE: Desviación estándar.

Descripción:

Se observa en la tabla 7 la agresividad directa antes y después del Taller Mindfulness. La medida de la dimensión disminuyó en 6,02, afirmando que la variable independiente influyó en la agresividad directa. Evidenciando los resultados en pre test una media de 22,14 antes de la aplicación y 16,02 después de aplicar taller Mindfulness. Además, en la tabla 6 existe un intervalo [5-9> puntos logrando alcanzar un nivel significativo. Evidenciando al establecer la hipótesis específica que afirma: La aplicación del taller Mindfulness influye significativamente en la agresividad directa de los niños de 4 años de la Institución Educativa 1678 “Rayitos de Luz” Nuevo Chimbote.

Con el objetivo de reconocer la influencia del taller Mindfulness en la agresividad indirecta de las acciones del comportamiento agresivo se presentaron las siguientes tablas:

Tabla 9

Niveles de significancia respecto a la dimensión agresividad indirecta

Niveles de significancia	Intervalo
No significativa	1-2
Significativa	2-3
Muy significativa	3-4
Límite inferior	1
Límite superior	4
Rango	3
Amplitud del intervalo	1

Nota. Elaborado por la investigadora de la base de datos. Junio- 2023.

Descripción:

La tabla 7 presentó los intervalos según los cuales se evaluó la diferencia de medias obtenidas entre post test y pre test en relación a la dimensión agresividad indirecta, tenemos así que, si la diferencia fue entre 1 y 2, la diferencia fue evaluada como no significativa, en cambio, si la diferencia fue entre 2 y 3, fue evaluada como significativa, y si se encontró en el intervalo 3 y 4, fue evaluada como muy significativa.

Tabla 10

Diferencias de medias y desviación estándar de la dimensión agresividad indirecta

Variable Y	Pre test		Pos test		Diferencia
	Media	DE	Media	DE	De Medias
Agresividad indirecta	6,56	1,90	4,32	0,71	2,24

Nota. DE: Desviación estándar.

Descripción:

Se observa en la tabla 9 la agresividad indirecta antes y después del Taller Mindfulness. La medida de la dimensión disminuyó en 2,24, afirmando que la variable independiente influyó en la agresividad indirecta. Evidenciando los resultados en pre test una media de 6,56 antes de la aplicación y 4,32 después de aplicar taller Mindfulness. Además, en la tabla 8 existe un intervalo [2-3> puntos logrando alcanzar un nivel significativo. Evidenciando al establecer la hipótesis específica que afirma: La aplicación del taller Mindfulness influye significativamente en la agresividad indirecta de los niños de 4 años de la Institución Educativa 1678 “Rayitos de Luz” Nuevo Chimbote.

V. DISCUSIÓN

El presente estudio tuvo como objetivo principal el determinar el efecto de un taller de mindfulness en el comportamiento agresivo de niños de 4 años en la Institución Educativa 1678 "Rayitos de Luz" en Nuevo Chimbote, Ancash, los datos revelaron una diferencia promedio positiva significativa entre los valores conseguidos en el pretest y el post test (media pre test: 28.69, media post test: 20.44, diferencia de medias: 8.25) después de la realización del taller de mindfulness; la diferencia observada fue considerada significativa, lo que señala que es poco factible que sea de forma casual. Por lo tanto, se rechazó la hipótesis nula y se validó la hipótesis de investigación, confirmando que la aplicación del taller de mindfulness influye de forma significativa en los comportamientos agresivos de los niños de 4 años.

Se obtuvieron resultados consistentes con los hallazgos anteriores, por ejemplo, Hernández (2021) quien implementó un programa de mindfulness para abordar conductas agresivas en niños de preescolar en México, mostraron una disminución y modificación de las conductas agresivas como golpes e insultos por los niños después de participar en el programa, estos hallazgos respaldan la idea de que el mindfulness puede ser eficaz para abordar la agresividad en los niños. Pinazo (2019), también realizó un estudio similar, pero con una muestra de infantes de edades entre once y trece años en una institución educativa española, sus resultados indicaron avances reveladores en la disminución de la agresividad en ambos grupos de intervención mindfulness, estos resultados respaldaron aún más la idea de que el mindfulness puede ser una herramienta eficaz para reducir las conductas agresivas en niños. Los resultados son alentadores y similares a lo encontrado la institución educativa.

En este caso, la hipótesis planteada afirmaba que la aplicación de un taller de mindfulness influiría significativamente en los comportamientos agresivos de los niños, esto es porque los antecedentes revisados respaldaron la idea de que el Mindfulness puede ser efectivo para reducir la agresividad en niños, y se basaron en estudios anteriores que obtuvieron resultados positivos en poblaciones similares.

Por esto, se infiere que la implementación de programas de mindfulness en el ámbito educativo puede ser una estrategia eficaz para abordar la agresividad en los niños de preescolar, ya que el mindfulness puede ayudar a los niños a

desarrollar habilidades de regulación emocional, mejorar su habilidad para controlar el estrés y fomentar una mayor conciencia de sus propias emociones y respuestas. Las teorías de la Regulación Emocional, del Aprendizaje Social y de la Neuroplasticidad ofrecen una base sólida para comprender los mecanismos detrás de los efectos del mindfulness en el comportamiento de los estudiantes.

La Teoría de la Regulación Emocional, desarrollada por Bandera (2022), destaca la importancia de controlar las emociones para adaptarse de manera efectiva al entorno; el mindfulness, al aumentar la conciencia de los pensamientos y emociones, permite a los niños regular sus emociones y responder de manera más adecuada al estrés, la atención plena promueve la habilidad de los estudiantes para observar sus emociones sin juzgarlas, reduciendo así la intensidad de las emociones negativas y mejorando su capacidad para afrontar situaciones estresantes.

La Teoría del Aprendizaje Social, presentada en la investigación de Perez et al. (2019) destaca el papel del aprendizaje al observar e imitar de los modelos en el desarrollo del comportamiento, al practicar el mindfulness, los niños se convierten en modelos positivos para otros, enseñándoles habilidades sociales y emocionales importantes, como la empatía, la compasión y la atención plena en las interacciones sociales, al proporcionar un modelo positivo de comportamiento, el mindfulness fomenta una cultura de respeto y consideración hacia las necesidades propias y de los demás.

La Teoría de la Neuroplasticidad, desarrollada en la investigación de Gonzales (2021), muestra cómo la práctica del mindfulness puede cambiar la estructura y función del cerebro, al practicar la atención plena de manera regular, se pueden observar cambios en la actividad neuronal y la conectividad entre diferentes regiones cerebrales, estos cambios pueden mejorar la capacidad del cerebro para regular las emociones, reducir la ansiedad y el estrés, y mejorar la atención y la concentración; en consecuencia, la práctica del mindfulness puede fortalecer la capacidad de los niños para regular sus emociones y conductas, disminuyendo su propensión a la violencia.

Según Mahmood (2016) en conjunto, estas teorías respaldan y complementan los resultados hallados en el estudio; el mindfulness, al cultivar la regulación emocional, proporcionar modelos de comportamiento positivo y promover la plasticidad

cerebral, se posiciona como una herramienta efectiva para abordar la agresividad en los niños de preescolar; la incorporación del mindfulness en el entorno educativo puede tener un impacto importante en el bienestar emocional y comportamental de los niños, preparándolos para una mejor adaptación social y académica.

Las teorías de la Regulación Emocional, del Aprendizaje Social y de la Neuroplasticidad proporcionan fundamentos teóricos sólidos para comprender los mecanismos detrás de estos efectos. La implementación del mindfulness en el ámbito educativo puede ofrecer a los niños herramientas para regular sus emociones, fomentar comportamientos positivos y promover un desarrollo cerebral saludable. Estas conclusiones tienen implicaciones significativas para la práctica educativa y la promoción del bienestar integral de los niños.

Sin embargo, es importante reflexionar críticamente sobre estos hallazgos, primero, aunque el estudio presenta una correlación significativa entre los talleres de mindfulness y la reducción de la agresividad, sigue siendo esencial explorar más a fondo la causalidad y los mecanismos precisos detrás de este efecto; además, debe considerarse la variabilidad individual en la receptividad al mindfulness y en las manifestaciones de agresividad en niños, también sería beneficioso evaluar la sostenibilidad a largo plazo de los efectos positivos observados y explorar si estos efectos se generalizan a otros contextos de la vida del niño, más allá del entorno escolar. Por último, según Kim y Singh (2018) aunque las teorías de la Regulación Emocional, del Aprendizaje Social y de la Neuroplasticidad proporcionan un marco teórico sólido, aún queda mucho por entender sobre cómo interactúan estos mecanismos en la práctica y cómo se pueden optimizar las intervenciones de mindfulness para apoyar mejor a los niños.

En cuanto a los objetivos específicos referentes a diagnosticar el nivel de comportamiento agresivo antes y después de la aplicación de los talleres de mindfulness, se encontró que antes de los talleres de mindfulness, un porcentaje significativo de la muestra presentaba niveles moderados o altos de comportamiento agresivo, tanto en violencia directa como en violencia indirecta. Sin embargo, después de la aplicación de los talleres, se observó una disminución considerable en los niveles de comportamiento agresivo, mostrando un predominio de niveles bajos en ambas dimensiones.

Estos resultados respaldan la hipótesis planteada, indicando que la aplicación del taller de mindfulness influye significativamente en los comportamientos agresivos de los niños de 4 años en la institución educativa estudiada. Los hallazgos son consistentes con investigaciones anteriores que han demostrado los beneficios del mindfulness en la regulación emocional, la atención y la reducción de la agresión. se tiene que los antecedentes proporcionados por Murga (2020) y Rozas (2020) respaldaron la necesidad de intervenir en los comportamientos agresivos en niños en edad preescolar y la eficacia del mindfulness en mejorar aspectos como la atención y las emociones en los estudiantes, estos estudios contribuyeron a fundamentar la importancia y la relevancia de la presente investigación.

