



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

Efecto de un programa de habilidades sociales en la conducta  
agresiva de los estudiantes del 6to grado de primaria de la I.E.P.I.

N°0032 – Morales, 2019

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

Licenciada en Psicología

**AUTORA:**

Silva Angulo, Doris Berazzir (ORCID: 0000-0001-5134-3570)

**ASESOR:**

Mg. Carranza Esteban, Renzo Felipe (ORCID: 0000-0002-8555-8606)

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Violencia

TARAPOTO – PERÚ

2020

## **Dedicatoria**

Dedico este trabajo de investigación a mi amado Dios y a mi maravillosa familia; sin la ayuda de ellos, nada de esto sería posible.

## Agradecimiento

Mi gratitud a Dios, por brindarme la vida y salud para realizar este trabajo de investigación; a mi padre, por su ejemplo de constancia, optimismo y buen humor; a mi madre, por sus ganas de salir adelante y por su ejemplo de trabajo arduo. A mis hermanos, por su amor y aliento, y a todos aquellos que de alguna manera me alentaron en todo este proceso.

## Índice de contenidos

Carátula .....	i
Dedicatoria.....	ii
Agradecimiento.....	iii
Índice de contenidos.....	iv
Índice de tablas .....	v
Índice de abreviaturas .....	vi
Resumen .....	vii
Abstract.....	viii
I. INTRODUCCIÓN .....	1
I. MARCO TEÓRICO .....	4
III. METODOLOGÍA .....	14
3.1. Tipo y diseño de Investigación .....	14
3.2. Operacionalización de variables .....	14
3.3. Población, muestra, muestreo, unidad de análisis .....	15
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos .....	16
3.5. Procedimiento .....	18
3.6. Métodos de análisis de datos .....	18
3.7. Aspectos éticos.....	19
IV: RESULTADOS .....	20
V. DISCUSIÓN .....	26
VI. CONCLUSIONES .....	28
VII. RECOMENDACIONES.....	29
REFERENCIAS .....	30
ANEXOS.....	35

## Índice de tablas

Tabla 1	Validez por juicio de expertos .....	17
Tabla 2.	Análisis Sociodemográfico de los estudiantes del 6to grado “D” de la I.E.P.I. N°0032. ....	20
Tabla 3.	Distribución de los niveles de Agresividad en estudiantes del sexto grado de la I.E.P.I. N°0032, Morales (pre- postest).....	20
Tabla 4.	Distribución de los niveles de agresividad por dimensiones (pre, post – test).....	21
Tabla 5.	Resultados de la prueba de normalidad .....	22
Tabla 6.	Resultados de comparación de medias pre y postest de la dimensión de agresividad física .....	23
Tabla 7.	Resultados de comparación de medias pre y postest de la dimensión de agresividad verbal .....	23
Tabla 8.	Resultados de comparación de medias pre y postest de la dimensión de ira.....	24
Tabla 9.	Resultados de comparación de medias pre y postest de la dimensión de hostilidad. ....	24
Tabla 10	Resultados de la comparación de medias pre y postest de la variable Agresividad.....	25

## Índice de abreviaturas

MINEDU: Ministerio de Educación .....	1
UNESCO: Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura.....	1
DRESAM: Dirección Regional de San Martín.....	1
I.E.P.I: Institución Educativa Público Integral.....	2
CONCYTEC: Consejo Nacional de Ciencia, Tecnología e Innovación Tecnológica.....	14

## Resumen

La presente investigación tuvo como objetivo determinar el efecto de un programa de habilidades sociales en la conducta agresiva de los estudiantes del 6to grado de primaria de la institución educativa pública integral N°0032, Morales. El diseño que se empleó en esta investigación fue experimental, de tipo pre experimental, con la aplicación de un pre test y post test a un mismo grupo de estudio. La población estuvo conformada por 113 estudiantes del sexto grado de primaria de la I.E.P.I. N°0032, quedando la muestra conformada por 33 estudiantes del sexto grado D, elegida por conveniencia de la investigadora. Los datos se recolectaron a través del cuestionario de agresión de Buss y Perry, adaptado por Matalinares et al. (2012). Los resultados obtenidos se analizaron mediante la prueba t de student en el paquete estadístico SPSS V. 20, donde se evidenció que el programa "Potenciando mis habilidades" disminuyó significativamente la conducta agresiva de los estudiantes ( $t = 11.407$ ,  $gl = 32$ ,  $p = .000$ ), con lo cual se evidencia que mientras más habilidades sociales desarrolle una persona, presentará menos conductas agresivas.