La teoría del aprendizaje social señalada por Pérez et al. (2019) sirve para comprender cómo los niños pueden haber adquirido patrones de comportamiento agresivo a partir de su entorno, incluyendo la violencia intrafamiliar; la teoría de la frustración-agresión es relevante para comprender cómo las emociones y las situaciones frustrantes pueden influir en los comportamientos agresivos de los niños; y el procesamiento cognitivo señalada en el trabajo de Fernández (2019) es relevante para comprender cómo los niños pueden interpretar y percibir las situaciones sociales de manera que desencadenen comportamientos. Estos enfoques teóricos respaldan la importancia de abordar los aspectos cognitivos, emocionales y sociales en la intervención de los comportamientos agresivos.

El aporte crítico de la investigación es el resaltar que la implementación de intervenciones de mindfulness en edades tempranas puede tener un impacto significativo en la reducción de comportamientos agresivos en niños, esto sugiere que el mindfulness puede ser una herramienta efectiva para promover habilidades de regulación emocional, conciencia plena y empatía, que son fundamentales para el desarrollo socioemocional saludable de los niños.

Los resultados obtenidos en relación a la violencia directa indican una disminución significativa en los comportamientos agresivos de los niños después de la implementación del taller de mindfulness. La media de violencia directa disminuyó de 22.14 a 16.12, lo que representa una diferencia de medias de 6.02. Además, la desviación estándar disminuyó de 5.29 a 2.03, lo que sugiere una reducción en la variabilidad de los datos y una mayor consistencia en los resultados.

En cuanto a la violencia indirecta, también se observó una disminución en los comportamientos agresivos. La media pasó de 6.56 a 4.32, con una diferencia de medias de 2.24. La desviación estándar disminuyó de 1.90 a 0.71, lo que indica una reducción en la dispersión de los datos y una mayor convergencia hacia la media. Estos resultados respaldan la hipótesis planteada, demostrando que la aplicación del taller de mindfulness influye significativamente en los comportamientos agresivos de los niños de preescolar. Es importante destacar que la dimensión con mejores resultados fue la violencia directa, lo que sugiere que el taller tuvo un impacto más notable en la reducción de comportamientos agresivos de forma directa.

Específicamente, el indicador de agresión en respuesta a acciones accidentales fue el que mostró una presencia más significativa después de los talleres, aunque se observó que la mayoría de los niños (52.54%) nunca lo presentaron. En cuanto a la violencia indirecta, el indicador de incitar a otros a no compartir con alguien fue el más frecuente, aunque también se observó una reducción en su prevalencia después de los talleres. Estos resultados indican que el taller de mindfulness fue efectivo para abordar y reducir diferentes formas de violencia y comportamientos agresivos en los niños de preescolar. La práctica regular del mindfulness puede haberles brindado habilidades de regulación emocional, conciencia plena y empatía, lo que contribuyó a la disminución de la agresión tanto directa como indirecta.

En términos de los procedimientos utilizados, se destacó la importancia de obtener los permisos y autorizaciones necesarios para acceder a la población objetivo. El cuestionario Test de COPRAG fue utilizado como instrumento para recoger información, el cual fue llenado por el docente tutor de cada niño. Además, se llevaron a cabo siete sesiones del taller de mindfulness diseñadas por profesionales con experiencia en el campo.

Es importante destacar que este estudio tuvo en cuenta la colaboración de profesionales en psicología o pedagogía con experiencia en el diseño e implementación de intervenciones de mindfulness con niños. La participación de estos expertos contribuyó a asegurar la adecuada implementación del taller y a maximizar los beneficios para los niños.

En relación al aporte crítico y reflexivo de los resultados, es preciso decir algunas limitaciones de este estudio: En primer término, la muestra se limitó a ser aplicado en solo una institución educativa y solo a niños de 4 años, lo que puede limitar la generalidad de los resultados a otras poblaciones. Sería beneficioso realizar investigaciones adicionales que incluyan muestras más amplias y diversas para obtener a detalle los efectos del mindfulness en el comportamiento agresivo de los niños en diferentes entornos, la replicación del estudio permitiría evaluar la generalización de los efectos observados y determinar si los resultados se mantienen consistentes en diferentes grupos de niños y en distintas instituciones educativas; esto ayudaría a proporcionar una evidencia más sólida sobre la efectividad del taller de mindfulness en la disminución de comportamientos agresivos en la población infantil en general.

Además, sería beneficioso llevar a cabo estudios de seguimiento a largo plazo para evaluar si los efectos positivos del taller de mindfulness se mantienen en el tiempo, esto permitiría determinar si los beneficios observados son duraderos o si se requiere una práctica continua de mindfulness para mantener los resultados.

Es importante discutir sobre los talleres Mindfulness y como el objetivo de cada taller ha podido influir en los comportamientos agresivos de los niños de pre escolar, tal como lo demuestran los resultados anteriormente descritos; así tenemos que: al identificar las emociones a través de la escucha concentrada de una canción es probable que esta actividad les haya permitido tener una mejor regulación emocional y puede haber contribuido a una reducción de los comportamientos agresivos, ya que estos a menudo surgen de una incapacidad para gestionar emociones negativas.

El concentrarse en la respiración mediante la escucha de una historia podría haber ayudado a los niños a desarrollar habilidades de atención y autorregulación, dos factores que se han vinculado con una menor incidencia de comportamientos agresivos. A su vez, el transmitir ideas mediante la expresión oral y producción de sonidos, fomentando la comunicación y la expresión de ideas, es posible que haya proporcionado a los niños herramientas alternativas a la agresión para resolver conflictos o expresar insatisfacciones.

El obtener calma al centrarse en la respiración y estimulación de la imaginación fomentó un estado de tranquilidad y relajación en los niños, lo que a su vez podría

haber reducido la incidencia de comportamientos agresivos, que a menudo están asociados con estados de estrés o excitación. El realizar mindfulness escuchando música y manipulación de masa para moldear, pueden ayudar a los niños a canalizar su energía de una manera positiva y a estar más presentes y atentos, lo que a su vez puede reducir los comportamientos agresivos.

El lograr concentración y relajación por medio de mindfulness puede mejorar la atención, la autoconciencia y la autorregulación en los niños, lo que puede llevar a una reducción de los comportamientos agresivos.

Por último, el concentrarse en la respiración y el sonido de su voz, utilizando las vocales, actividad que combina atención plena a la respiración y al sonido, podría haber ayudado a los niños a mejorar su atención y autocontrol, factores clave para la reducción de comportamientos agresivos.

Por tanto, se consideró que cada uno de los objetivos del taller contribuyó a la mejora en el comportamiento de los niños, posiblemente debido a su énfasis en la identificación y regulación de las emociones, la atención plena, la autorregulación, y la expresión no violenta de pensamientos y emociones, lo cual está en línea con la creciente evidencia que sugiere que las intervenciones basadas en mindfulness pueden ser efectivas para mejorar el comportamiento y el bienestar emocional de los niños(Lautwein et al.,2023).

VI. CONCLUSIONES

Primera: Se demostró que la implementación de un taller de mindfulness tiene un efecto significativo en la reducción de comportamientos agresivos de los niños de la Institución Educativa 1678 “Rayitos de Luz” Nuevo Chimbote, se validó la hipótesis de investigación. Estos hallazgos explican que el mindfulness puede ayudar a los niños a regular sus emociones, desarrollar habilidades sociales y promover cambios positivos en el cerebro.

Segunda: El diagnóstico previo a los talleres de mindfulness reveló que la mayoría de los participantes presentaban niveles moderados de comportamiento agresivo (72.88%), violencia directa (69.49%) y violencia indirecta (55.93%). Esto respalda las teorías del aprendizaje social, que sostiene la observación y la imitación de modelos agresivos, y la teoría de la frustración-agresión, que sugiere que la agresión es una respuesta natural a la frustración.

Tercera: Después de la implementación de los talleres de mindfulness, se realizó un diagnóstico del nivel de comportamiento agresivo en la muestra de estudio. Los resultados mostraron una disminución significativa en los niveles de comportamiento agresivo.

Cuarta: Se demostró que la aplicación del taller Mindfulness influye significativamente en la agresividad directa de los niños de 4 años de la Institución Educativa 1678 “Rayitos de Luz” Nuevo Chimbote, lo que indica que la práctica de Mindfulness se presenta como una estrategia valiosa y efectiva para manejar y reducir la agresividad directa en niños en edad preescolar.

Quinta: Se demostró que la aplicación del taller Mindfulness influye significativamente en la agresividad indirecta de los niños de 4 años de la Institución Educativa 1678 “Rayitos de Luz” Nuevo Chimbote, lo que indica que el taller de Mindfulness ha contribuido de manera efectiva a la regulación emocional y al control del comportamiento de los niños.

VII. RECOMENDACIONES

- Primera:** Se recomienda al Ministerio de Educación, la inclusión de programas de mindfulness en el currículo educativo de los niños de preescolar, estos programas pueden proporcionarles herramientas para regular sus emociones, promover comportamientos positivos y fortalecer su desarrollo cognitivo y emocional.
- Segunda:** Se recomienda a los directivos de la institución educativa capacitar a los docentes en el diseño e implementación de intervenciones de mindfulness, para garantizar su efectividad y maximizar los beneficios para los niños.
- Tercero:** Se recomienda a los docentes de la institución educativa asegurarse de que los talleres sean impartidos por profesionales capacitados en mindfulness y adaptarlos a las necesidades y características de los participantes.
- Cuarta:** Se recomienda a los miembros de la comunidad educativa llevar a cabo un seguimiento a largo plazo para evaluar la sostenibilidad de los efectos del mindfulness en la reducción de la agresividad, esto permitirá ajustar y mejorar las estrategias en futuras implementaciones.
- Quinta:** Se recomienda a los docentes, enfocar los talleres Mindfulness en el desarrollo de habilidades como la empatía y el control emocional, ya que estos aspectos pueden ayudar a los niños a responder de manera más adecuada ante situaciones accidentales, reduciendo así la agresión como respuesta. Los talleres implementados pueden tener actividades con ejercicios de respiración, relajación, escucha de música relajante, dibujo y pintura y búsqueda del autoconocimiento.

REFERENCIAS

- Abril, M. (2021). Proceso De Aprendizaje en La Pandemia. *Revista Panorama*, 15(28), 180–195. <https://doi.org/10.15765/pnrm.v15i28.1823>
- Abuelo, M. (2019). *Inteligencia emocional y mindfulness: Desarrollo e implementación de una propuesta de intervención*. [Tesis de maestría, Universidad Zaragoza]. <https://zaguan.unizar.es/record/87272>
- Arrasco, N. (2018). *Aplicación y Validación del programa Mindfulness para mejorar la atención plena en estudiantes de pregrado de una universidad de Lima, 2017*. [Tesis de doctorado, Universidad César Vallejo]. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/21324>
- Bandera, L., Quintana, C., & Rey, L. (2022). Afrontamiento resiliente y miedo a perderse algo en tiempos de pandemia por COVID-19: Un estudio piloto sobre el papel moderador de la regulación emocional. *Health and Addictions/Salud y Drogas*, 22 (1), 253-267.
- Bujaico, M. (2021). *Regulación emocional y comprensión lectora en estudiantes de educación primaria de una IEP de Surco, 2018*. [Tesis de maestría, Universidad Antonio Ruiz de Montoya]. <http://hdl.handle.net/20.500.12833/2294>
- Chase, S. (2019). Christian Mindfulness: Theology and Practice by Peter Tyler, and: Living with the Mind of Christ: Mindfulness in Christian Spirituality by Stefan Gillow Reynolds, and: Mindfulness and Christian Spirituality. *Spiritus*, 19(2), 356-362. <https://www.proquest.com/scholarly-journals/i-christian-mindfulness-theology-practice-peter/docview/2314591908/se-2>
- Celayeta Gil, N. (2014). Teoría y práctica de la enseñanza-aprendizaje del español para fines específicos. *Revista de Filología Hispánica*, 30(2), 657–662. <https://doi.org/10.15581/008.30.335>
- Calle, R. (2022). *Programa Mindkinder de meditación, versión Ecuador, y su efecto en las funciones ejecutivas en niños escolares con altas capacidades*. [Tesis de maestría, Universidad del Azuay]. <http://dspace.uazuay.edu.ec/handle/datos/11858>

- Consejo Nacional de Ciencia, Tecnología e Innovación Tecnológica. (2019). *Código Nacional de la Integridad Científica*. Recuperado de: <http://hdl.handle.net/20.500.12390/2193>
- Etxeberría, F. (2020). Europa y violencia escolar. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 41(1), 147-165. <http://www.redalyc.org/pdf/274/27404110.pdf>
- Eugenio, E., García, G., Cruzata-Martínez, A., Santiago, R., García, B., Gerardo, L., y Borjas, R. (2020). Decrease in aggressiveness in elementary students: The “Strengthening” program. *Propósitos Y Representaciones*, 8(2), e559. <https://doi.org/10.20511/pyr2020.v8n2.559>
- Esteban, N. (2018). *Tipos de investigación*. Universidad Santo Domingo de Guzmán. <http://repositorio.usdg.edu.pe/handle/USDG/34>
- Garland, E. L., y Howard, M. O. (2009). Neuroplasticity, Psychosocial Genomics, and the Biopsychosocial Paradigm in the 21st Century. *Health & Social Work*, 34(3), 191–199. <https://doi.org/10.1093/hsw/34.3.191>.
- Gomez, M., Adelantado, M., Huerta, M., Bresó, E. (2020). Mindfulness en educación infantil: un programa para desarrollar la atención plena. *Revista Academia y Virtualidad*. 13(2), 133-144. <https://doi.org/10.18359/ravi.4726>
- González, E., Solórzano, A., Pinto, I., de León, R., Lemus, M., y Osegueda, C. (2021). Influencia de la digitalización en el siglo XXI en la neuroplasticidad. *Revista Académica CUNZAC*, 4(1), 81-86.
- Guasti Ashca , J., & Gaibor Gonzalez, I. (2022). Exposición a la violencia y su relación con la autoestima en adolescentes. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(3), 1168-1184. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i3.2281
- Hernandez, N. (2021). *Creatividad y Mindfulness, programa educativo para atender conductas agresivas de niñas y niños de preescolar*. [Tesis de maestría, Universidad Autónoma de Zacatecas]. <http://ricaxcan.uaz.edu.mx/jspui/handle/20.500.11845/2803>
- Juarez, J. (2022). *Programa de Inteligencia Emocional aplicando mindfulness para regular emociones en estudiantes de una Institución Educativa de Ica, 2022*.

[Tesis para optar por el grado de maestro. Universidad César Vallejo].
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/101871/Juarez_DTJE%20-%20SD.pdf

- Keskin, K., Eker, M. Ç., Gönül, A. S., y Northoff, G. (2023). Abnormal global signal topography of self modulates emotion dysregulation in major depressive disorder. *Translational Psychiatry*, 13(1), 1-15. doi:10.1038/s41398-023-02398-2
- Kim, E., & Singh, N. N. (2018). Psychometric Properties of the Korean Version of the Mindfulness in Teaching Scale. *Mindfulness*, 9(1), 344-351. <https://doi.org/10.1007/s12671-017-0871-2>
- Lake, S., & MacHale, R. (2022). “Mindfulness Matters”: A pilot study of a Mindfulness-Based Stress Reduction group for adults with intellectual disabilities. *British Journal of Learning Disabilities*, 50(3), 412-421. <https://doi.org/10.1111/bld.12435>
- Lacerda da Silva, N., y Pereira de Oliveira, A. M. (2022). Aprendizagens de Professoras(es) que Ensinam Matemática Mediadas pela Participação em Práticas de Letramento Docente. *Educação Matemática Pesquisa*, 24(1), 352–387. <https://doi.org/10.23925/1983-3156.2022v24i1p352-387>
- Lautwein, F., Schallenburger, M., Scherg, A., Schlieper, D., Karger, A., Regel, Y. U., Neukirchen, M. (2023). Mindfulness and compassion training on daily work with patients and within the multiprofessional palliative care team: A retrospective self-assessment study. *BMC Palliative Care*, 22(1), 1-16. doi:10.1186/s12904-023-01158-9
- López, R. (2021). Modos de aprendizaje en los contextos actuales para mejorar el proceso de enseñanza. *Revista Universidad y Sociedad*, 13(5), 542-550.
- Li, C., Fu, P., Wang, M., Xia, Y., Hu, C., Liu, M., . . . Yang, Y. (2023). The role of self-esteem and emotion regulation in the associations between childhood trauma and mental health in adulthood: A moderated mediation model. *BMC Psychiatry*, 23(1), 15-41 doi:10.1186/s12888-023-04719-7

- Mahmood, L., Hopthrow, T., & Georgina Randsley, d. M. (2016). A Moment of Mindfulness: Computer-Mediated Mindfulness Practice Increases State Mindfulness. *PLoS One*, *11*(4). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0153923>
- Martí, J. (2022). *Aspectos jurídicos del budismo*. Facultad de Ciencias Sociales de Cuenca. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8370307>
- Mayer, J. & Salovey, P. (1993). The intelligence of emotional intelligence. *Revista Intelligence*, *17*(4), 433-442.
- Mills, J. (2020). Mindfulness, self-compassion and compassion science in mental health nursing. *International Journal of Mental Health Nursing*, *29*(3), 531-532. <https://doi.org/10.1111/inm.12672>
- Monti, M. (2021). *El cuaderno de los niños tranquilos y felices: Actividades para vivir plenamente los beneficios de la meditación y el Mindfulness*. EIFIS Editore.
- Murga, K. (2020). *Comportamientos inadecuados en el niño de 4 años de la I.E N° 1582 Mis Angelitos*. [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo]. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/75085>
- Nazaribadie, M., Ghaleiha, A., Ahmadpanah, M., Mazdeh, M., Matinnia, N., Zarabian, M., & Ostovar, N. (2021). Effectiveness of Mindfulness Intervention on Cognitive Functions: A Meta-analysis of Mindfulness Studies.. *Propósitos y Representaciones*, *9*(1), 1-12. <https://doi.org/10.20511/pyr2021.v9nSPE3.1200>
- PAHO. (2019). *Global School-Based Student Health Survey Results Tool*. [Repositorio de datos, PAHO]
- Paz, A. W. (2019). What does an evolutionary theory of emotions imply about the relationship between emotion and emotional regulation? *Tópicos*, *37*(1), 158-176. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7817232>
- Peter, S. C., Murphy, J. G., Witkiewitz, K., Hand, S. B., Thomas, F., Johnson, K. C., Derefinko, K. J. (2023). Use of a sequential multiple assignment randomized trial to test contingency management and an integrated behavioral economic and mindfulness intervention for buprenorphine-naloxone medication

adherence for opioid use disorder. *Trials*, 24(1). 1-15. doi:10.1186/s13063-023-07102-9