**Palabras clave:** Habilidades sociales, conducta agresiva, estudiantes de sexto grado de primaria.

## Abstract

The purpose of this research was to determine the effect of a social skills program on the aggressive behavior of 6<sup>th</sup> grade elementary students of the integral public educational institution N°0032, Morales. The design used in this research was experimental, of a pre-experimental type, with the application of a pre test and post test to the same study group. The population was made up of 113 students of the sixth grade of the I.E.P.I. N°0032, leaving the sample made up of 33 students of sixth grade D, chosen for the convenience of the researcher. Data were collected through the Buss and Perry aggression questionnaire, adapted by Matalinares et al. (2012). The results obtained were analyzed using T – Student in the statistical package SPSS V.20, where it was shown that the “Boosting my skills” program significantly reduced the aggressive behavior of the students ( $t = 11.407$ ,  $gl = 32$ ,  $p = .000$ ), which shows that the more social skills a person develops, the less aggressive.

**Keywords:** Social skills, aggressive behavior, sixth grade students.



## I. INTRODUCCIÓN

Actualmente existe una gran preocupación a nivel nacional y local, acerca de las elevadas cifras de agresividad entre los niños y adolescentes pertenecientes a instituciones educativas. Según el informe del Ministerio de Educación (2019) (MINEDU en adelante) de setiembre de 2013 a mayo de 2019, a nivel nacional, se han reportado 29,527 casos de violencia escolar. Asimismo, se estima que, el 53% de violencia escolar se presenta entre escolares, el 83% de casos tienen lugar en Instituciones Públicas, y el 54% ocurre en el nivel secundario.

De acuerdo a la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) (2019) la violencia en el contexto escolar es una realidad que vulnera los derechos de los niños y adolescentes. Por su parte, el Plan Internacional indica que aproximadamente 246 millones de niños y adolescentes llegarían a ser un grupo vulnerable ante la violencia tanto dentro como fuera de sus escuelas.

La Dirección Regional de San Martín (DRESAM) (2018) sostiene que, en la Región San Martín, entre el año 2013 y 2018 se han reportado 728 casos de violencia escolar, indicador que nos ubica en el 8vo lugar a nivel nacional; 164 casos de bullying, obteniendo así el 5to puesto a nivel nacional; y 137 casos de violencia sexual, colocándonos en el 4to lugar a nivel nacional.

MINEDU (2017) sostiene que es importante que tanto niños como adolescentes se desarrollen en ambientes apropiados, libres de violencia; sin embargo, la realidad en el Perú demuestra lo contrario, ya que con el pasar del tiempo, la violencia ha ido en aumento, al punto de convertirse en un problema cotidiano. Por tal motivo es necesario proponer estrategias que la contrarresten; ya sea mediante programas de protección y apoyo a las víctimas de maltrato, como también programas de prevención y erradicación, para lograr que de esa manera se rompa el círculo de violencia.

Observando lo alarmante que se muestran las cifras de agresividad en los estudiantes, es relevante pensar en cuanto a los factores desencadenantes; entre

ellos, se puede destacar la inadecuada expresión de sentimientos, necesidades y opiniones; la falta de tolerancia y de empatía; el inadecuado control de la ira, entre otros; todo lo cual se encuentra estrechamente relacionado con las habilidades sociales.