Pires, J. G., Nunes, M. F. O., Demarzo, M. M. P., & Nunes, Carlos Henrique Sancineto da Silva. (2015). Instrumentos para avaliar o construto mindfulness: uma revisão. *Avaliação Psicológica*, 14(3), 329-338. <https://www.proquest.com/scholarly-journals/instrumentos-para-avaliar-o-construto-mindfulness/docview/2716280986/se-2>

Pumariega, Y. N., Calheiros, P. R. V., Cardenas, R. N., Farias, E. D. S., & Torres, C. D. P. (2020). Prevenção de recaídas baseada em mindfulness no tratamento do tabagismo – Brasil. *Revista CES Psicologia*, 13(2), 129-143. <https://doi.org/10.21615/cesp.13.2.9>

Rådmark, L., Osika, W., Wallén, M. B., Nissen, E., Lönnberg, G., Bränström, R., Niemi, M. (2023). Autonomic function and inflammation in pregnant women participating in a randomized controlled study of mindfulness-based childbirth and parenting. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 23(1). doi:10.1186/s12884-023-05528-2

Robinson, A. A. (2020). Mastering Mindfulness: Fostering a Mindfulness Culture in Children. *Children & Libraries*, 18(1), 17-18. <https://doi.org/10.5860/cal.18.1.17>

Romero, Á. (2020). *Efectos de la implementación de un programa de Mindfulness en los comportamientos impulsivos de niños del grado 1° de un colegio del norte de Bogotá*. [Tesis doctoral, Universidad de la Sabana]. <https://intellectum.unisabana.edu.co/handle/10818/42750>

Rozas, V. (2020). *Programa de mindfulness para mejorar la atención en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Cusco, 2020*. [Tesis para optar el grado de maestro. Universidad César Vallejo]. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/58718/Rozas_CV-SD.pdf

Olivera, E., y Yupanqui, D. (2020). Violencia escolar y funcionalidad familiar en adolescentes con riesgo de deserción escolar. *Revista Científica de la UCSA*, 7(3), 3-13.

- Pinazo, D. (2020). Implementación de un programa basado en mindfulness para la reducción de la agresividad en el aula. *Revista de Psicodidáctica*. 5(25), 5-15. <https://doi.org/10.1016/j.psicod.2019.08.004>
- Sombradillo, P. (2018). *Programa de inteligencia emocional aplicando mindfulness*. [Tesis de maestría, Universidad de Valladolid]. <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/34145/TFGG3490.pdf>
- Sousa, V. (2007). Revisión de diseños de investigación resaltantes para enfermería. Parte 1: Diseños de investigación cuantitativa. *Revista Latino-am Enfermagem*. 15(3). 1-6
- Ssenyonga, J., Hermenau, K., Nkuba, M., & Hecker, T. (2019). Stress and positive attitudes towards violent discipline are associated with school violence by Ugandan teachers. *Child Abuse and Neglect*, 93(1), 15-26. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2019.04.012>
- Theodorou, A., Spano, G., Bratman, G. N., Monneron, K., Sanesi, G., Carrus, G., Panno, A. (2023). Emotion regulation and virtual nature: Cognitive reappraisal as an individual-level moderator for impacts on subjective vitality. *Scientific Reports*, 13(1). doi:10.1038/s41598-023-30287-7
- Universidad César Vallejo. (2020). *Código de Ética en Investigación*. Vicerrectorado de Investigación.
- UNESCO. (2021). *Behind the numbers: ending school violence and bullying*. UNESCO. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000378398>
- Wagh, S. (2022). Influence of Hindu Spiritual Teachers on Mindfulness-Based Stress Reduction (MBSR) of Jon Kabat-Zinn: Focusing on the Teachings of Sri Nisargadatta Maharaj and Sri Ramana Maharshi. *International Journal of South Asian Studies*, 12(1), 1-18.

ANEXOS

Anexo 1. Tabla de operacionalización de variables

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
Comportamientos agresivos	Según Garcés (2019) los comportamientos agresivos son acciones que pueden ser dañinas para los demás, y que pueden ser más comunes en ciertos momentos del desarrollo infantil, acciones como golpear, patear, empujar, morder, insultar, amenazar, destruir propiedades u objetos y comportarse de manera violenta en general pueden ser el resultado de una variedad de factores, incluyendo problemas emocionales o de comportamiento, dificultades en el hogar o en la escuela, falta de habilidades sociales y de comunicación, exposición a la violencia o el abuso, entre otros; y, además pueden variar en intensidad y frecuencia.	Los comportamientos agresivos son acciones directas o indirectas que pueden ser medidas se medirán a través del cuestionario Test de COPRAG. El puntaje obtenido proporcionaría una medida cuantitativa del comportamiento agresivo, permitiendo comparar los niveles antes y después de la intervención de los talleres de Mindfulness.	Violencia directa	Destrucción de propiedad personal.	Test de COPRAG, Escala Likert de 3 puntos
				Participación frecuente en peleas.	
				Daño intencional a objetos de familiares o compañeros.	
				Mentir y engañar a los demás.	
				Agresión en respuesta a acciones accidentales.	
				Agresión física hacia otras personas.	
				Amenazas verbales o gestuales hacia otros.	
				Crueldad o abuso hacia personas o animales.	
				Agresión física específica como patadas, mordidas y golpes.	
				Apropiación de objetos sin permiso de otros niños.	
				Imitación del llanto de otros niños.	
				Burla de los errores de otros niños.	
			Burla de las limitaciones o defectos de otros niños.		
			Destrucción o daño intencional de juegos o actividades de otros.		
			Violencia indirecta	Incitación a la venganza por parte de otros.	
Busca aliados para perjudicar a alguien.					
Hablar mal de alguien a espaldas.					
Incita a otros a no compartir con alguien.					

Anexo 2. Instrumento de recolección de datos

Evaluación del comportamiento agresivo y prosocial de niños y niñas escolarizados (Coprag)

Nombre del niño:

Nombre del padre de familia:

Grupo:

Edad:

Sexo:

Fecha:

	Items	Nunca	Algunas veces	Siempre
1	Destruye sus propias cosas			
2	Se mete en muchas peleas			
3	Cuando esta bravo(a) con alguien, intenta que otros hagan lo mismo con esa persona			
4	Destruye (romper, derribar o pisar voluntariamente) objetos que pertenecen a su familia u otros niños			
5	Cuando esta bravo(a) con alguien se hace amigo de otros como venganza			
6	Dice mentiras, hace trampas			
7	Cuando otro niño accidentalmente le golpea, asume que este quiso hacerle daño y reacciona con rabia y pelea			
8	Cuando esta disgustado(a) con alguien dice cosas en su contra a sus espaldas			
9	Ataca físicamente a las personas			
10	Amenaza con gestos o palabras a otros			
11	Es cruel, abusivo(a) o malvado(a) con otras personas o con los animales			
12	Cuando esta disgustado(a) con alguien le dice a los demás que no comparta con esa persona			
13	Patea, muerde, golpea a otros niños(as)			
14	Toma objetos de otros niños sin su permiso. (apropiación, ruptura de objetos o juegos cuando un niño(a) quita a otro(a) -bien de su mano o de su espacio- un objeto que estaba usando y que no es ofrecido			
15	Imita el llanto de otros niños(as)			
16	Se ríe de los errores de otros niños(as)			
17	Se ríe de limitaciones o defectos de otros niños(as)			
18	Daña juegos o actividades de los otros			

Anexo 3. Ficha técnica del instrumento

Nombre del instrumento: Cuestionario para la evaluación de comportamientos agresivos y prosociales.

Autores: Grupo de investigadores de la Universidad de Antioquia adscritos al Instituto de Ciencias de la Salud.

Año de creación: 2000

Objetivo: Medir agresividad directa e indirecta, así como comportamientos pro sociales para niños de entre 4 y 15 años.

Descripción del instrumento: Herramienta diseñada para medir y evaluar diferentes aspectos relacionados con la conducta agresiva directa e indirecta en individuos. Este cuestionario se utiliza ampliamente en investigaciones científicas y en entornos clínicos para obtener información sobre el comportamiento social y emocional de las personas. El cuestionario consta de 18 preguntas que abordan diferentes aspectos del comportamiento agresivo. Estas preguntas se presentan en forma de afirmaciones y se pide a los participantes que indiquen en qué medida cada afirmación se aplica a ellos. Se utiliza una escala de respuesta que va desde "nunca" hasta "casi siempre".

Escala de respuesta: Escala Likert de tres puntos.

Áreas evaluadas: Agresividad directa e indirecta.

Tiempo de aplicación: 20 minutos, aproximadamente.

Confiabilidad del instrumento: Se realizó una prueba piloto del Cuestionario para la Evaluación de Comportamientos Agresivos y Prosociales con 20 alumnos. El análisis de fiabilidad utilizando el coeficiente de alfa de Cronbach arrojó un valor de 0.806, lo cual indica una buena consistencia interna de las preguntas en el instrumento. Este resultado sugiere que el cuestionario es confiable para medir los comportamientos agresivos y prosociales en la muestra estudiada, los resultados fueron resumidos en la siguiente tabla:

Alfa de Cronbach	N de elementos
0.806	18

Validez del instrumento: El instrumento ha sido elaborado por un Grupo de investigadores de la Universidad de Antioquia adscritos al Instituto de Ciencias de la Salud, y ha sido ampliamente validado y utilizado a nivel internacional,

como lo indica Martínez et al. (2016) quienes evaluaron y validaron con 3 expertos el instrumento en escolares con nivel de pobreza de moderado a alto en Colombia; asimismo a nivel nacional fue usado por Murga (2020), quien convocó a 3 expertos quienes validaron el instrumento y lo usó para medir comportamientos agresivos en niños de 4 años.

Anexo 4. Evaluación por juicio de expertos

Evaluación por juicio de expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar los cuestionarios sobre “Taller mindfulness en el comportamiento agresivo en niños de pre escolar. Institución Educativa 1678 Rayitos de Luz. Ancash, 2023”. La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al quehacer público. Agradecemos su valiosa colaboración.

1. Datos generales del juez

Nombre del juez:	Dra. Asunción Carbajal Valverde
Grado profesional:	Maestría () Doctor (X)
Área de formación académica:	Organizacional
Áreas de experiencia profesional:	Educación
Institución donde labora:	I.E. 1876 “Rayitos de Luz”
Tiempo de experiencia profesional en el área:	2 a 4 años () Más de 5 años (X)

2. Propósito de la evaluación

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

3. Datos de la escala

Nombre de la prueba:	Cuestionario para la evaluación de comportamientos agresivos y prosociales - COPRAG
Autor(a):	Grupo de investigadores de la Universidad de Antioquia adscritos al Instituto de Ciencias de la Salud.
Procedencia:	Chimbote
Administración:	Presencial
Tiempo de aplicación:	20 minutos aproximadamente
Ámbito de aplicación:	Alumnos de pre escolar 4 años de una institución educativa de Nuevo Chimbote
Significación:	La escala está compuesta por 18 ítems donde, 1 significa nunca, y 3 siempre, asimismo, con dimensiones e indicadores que tendrán como objetivo medir la agresividad directa e indirecta.

4. Soporte teórico

Variable	Dimensiones	Definición
Conductas agresivas	Agresividad directa	Según Lake y Maatlale (2022) se refiere a cualquier tipo de violencia en la que una individuo o grupo de individuos inflige daño físico o psicológico a otra persona o grupo de personas de manera directa y

		evidente, este tipo de violencia puede incluir la agresión física o el acoso verbal.
Conductas agresivas	Agresividad indirecta	Según Guasti (2022) se refiere a un tipo de violencia en el que un individuo o grupo de individuos inflige daño a otra persona o grupo de personas de manera indirecta y a menudo no intencional. Este tipo de violencia puede incluir la exclusión social, agresión relacional el aislamiento, el rechazo y la marginación, y consigue tener un impacto importante en la salud, tanto mental y emocional de la persona afectada.

5. Presentación de instrucciones para el juez:

A continuación, a usted le presento los cuestionarios adaptados por la estudiante Vasquez (2023). De acuerdo con los siguientes indicadores califique cada uno de los ítems según corresponda.

Categoría	Calificación	Indicador
CLARIDAD El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1. No cumple con el criterio	El ítem no es claro.
	2. Bajo nivel	El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de estas.
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos del ítem.
	4. Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada
COHERENCIA El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	1. totalmente en desacuerdo (no cumple con el criterio)	El ítem no tiene relación lógica con la dimensión.
	2. Desacuerdo (bajo nivel de acuerdo)	El ítem tiene una relación tangencial /lejana con la dimensión.
	3. Acuerdo (moderado nivel)	El ítem tiene una relación moderada con la dimensión que se está midiendo.
	4. Totalmente de Acuerdo (alto nivel)	El ítem se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo.
RELEVANCIA El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido.	1. No cumple con el criterio	El ítem puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo Nivel	El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3. Moderado nivel	El ítem es relativamente importante.
	4. Alto nivel	El ítem es muy relevante y debe ser incluido.

Leer con detenimiento los ítems y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración, así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinente.

1. No cumple con el criterio
2. Bajo Nivel
3. Moderado nivel
4. Alto nivel

MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE LA VARIABLE 1: COMPORTAMIENTOS AGRESIVOS

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
Comportamientos agresivos	Según Garcés (2019) los comportamientos agresivos son acciones que pueden ser dañinas para los demás, y que pueden ser más comunes en ciertos momentos del desarrollo infantil, acciones como golpear, patear, empujar, morder, insultar, amenazar, destruir propiedades u objetos y comportarse de manera violenta en general pueden ser el resultado de una variedad de factores, incluyendo problemas emocionales o de comportamiento, dificultades en el hogar o en la escuela, falta de habilidades sociales y de comunicación, exposición a la violencia o el abuso, entre otros; y, además pueden variar en intensidad y frecuencia.	Los comportamientos agresivos son acciones directas o indirectas que pueden ser medidas se medirán a través del cuestionario Test de COPRAG. El puntaje obtenido proporcionaría una medida cuantitativa del comportamiento agresivo, permitiendo comparar los niveles antes y después de la intervención de los talleres de Mindfulness.	Violencia directa	Destrucción de propiedad personal.	Ordinal Test de COPRAG, Escala Likert de 3 puntos
				Participación frecuente en peleas.	
				Daño intencional a objetos de familiares o compañeros.	
				Mentir y engañar a los demás.	
				Agresión en respuesta a acciones accidentales.	
				Agresión física hacia otras personas.	
				Amenazas verbales o gestuales hacia otros.	
				Crueldad o abuso hacia personas o animales.	
				Agresión física específica como patadas, mordidas y golpes.	
				Apropiación de objetos sin permiso de otros niños.	
				Imitación del llanto de otros niños.	
			Burla de los errores de otros niños.		
			Burla de las limitaciones o defectos de otros niños.		
			Destrucción o daño intencional de juegos o actividades de otros.		
Violencia indirecta	Incitación a la venganza por parte de otros.				
	Busca aliados para perjudicar a alguien.				
	Hablar mal de alguien a espaldas.				
Incita a otros a no compartir con alguien.					

MATRIZ DE EVALUACIÓN POR JUICIO DE EXPERTOS
COMPORTAMIENTOS AGRESIVOS

Nº	DIMENSIONES / ítems	Claridad ¹				Coherencia ²				Relevancia ³				Observaciones/ Recomendaciones
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
	Agresividad directa													
1	Destruye sus propias cosas				X				X				X	
2	Se mete en muchas peleas				X				X				X	
3	Destruye (romper, derribar o pisar voluntariamente) objetos que pertenecen a su familia u otros niños				X				X				X	
4	Dice mentiras, hace trampas				X				X				X	
5	Cuando otro niño accidentalmente le golpea, asume que este quiso hacerle daño y reacciona con rabia y pelea				X				X				X	
6	Ataca físicamente a las personas				X				X				X	
7	Amenaza con gestos o palabras a otros				X				X				X	
8	Es cruel, abusivo(a) o malvado(a) con otras personas o con los animales				X				X				X	
9	Patea, muerde, golpea a otros niños(as)				X				X				X	
10	Toma objetos de otros niños sin su permiso. (apropiación, ruptura de objetos o juegos cuando un niño(a) quita a otro(a) -bien de su mano o de su espacio- un objeto que estaba usando y que no es ofrecido				X				X				X	
11	Imita el llanto de otros niños(as)				X				X				X	
12	Se ríe de los errores de otros niños(as)				X				X				X	
13	Se ríe de limitaciones o defectos de otros niños(as)				X				X				X	
14	Daña juegos o actividades de los otros				X				X				X	

Agresividad indirecta													
1	Cuando esta bravo(a) con alguien, intenta que otros hagan lo mismo con esa persona				X				X				X
2	Cuando esta bravo(a) con alguien se hace amigo de otros como venganza				X				X				X
3	Cuando esta disgustado(a) con alguien dice cosas en su contra a sus espaldas				X				X				X
4	Cuando esta disgustado(a) con alguien le dice a los demás que no comparta con esa persona				X				X				X

Leer con detenimiento los ítems y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración, así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinente:

1. No cumple con el criterio	2. Bajo Nivel	3. Moderado nivel	4. Alto nivel
------------------------------	---------------	-------------------	---------------

Observaciones (precisar si hay suficiencia): _____

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador. **CARBAJAL VALVERDE ASUNCIÓN** DNI: 32827356

Especialidad del validador (a): **PSICÓLOGA**

- ¹**Claridad:** El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.
- ²**Coherencia:** El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo
- ³**Relevancia:** El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión



Firma del evaluador
DNI 32827356

Chimbote, 01 de julio de 2023

Anexo 5. Programa educativo: Mindfulness y creatividad, desarrollo infantil sin agresividad.

Sesión 1 “Conociéndome”	
Vía de conocimiento	Emociones
Factor(es) de la creatividad a desarrollar	Fluidez y originalidad
Objetivo	Identificarán las emociones que experimenten a través de la escucha concentrada de una canción, en un momento de relajación y la posterior invención de un cuento.
Desarrollo de la actividad	Se iniciará con una explicación a las niñas y a los niños acerca de lo que son las emociones; en este caso se hablará de cuatro: alegría, enojo, tristeza y miedo. Para lograr una mayor concentración en el tema, y dar inicio al trabajo del <i>mindfulness</i> , ellos y ellas cerrarán los ojos, escucharán una canción de fondo que desarrolla el tema de las emociones y, al mismo tiempo, deberán proyectar en su imaginación lo descrito por la canción. Al término de esta primera parte de la actividad, abrirán los ojos lentamente y expresarán de manera verbal lo que la canción les hizo experimentar. Posteriormente, se distribuirán por toda el aula varias imágenes que muestran las emociones. Las y los menores elegirán alguna, y la tomarán para, entre todos, inventar un cuento comenzando con la frase “Había una vez”. Cada niña y niño irá mostrando la imagen que eligieron, y agregando al cuento lo que él o ella deseen, para continuarlo hasta concluir. Al final, todos y todas expresarán sus emociones surgidas con esta actividad.
Duración	45 minutos
Material	Imágenes que expresen las emociones: alegría, enojo, tristeza y miedo; cinta adhesiva, marcadores de colores, papel bond, canción de emociones, reproductor de sonido.