Roca (2014) refiriéndose a las habilidades sociales, sostiene que, éstas son un cúmulo de comportamientos, pensamientos y emociones, las cuales, contribuyen en el mantenimiento de adecuadas relaciones interpersonales, logrando el respeto de los demás hacia nuestros derechos y consecución de nuestros objetivos.

Padrón y Alumno (2016) mencionan que se hace necesario potenciar las habilidades sociales en los escolares primarios, a fin de propiciar una convivencia saludable, lo cual preparará a los escolares para asumir futuras responsabilidades en la sociedad.

Por lo anteriormente expuesto más la observación concienzuda del comportamiento de los estudiantes del último grado de primaria, en horas de recreación, horas académicas, como también en las actividades institucionales y de acuerdo al informe recibido del departamento psicológico y de la dirección de la Institución Educativa Público Integral (I.E.P.I.) N° 0032 del distrito de Morales; herramientas que han permitido evidenciar el comportamiento agresivo de los alumnos en mención, se ha considerado acertado abordar un programa de habilidades sociales, confiando en el impacto positivo que éste podría generar en la conducta agresiva de estos estudiantes.

Por ende, en esta investigación se plantea el siguiente problema: ¿Cuál es el efecto de un programa de habilidades sociales en la conducta agresiva de los estudiantes del 6to grado de primaria de la I.E.P.I. N° 0032, Morales, 2019?

Seguidamente, se procede a justificar el estudio. Es así, que esta investigación se justifica de modo **teórico**, puesto que tuvo el propósito de proporcionar información relevante concerniente a dos variables: habilidades sociales y agresividad, para lo cual se expusieron las definiciones, características, teorías y

dimensiones, lo cual servirá de aporte al campo de investigación científica, al mismo tiempo que puede servir como referente para futuros trabajos de investigación. Asimismo, este trabajo de investigación, se justifica a modo **práctico** porque pretendió potenciar las habilidades sociales de los alumnos de 6to grado de primaria, con la finalidad de generar respuestas adecuadas frente a diferentes situaciones, logrando de ese modo disminuir la conducta agresiva. Finalmente, a modo **metodológico**, este trabajo podrá servir como antecedente para futuras investigaciones que intenten probar el efecto que produce un programa de Habilidades Sociales sobre el comportamiento agresivo de los alumnos, para lo cual se pretendió proporcionar datos cuantificables, a fin de darnos una idea de las acciones que se deben llevar a cabo para disminuir los altos índices de agresividad que se vive actualmente en un plano regional, nacional e internacional.

Como **hipótesis general** de estudio tenemos que: El programa de habilidades sociales tiene efecto significativo en la conducta agresiva de los estudiantes del sexto grado de primaria de la institución educativa pública integral N°0032, Morales. Asimismo, las **hipótesis específicas** sostienen que El programa de habilidades sociales tiene efecto significativo en la agresividad física, agresividad verbal, ira y hostilidad de los estudiantes del sexto grado de primaria de la institución educativa pública integral N°0032, Morales.

El **objetivo general** del trabajo de investigación fue determinar el efecto de un programa de habilidades sociales en la conducta agresiva de los estudiantes del 6to grado de primaria de la institución educativa pública integral N°0032, Morales. Asimismo, de acuerdo a los **objetivos específicos**, se pretendió identificar el efecto de un programa de habilidades sociales en la agresividad física, agresividad verbal, ira y hostilidad en estudiantes del sexto grado de primaria de la institución educativa pública integral N°0032, Morales.

## I. MARCO TEÓRICO

A continuación, se procederá a redactar los antecedentes previos, los cuales servirán en el presente trabajo de investigación. En el ámbito internacional, encontramos que Redondo et al. (2015) desarrollaron una investigación, el cual tuvo como objetivo el análisis del efecto comportamental de un programa de habilidades sociales en jóvenes que viven en un estado de vulnerabilidad de una fundación. Concluyendo que, el programa potenció en los jóvenes el incremento de sus habilidades sociales, mejoró la convivencia social, disminuyó las respuestas agresivas y propició la expresión de respuestas asertivas.