Sesión 2 “El tren de la armonía”	
Vía de conocimiento	Imaginación
Factor(es) de la creatividad a desarrollar	Fluidez y elaboración.
Objetivo	Concentrarse en su respiración mediante la escucha de una historia sobre un tren que llevará armonía a las diferentes partes del cuerpo para fomentar una convivencia adecuada con las y los compañeros, posteriormente diseñar el tren en papel cartoncillo y realizar una exposición para propiciar que les sea posible expresarse frente a las y los demás.
Desarrollo de la actividad	Para comenzar con <i>mindfulness</i> , se sentarán en su lugar correspondiente y cerrarán los ojos, respirando lentamente por la nariz, deberán imaginar un tren. La indicación a seguir será que escucharán una historia sobre el “tren de la armonía”, que va cargado de calma y enseña a convivir con las y los demás sin pelear, este avanzará conforme vayan inhalando y exhalando. Se les indicará que partirá de su cabeza, haciendo un recorrido hasta llegar a sus pies, llevando armonía a todo su ser (se irá guiando el recorrido y nombrando partes del cuerpo para que lo visualicen). Al término de esta primera parte de la actividad, deberán abrir sus ojos lentamente; para continuar se les pedirá que en un trozo de cartoncillo color negro, dibujen con gises de colores el tren que cada quien imaginó, con las características que deseen. Para finalizar, se realizará una exposición, mostrando cada creación y mencionando sus componentes y capacidades.
Duración	45 minutos
Material	Gises de colores, papel cartoncillo de color negro, cinta adhesiva.

Sesión 3 “Me expreso con mi cuerpo”	
Vía de conocimiento	Comunicación
Factor(es) de la creatividad a desarrollar	Fluidez y originalidad
Objetivo	Trasmitir ideas por medio de la expresión corporal y la producción de sonidos, con la intención de que aprendan a comunicar lo que están viviendo y su sentir en determinados momentos.
Desarrollo de la actividad	Se dará inicio al <i>mindfulness</i> con un ejercicio guiado de respiración, donde cada niño y niña simularán ser el mar; explicándoles que en ocasiones este se altera y mueve sus olas con fuerza, pero así mismo, se puede poner en calma y mover tranquilamente y, así como él, ellos/as también pueden lograr tranquilizarse cuando se sientan enfadados, para no agredir a nadie. Continuando con la actividad, se recostarán en el piso sobre un tapete, colocándoles un barco de papel en el estómago, el cual moverán al ritmo de su respiración, inhalando y exhalando conforme se les vaya indicando, para que puedan centrar su atención. El ejercicio se repetirá varias veces; al terminar, deberán sentarse lentamente y comentarán cómo se sintieron. Posteriormente, se les explicará que jugarán ser diferentes objetos, utensilios o animales, lo que ellos/as elijan y deseen ser, pasando al frente por turnos y utilizando la imaginación, deberán comunicarle a las y los demás lo que son, haciendo uso de expresiones y sonidos, sin decir el nombre, para que el resto del grupo lo adivinen. Al término de cada participación; se les otorgará una estampa en forma de estrella, y un aplauso reconociendo su esfuerzo. Dando cierre a la actividad, se entonarán las canciones: “Soy una taza”, “El arca de Noé” y “Caminando por el bosque”, realizando las expresiones corporales que se indiquen en cada canción.
Duración	45 minutos
Material	Barcos de papel, tapete, estampas en forma de estrellas.

Sesión 4 “Superhéroes”	
Vía de conocimiento	Imaginación y visión
Factor(es) de la creatividad a desarrollar	Fluidez y originalidad
Objetivo	Que las y los niños, obtengan calma al centrarse en la respiración y a la vez estimular su imaginación, posteriormente mostrarán un superhéroe creado por ellos/as del que describirán los poderes que posee para acabar con la agresividad, fomentando que ellos y ellas logren reducir las manifestaciones de agresividad.
Desarrollo de la actividad	Se comenzará con un ejercicio guiado de respiración, dando paso al trabajo de <i>mindfulness</i> . Formarán un círculo en el aula estando de pie, e imaginarán que inflan un globo, inhalando y exhalando, siguiendo ritmos y así harán crecer su globo imaginario, el cual después soltarán para que se desinflen. Enseguida se les explicará que, así como imaginaron el globo, ahora imaginarán un superhéroe con las características físicas que ellos/as deseen, el cual deberá tener poderes para acabar con la agresividad, es decir, con el enojo y las ganas de pegar a las y los compañeros cuando algo les molesta. Después de darles un tiempo para crearlo, se les proporcionarán hojas de papel y gises de colores, para que en ellas los plasmen. Conforme terminen sus creaciones, irán pasando por turnos para mostrar y explicar cómo es su superhéroe, y el funcionamiento de sus poderes, mientras el resto del grupo escuchará a sus compañeros/as. A partir de los comentarios surgidos durante la exposición, se llevará a cabo una reflexión en torno a por qué es importante saber manejar el enojo y eliminar los deseos de agredir a alguien. Para cerrar, se dará un fuerte aplauso reconociendo sus participaciones.
Duración	45 minutos
Material	Hojas de papel, gises de colores, cinta adhesiva.

Sesión 5 “Moldeando”	
Vía de conocimiento	Compartir
Factor(es) de la creatividad a desarrollar	Originalidad y elaboración
Objetivo	Realizar <i>mindfulness</i> escuchando música de flauta de pan en un primer momento y, continuar con la manipulación de masa para moldear escuchando nuevamente la música del inicio, y posteriormente crear algo con la masa para regalarlo, propiciando la importancia de compartir.
Desarrollo de la actividad	Para dar paso al trabajo del <i>mindfulness</i> , se pedirá que tomen una posición cómoda en sus lugares y que escuchen con atención la música que se reproducirá, mientras respiran de una manera lenta, después se pondrá nuevamente la música, pero esta vez se les proporcionará a cada quien masa para moldear (elaborada con anterioridad). Al finalizar esto, y siguiendo con la manipulación de la masa, se les solicitará que con ella elaboren algo en lo que hayan pensado, o que los haya hecho sentir la música. Una vez realizado, la indicación será que le regalarán al compañero/a que esté a su derecha lo que hayan elaborado, con la finalidad de que toleren compartir algo que les gusta y que hayan hecho por sí mismos/as, de tal manera que todos y todas compartan. Previamente se les dará una explicación de para qué les sirve compartir con las y los demás lo que se tiene. Al finalizar la actividad, se les preguntará cuál fue la parte que más les gustó realizar, y cómo se sintieron con ello.
Duración	45 minutos
Material	Masa para moldear, música de flauta de pan, reproductor de sonido.

Sesión 6 “Buscando al león herido”	
Vía de conocimiento	Imaginación y desarrollo de la empatía
Factor(es) de la creatividad a desarrollar	Flexibilidad y originalidad
Objetivo	Lograr concentración y relajación por medio de <i>mindfulness</i> . Continuando con la implementación de una historia guiada, para desarrollar empatía y compañerismo al enfrentarse a diferentes situaciones de manera adecuada.
Desarrollo de la actividad	<p>Para dar inicio con <i>mindfulness</i>, será necesario salir al patio cívico, donde se les pedirá a las y los menores que se sienten en el piso, formando un círculo, de tal forma que haya cierta distancia entre unos y otros. Se comenzará por explicar que se convertirán en motociclistas, mientras inhalan y exhalan varias veces, de manera lenta y profunda. Una vez que logren centrarse en su respiración, y haciendo las debidas expresiones corporales, además de los sonidos correspondientes, imaginarán subir a una motocicleta, encenderla y colocarse casco. Se guiará un recorrido imaginario, indicando en qué momento deberán girar a la izquierda, a la derecha, pasar topes, baches, ir despacio, ir rápido, saludar personas, detenerse por algo, o tomar agua. Para terminar esta primera parte de la sesión, se les dirá que han llegado a una selva donde se estacionarán. Continuando con la segunda parte, estando en la selva buscarán a un león que se encuentra herido, pero tendrán que pasar varios obstáculos y peligros para encontrarlo, por lo que entre todos y todas deberán cuidarse y ayudarse, teniendo siempre presente que son un equipo. Se irán describiendo diferentes situaciones, por ejemplo: nadar para cruzar un río en el cual hay cocodrilos. Al término del recorrido, llegarán a donde se encontrará el dibujo en tamaño grande de un león herido, el cual será necesario atender entre todos y todas para ayudar a que sane. Finalizando la actividad, se les pedirá su participación para expresar cómo se sintieron al encontrar al león, y de qué manera es que pudieron ayudarlo a él y al resto de sus compañeros/as, mientras lo buscaban.</p>
Duración	45 minutos
Material	El dibujo de un león en tamaño grande, curitas, algodón, cinta adhesiva.

Sesión 7 “Las vocales”	
Vía de conocimiento	Tolerancia y trabajo colaborativo.
Factor(es) de la creatividad a desarrollar	Fluidez, flexibilidad y elaboración.
Objetivo	Concentrarse en la respiración y el sonido de su voz, utilizando las vocales, para posteriormente dibujarlas entre todos y todas, utilizando pintura dactilar, compartiendo el material y siguiendo turnos, para reforzar la importancia de compartir, y a la vez, desarrollar la capacidad de tolerancia.
Desarrollo de la actividad	Se iniciará con <i>mindfulness</i> , solicitando a las niñas y a los niños que formen un círculo en el centro del salón, y se concentren en relajar su cuerpo, mediante la inhalación de manera profunda, y la exhalación será de manera lenta pronunciando la vocal “a”, hasta que su cuerpo se vacíe de aire y, en la siguiente respiración, se utilizará la “e”, exhalando de la misma manera hasta finalizar las cinco vocales. El ejercicio se repetirá tres veces, con la finalidad de que logren centrar su atención no solo en la respiración, sino también en el sonido de su voz. Para continuar, se formarán cuatro equipos para dibujar en cartulinas blancas las vocales, utilizando las palmas de las manos y los dedos. A su alrededor habrá recipientes con pintura dactilar de diferentes colores, se les colocarán batas para cubrir su ropa. La indicación fue que dibujarán entre todas y todos, compartirán el material como equipo, respetando la participación, la manera y el espacio en que cada compañero/a utilice para pintar, sin llegar a enojarse, debido a que es necesario tolerar el gusto de todos y todas, al igual que su manera de ser y actuar. Al terminar, y después de que hayan limpiado con toallas húmedas sus manos y el espacio en el que trabajaron, se realizará una exposición por equipos, para mostrar la decoración de sus cartulinas, Como cierre de la actividad, se les dará una explicación de los beneficios que otorga el trabajo en equipo, y lo importante que es tolerar la manera de ser y hacer de las y los demás.
Duración	45 minutos
Material	Pintura dactilar de diferentes colores, recipientes de plástico, toallas húmedas, batas para pintar, 4 cartulinas blancas.

Anexo 6. Carta de aceptación de la Institución Educativa



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

"Año de la unidad, la paz y el desarrollo"

Nuevo Chimbote, 16 de mayo de 2023

Señora:
Dr. Asunción Carbajal Valverde
DIRECTORA I.E. N°1678 - RAYITOS DE LUZ

Asunto: Carta de Presentación

De nuestra consideración:

Es grato dirigirme a usted, para presentar al (la) Sr(a). Lilita Rosalina Vasquez Reyes, identificado con DNI N° 32521660 y con código de matrícula N° 7001219229, estudiante del Programa de MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA, quien se encuentra desarrollando el trabajo de investigación (tesis).

**Taller de Mindfulness en el comportamiento de los niños de pre escolar.
Institución Educativa 1678 Rayitos de Luz. Ancash, 2023**

En ese sentido, solicito a su digna persona facilitar el acceso de nuestro(a) estudiante a su institución a fin de que pueda aplicar encuestas y talleres a los alumnos de su institución educativa, así como facilitarle la información pertinente para el respectivo análisis documental que estén relacionados al estudio de investigación.

Sin otro particular, aprovecho la oportunidad para reiterar el testimonio de mi especial consideración, quedo de usted.

Atentamente,



Dr. Andrés Alberto Ruiz Gómez
JEFE DE LA ESCUELA DE POSGRADO
UCV CHIMBOTE

*Recibido
No. Ch. - 23-5-23
[Signature]*

ACEPTADO

Anexo 7. Modelo de consentimiento informado del apoderado

Consentimiento Informado del Apoderado**

Título de la investigación: Taller de Mindfulness en el comportamiento de los niños de pre escolar. Institución Educativa 1678 Rayitos de Luz. Ancash, 2023.

Investigadora: Vásquez Reyes, Liliana Rosalina.

Propósito del estudio

Estamos invitando a su hijo(a) a participar en la investigación titulada “Taller de Mindfulness en el comportamiento de los niños de pre escolar. Institución Educativa 1678 Rayitos de Luz. Ancash, 2023”, cuyo objetivo es determinar el efecto del taller de mindfulness en el comportamiento agresivo en niños de 4 años en la I.E.I N°1678 “RAYITOS DE LUZ” Nuevo Chimbote, 2023. Esta investigación es desarrollada por estudiantes de postgrado del programa de Maestría en Psicología Educativa de, de la Universidad César Vallejo del campus Chimbote, aprobado por la autoridad correspondiente de la Universidad y con el permiso de la institución Educativa 1678 Rayitos de Luz. Ancash.

La investigación busca responder la pregunta: ¿Cuál es el efecto de la aplicación del taller de Mindfulness en el comportamiento agresivo de los niños de pre escolar I.E.I N° 1678 “RAYITOS DE LUZ” Nuevo Chimbote, 2023?

Procedimiento

Si usted acepta que su hijo participe y su hijo decide participar en esta investigación:

1. El docente realizará algunas observaciones sobre el comportamiento de su menor hijo dentro del aula, con el fin de resolver algunas preguntas sobre la investigación: “Taller de Mindfulness en el comportamiento de los niños de pre escolar. Institución Educativa 1678 Rayitos de Luz. Ancash, 2023”.
2. Se realizarán 7 talleres de Mindfulness en un ambiente de la Institución Educativa 1678 Rayitos de Luz.

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

Su hijo puede hacer todas las preguntas para aclarar sus dudas antes de decidir si desea participar o no, y su decisión será respetada. Posterior a que su hijo haya aceptado participar puede dejar de participar sin ningún problema.

* * Obligatorio hasta menores de 18 años, consentimiento informado cuando es firmado por el padre o madre. Si fuese otro tipo de apoderado sería consentimiento por sustitución.

Riesgo (principio de No maleficencia):

La participación de su hijo en la investigación NO existirá riesgo o daño en la investigación. Sin embargo, en el caso que existan preguntas que le puedan generar incomodidad a su hijo tiene la libertad de responderlas o no.

Beneficios (principio de beneficencia):

Los resultados de la investigación se le alcanzará a la institución al término de la investigación. No recibirá ningún beneficio económico ni de ninguna otra índole. El estudio no va a aportar a la salud individual de la persona, sin embargo, los resultados del estudio podrán convertirse en beneficio de la salud pública.

Confidencialidad (principio de justicia):

Los datos recolectados de la investigación deben ser anónimos y no tener ninguna forma de identificar al participante. Garantizamos que la información recogida en la encuesta o entrevista a su hijo es totalmente Confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de la investigación. Los datos permanecerán bajo custodia del investigador principal y pasado un tiempo determinado serán eliminados convenientemente.

Problemas o preguntas:

Si tiene preguntas sobre la investigación puede contactar con el Investigadora: Vásquez Reyes, Liliana Rosalina al email: lvasquez32@ucvvirtual.edu.pe y Docente asesor Castañeda Sánchez, Willy Alex al email: wacastanedas@ucvvirtual.edu.pe

Consentimiento

Después de haber leído los propósitos de la investigación autorizo que mi menor hijo participe en la investigación.

Nombre y apellidos:

Karina Heredia Asencios.

Fecha y hora:

Lunes, 12 de junio de 2023.



Consentimiento Informado del Apoderado**

Título de la investigación: Taller de Mindfulness en el comportamiento de los niños de pre escolar. Institución Educativa 1678 Rayitos de Luz. Ancash, 2023.

Investigadora: Vásquez Reyes, Liliana Rosalina.

Propósito del estudio

Estamos invitando a su hijo(a) a participar en la investigación titulada “Taller de Mindfulness en el comportamiento de los niños de pre escolar. Institución Educativa 1678 Rayitos de Luz. Ancash, 2023”, cuyo objetivo es determinar el efecto del taller de mindfulness en el comportamiento agresivo en niños de 4 años en la I.E.I N°1678 “RAYITOS DE LUZ” Nuevo Chimbote, 2023. Esta investigación es desarrollada por estudiantes de postgrado del programa de Maestría en Psicología Educativa de, de la Universidad César Vallejo del campus Chimbote, aprobado por la autoridad correspondiente de la Universidad y con el permiso de la institución Educativa 1678 Rayitos de Luz. Ancash.

La investigación busca responder la pregunta: ¿Cuál es el efecto de la aplicación del taller de Mindfulness en el comportamiento agresivo de los niños de pre escolar I.E.I N° 1678 “RAYITOS DE LUZ” Nuevo Chimbote, 2023?

Procedimiento

Si usted acepta que su hijo participe y su hijo decide participar en esta investigación:

1. El docente realizará algunas observaciones sobre el comportamiento de su menor hijo dentro del aula, con el fin de resolver algunas preguntas sobre la investigación: “Taller de Mindfulness en el comportamiento de los niños de pre escolar. Institución Educativa 1678 Rayitos de Luz. Ancash, 2023”.
2. Se realizarán 7 talleres de Mindfulness en un ambiente de la Institución Educativa 1678 Rayitos de Luz.

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

Su hijo puede hacer todas las preguntas para aclarar sus dudas antes de decidir si desea participar o no, y su decisión será respetada. Posterior a que su hijo haya aceptado participar puede dejar de participar sin ningún problema.

Riesgo (principio de No maleficencia):

* * Obligatorio hasta menores de 18 años, consentimiento informado cuando es firmado por el padre o madre. Si fuese otro tipo de apoderado sería consentimiento por sustitución.

La participación de su hijo en la investigación NO existirá riesgo o daño en la investigación. Sin embargo, en el caso que existan preguntas que le puedan generar incomodidad a su hijo tiene la libertad de responderlas o no.

Beneficios (principio de beneficencia):

Los resultados de la investigación se le alcanzará a la institución al término de la investigación. No recibirá ningún beneficio económico ni de ninguna otra índole. El estudio no va a aportar a la salud individual de la persona, sin embargo, los resultados del estudio podrán convertirse en beneficio de la salud pública.

Confidencialidad (principio de justicia):

Los datos recolectados de la investigación deben ser anónimos y no tener ninguna forma de identificar al participante. Garantizamos que la información recogida en la encuesta o entrevista a su hijo es totalmente Confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de la investigación. Los datos permanecerán bajo custodia del investigador principal y pasado un tiempo determinado serán eliminados convenientemente.