Richaud y Mesurado (2016) en su investigación que tuvo como objetivo, el análisis de cuánto varía la prosocialidad y la agresividad, para predecir emociones positivas y la autoeficacia social en niños y niñas. Concluyeron que, así como la empatía, otras emociones positivas y la autoeficacia están asociadas positivamente con la conducta prosocial de las mujeres. En los varones sucede lo mismo con la única diferencia de que la autoeficacia social no se asocia con la conducta prosocial. En lo que respecta a la conducta agresiva, los investigadores encontraron que, tanto la empatía como las emociones positivas (alegría y gratitud), y la serenidad previenen en las mujeres conductas agresivas, en cuanto a los varones únicamente lo hace la serenidad. De este estudio también se concluye que, la empatía y las emociones positivas juegan un rol importante como promotora del comportamiento prosocial e inhibidora de la conducta agresiva.

En lo que respecta a los antecedentes nacionales, Aguilar (2017) en su investigación que consideró como principal objetivo, la determinación del vínculo entre las habilidades sociales y la agresividad impulsiva y premeditada en alumnos de secundaria que vienen de familiar disfuncionales. Donde concluye que mientras más habilidades sociales desarrollen los estudiantes, tendrán menos disposición para demostrar una conducta agresiva premeditada e impulsiva, lo cual demuestra una correlación significativa entre conductas agresivas y habilidades sociales.

Aponte (2017) desarrolló un estudio, que tuvo como objetivo central, la determinación de cuánto influye un taller llamado “control de mis emociones” en el nivel de agresividad en alumnos de sexto grado de primaria. Con lo cual concluyó que, al aplicar el taller, llega a influir de manera significativa en el grado de agresividad de los alumnos del sexto grado de la institución educativa en Lima. Asimismo, se aprecian diferencias significativas en las dimensiones agresividad física, agresividad verbal y agresividad psicológica.

Tovar (2017) realizó una investigación con el objetivo de realizar una evaluación del efecto que tuvo un programa de acción tutorial en los comportamientos agresivos de estudiantes de sexto grado de primaria. Concluyó, que, el mencionado programa de acción tutorial obtuvo efecto significativo al lograr que los estudiantes disminuyeran sus comportamientos agresivos en las cuatro dimensiones de agresividad hostilidad, ira, agresión física y verbal.

Becerra (2018) realizó una investigación con el objetivo de la determinación de la relación entre las habilidades sociales y la agresividad en alumnos de secundaria de los Olivos. Concluyendo que, los estudiantes que presentan una buena habilidad social manifiestan menor agresividad. Asimismo, se identificó que son las mujeres las que tienen mayores habilidades sociales y menor porcentaje de agresividad, caso contrario sucede con los estudiantes del sexo masculino.

Castillo (2016) desarrolló una investigación, con el objetivo de determinar cuánto efecto tuvo un programa de habilidades en la reducción de comportamientos agresivos en estudiantes de segundo año de secundaria. Concluyendo que, el programa fue significativo, teniendo un gran efecto en la reducción del comportamiento agresivo, evidenciado así mediante las comparaciones de puntuaciones de un grupo experimental y otro control ( $t = -2,612$ ;  $< -1,67$ ; con nivel de significancia  $p = 0,001 < p = 0,05$  ( $p > \alpha$ ).

Garriazo (2018) en su estudio que tuvo por objetivo de realizar una propuesta de programa de habilidades sociales en alumnos de sexto grado de primaria en una comunidad de Loreto. Concluyendo que efectivamente, los alumnos de la

institución en mención exhiben un alto nivel de agresividad, manifestado a través de peleas, expresión de groserías, falta de respeto, indisciplina, irresponsabilidad y bajo rendimiento académico. Por tal razón, elabora una propuesta de programa de habilidades sociales, recomendando su aplicación, basándose en estudios realizados por Mayer y Salovey, quienes encuentran una relación existente entre habilidades sociales y agresividad.