Problemas o preguntas:

Si tiene preguntas sobre la investigación puede contactar con el Investigadora: Vásquez Reyes, Lilibian Rosalina al email: lvazquez32@ucvvirtual.edu.pe y Docente asesor Castañeda Sánchez, Willy Alex al email: wacastanedas@ucvvirtual.edu.pe

Consentimiento

Después de haber leído los propósitos de la investigación autorizo que mi menor hijo participe en la investigación.

Nombre y apellidos:

Andrea Pulido Castillo

Fecha y hora:

Lunes, 12 de junio de 2023.

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Andrea Pulido Castillo', is written over a rectangular box. The signature is stylized and somewhat abstract.

Anexo 8: Base de datos prueba piloto

Sujeto	I1	I2	I3	I4	I5	I6	I7	I8	I9	I10	I11	I12	I13	I14	I15	I16	I17	I18
1	2	1	3	2	3	2	1	1	3	1	3	1	1	3	1	2	2	2
2	1	3	3	3	1	3	2	1	3	2	2	1	2	3	1	2	1	3
3	1	1	3	1	3	2	1	3	3	3	1	3	1	2	2	2	1	2
4	2	3	1	1	1	1	3	3	2	2	2	1	2	3	1	3	3	3
5	1	1	3	2	2	2	1	3	1	3	2	3	1	2	3	3	3	1
6	1	1	1	2	1	2	3	2	3	3	1	2	1	3	3	2	1	1
7	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	2
8	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	2	1	2	1	1	2	1
9	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	1	2
10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	3	1	2	3
11	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	3	2	2	1	3	2
12	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	3	2	1	1	2	3	1	3
13	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	1	2	1	3
14	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	3	2	1	1	3
15	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	2
16	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	2	3
17	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	1	1	1	2	1
18	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	3	1	3	2	1	1
19	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	1	1	1	1	3	1
20	2	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	1	2	3	3	2

Anexo 9: Base de datos de aplicación (Pre test)

SUJETO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	Violencia Directa (Pre test)	Violencia Indirecta (Pre test)	Conductas agresivas (Pre test)
1	1	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	Moderada	Moderada	Moderada
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	Moderada	Moderada	Moderada
3	1	1	2	1	1	2	2	2	2	1	1	2	2	1	1	2	2	2	Moderada	Moderada	Moderada
4	1	1	1	1	2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	1	2	2	2	Moderada	Moderada	Moderada
5	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	2	Moderada	Moderada	Moderada
6	1	2	1	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	1	2	2	1	2	Moderada	Moderada	Moderada
7	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1	2	2	Moderada	Moderada	Moderada
8	1	1	2	2	2	2	1	1	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	Moderada	Moderada	Moderada
9	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	Moderada	Moderada	Moderada
10	2	2	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	3	2	1	1	1	2	Moderada	Baja	Moderada
11	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	Baja	Baja	Baja
12	3	3	1	3	1	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	Alta	Moderada	Moderada
13	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	Baja	Baja	Baja
14	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	Baja	Baja	Baja
15	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	Baja	Baja	Baja
16	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	2	Moderada	Baja	Baja
17	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	Baja	Baja	Baja
18	3	3	3	2	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	Moderada	Moderada	Moderada
19	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	1	3	2	3	Alta	Alta	Alta
20	1	1	2	2	2	3	2	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	Moderada	Moderada	Moderada
21	2	1	2	2	2	1	2	1	2	1	1	1	1	3	3	2	2	2	Moderada	Moderada	Moderada

22	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	Alta	Alta	Alta
23	2	3	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	Moderada	Moderada	Moderada
24	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	1	2	1	2	2	2	2	Moderada	Moderada	Moderada
25	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	Baja	Baja	Baja
26	2	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	2	1	2	Moderada	Baja	Moderada
27	2	1	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	1	1	Moderada	Moderada	Moderada
28	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	Alta	Alta	Alta
29	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	Alta	Moderada	Alta
30	3	2	2	1	2	1	1	1	1	2	1	2	2	2	2	1	2	2	Moderada	Moderada	Moderada
31	1	2	1	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	2	2	1	1	2	Moderada	Moderada	Moderada
32	1	1	1	2	1	1	3	2	1	3	1	2	2	2	1	2	2	2	Moderada	Moderada	Moderada
33	3	1	1	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	Moderada	Baja	Moderada
34	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	Moderada	Moderada	Moderada
35	2	3	3	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	Moderada	Alta	Moderada
36	1	2	2	1	1	2	1	2	1	2	1	1	2	1	1	1	2	2	Moderada	Moderada	Moderada
37	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	Moderada	Moderada	Moderada
38	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	Moderada	Moderada	Moderada
39	1	1	2	2	1	1	2	2	2	1	1	2	2	2	1	2	1	2	Moderada	Moderada	Moderada
40	1	1	2	2	2	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	Moderada	Moderada	Moderada
41	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	Baja	Baja	Baja
42	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	Baja	Baja	Baja
43	2	1	2	2	2	1	2	3	1	3	2	2	2	2	2	2	3	3	Moderada	Alta	Moderada
44	2	1	2	2	2	1	2	3	1	3	2	3	3	2	2	2	3	3	Moderada	Alta	Moderada
45	2	1	2	2	2	1	2	3	1	3	2	3	3	2	2	2	3	3	Moderada	Alta	Moderada
46	2	1	2	2	2	1	2	3	1	1	1	2	2	2	2	2	1	2	Moderada	Alta	Moderada
47	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	Moderada	Baja	Baja
48	1	1	1	1	1	1	3	1	3	1	1	1	1	1	2	3	3	1	Moderada	Baja	Moderada

49	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	Moderada	Baja	Baja
50	2	1	2	2	2	1	2	3	1	1	1	2	1	2	2	2	1	2	Moderada	Alta	Moderada
51	2	1	2	2	2	1	2	3	1	1	1	2	1	2	2	2	1	2	Moderada	Alta	Moderada
52	1	1	2	1	2	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1	Baja	Moderada	Moderada
53	1	1	2	1	2	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1	Baja	Moderada	Moderada
54	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	1	2	1	1	1	2	1	1	Moderada	Moderada	Moderada
55	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	1	2	1	1	1	2	1	1	Moderada	Moderada	Moderada
56	1	1	2	1	2	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	Baja	Moderada	Moderada
57	1	1	2	1	2	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1	Baja	Moderada	Moderada
58	1	1	2	1	2	1	2	1	1	2	1	2	1	1	2	2	1	1	Moderada	Moderada	Moderada
59	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	Baja	Baja	Baja

Anexo 7: Base de datos de aplicación (Post test)

SUJETO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	Violencia Directa (Post test)	Violencia Indirecta (Post test)	Conductas agresivas (Post test)
1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	Baja	Baja	Baja
2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	Baja	Baja	Baja
3	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	Baja	Baja	Baja
4	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	Baja	Baja	Baja
5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	Baja	Baja	Baja
6	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	Baja	Baja	Baja
7	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	Baja	Baja	Baja
8	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	Baja	Baja	Baja
9	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	Moderada	Baja	Moderada
10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	Baja	Baja	Baja
11	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	Baja	Baja	Baja
12	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	Baja	Baja	Baja
13	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	Baja	Baja	Baja
14	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	Baja	Baja	Baja
15	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	Baja	Baja	Baja
16	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	Baja	Baja	Baja
17	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	Baja	Baja	Baja
18	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	Baja	Baja	Baja
19	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	Baja	Baja	Baja
20	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	Baja	Baja	Baja
21	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	Baja	Baja	Baja

22	3	2	1	3	1	1	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1	3	1	Moderada	Baja	Moderada
23	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	Baja	Baja	Baja
24	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	Baja	Baja	Baja
25	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	Baja	Baja	Baja
26	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	Baja	Baja	Baja
27	1	2	3	1	1	1	1	1	1	2	1	3	1	1	1	1	2	2	Moderada	Moderada	Moderada
28	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	Moderada	Baja	Baja
29	1	2	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	1	2	2	Moderada	Baja	Moderada
30	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	Moderada	Baja	Baja
31	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	Baja	Baja	Baja
32	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	Baja	Baja	Baja
33	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	Baja	Baja	Baja
34	2	2	2	2	1	1	2	1	2	2	1	2	1	2	1	1	1	1	Moderada	Moderada	Moderada
35	1	2	2	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	Baja	Baja	Baja
36	1	1	1	1	2	1	2	2	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	Moderada	Moderada	Moderada
37	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	Baja	Baja	Baja
38	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	Baja	Baja	Baja
39	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	Baja	Baja	Baja
40	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	Baja	Baja	Baja
41	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	Baja	Baja	Baja
42	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	Baja	Baja	Baja
43	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	Baja	Baja	Baja
44	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	Baja	Baja	Baja
45	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	Baja	Baja	Baja
46	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	Baja	Baja	Baja
47	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	Baja	Baja	Baja
48	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	Baja	Baja	Baja

49	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	Baja	Baja	Baja
50	1	1	1	1	1	1	3	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	Baja	Baja	Baja
51	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	Baja	Baja	Baja
52	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	Baja	Baja	Baja
53	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	Baja	Baja	Baja
54	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	Baja	Baja	Baja
55	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	1	Moderada	Baja	Moderada
56	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	Baja	Baja	Baja
57	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	Baja	Baja	Baja
58	1	2	1	1	1	3	3	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	Moderada	Baja	Moderada
59	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	Baja	Baja	Baja

Anexo 9. Fotografías