Jayo (2018) en su investigación, que tuvo como objetivo la determinación del efecto de un programa de habilidades sociales en la agresividad de alumnos de primaria. Concluyó que el programa en mención, resultó significativo sobre la agresividad en general y en cada uno de sus componentes (agresividad física, agresividad verbal, ira y hostilidad) en alumnos de educación primaria y pública.

Ramos (2016) en su trabajo de investigación, se centró en el objetivo de conocer el efecto de un programa conductual-cognitivo para la prevención y sustitución de la violencia gracias a la promoción de las habilidades sociales, la educación moral y autocontrol de las emociones. Concluyó que, si las habilidades sociales y los niveles de autocontrol son elevadas entonces, la impulsividad y las conductas agresivas son menores.

De otro lado, en cuanto a los antecedentes locales, encontramos que Palacios y Segura (2016) realizaron una investigación, con el objetivo de la demostración del efecto que posee un programa de entrenamiento en habilidades sociales llamado SEPAL sobre agresores sexuales. Concluyó que el Programa promovió a incrementar significativamente el nivel de habilidades sociales de los internos ( $p < 0.05$ ), al igual que con cada una de sus dimensiones.

Arévalo (2017) realizó un estudio, para establecer la relación entre las habilidades sociales y el comportamiento agresivo en alumnos de segundo de secundaria en Tarapoto. Los hallazgos demuestran que hay una relación significativa entre las habilidades sociales y conducta agresiva.

Luego de haber mencionado los antecedentes de investigación, es posible reconocer que hay una vinculación entre las dos variables y sobre todo experiencia en la aplicación de un programa de habilidades sociales sobre la mejora de la conducta, la cual es necesaria comprobar en el presente estudio en la población seleccionada. Ahora se procede a mencionar el sustento de las variables que abordan el tema, que son la base del presente estudio.

En cuanto a las **habilidades sociales**, Roca (2014) sustenta que las habilidades sociales consisten en un cúmulo de conductas, pensamientos y emociones, las cuales facilitan la comunicación eficaz con los demás, propiciando relaciones sociales favorables, sensación de bienestar y la obtención de nuestros objetivos trazados. Asimismo, indica que la mayoría de nuestros problemas se encuentran estrechamente conectados con nuestras relaciones interpersonales.

Goldstein (como se citó en Becerra, 2018) sostiene que, las habilidades sociales pueden ser básicas o avanzadas y que éstas suponen un grupo de respuestas de tipo verbal y no verbal, las cuales propician conexiones interpersonales y favorecen la resolución de conflictos.

Por su parte, Caballo (como se citó en Escales y Pujantell, 2014) refiere tres componentes de las habilidades sociales: 1) **Conductuales**; que a su vez se dividen en: Comunicación no verbal. Tiene que ver con la expresión del rostro, como los aspectos de tocarse la nariz, los gestos, la forma en que se mira, el tocarse el cabello, la proximidad, la orientación, la postura y el aspecto físico. Comunicación paralingüística. Relacionado con el tono de voz, el volumen, cuándo claro es uno, las perturbaciones e inflexiones en el habla. Comunicación verbal. Incluye la persistencia, la generalidad, la formalidad, la variabilidad, el humor y los turnos de hablar. 2) **Cognitivos**; los cuales se subdividen en: la percepción del entorno comunicativo. Formalidad, un buen ambiente seguro y privado, restricciones y percepción de distancia. Y variables cognitivas de ña persona, que incluye las competencias a nivel cognitivo, técnicas de sistematización de ideas, las expectativas, modos de autorregulación, sistemas y

estímulos. 3) **Fisiológicos**; relacionada con la presión sanguínea, sudoración, respiración, frecuencia cardíaca.

Goldstein (como se citó en Escales y Pujantell, 2014) llega a clasificar a las habilidades sociales en: **Iniciación de habilidades sociales**; esto hace referencia a la atención, cómo se comienza y mantiene una charla, realizar preguntas, dar las gracias, el saludo, la presentación propia y ajena. **Habilidades Sociales avanzadas**; cómo solicitar ayuda, seguir y dar instrucciones, saber discutir, y tener la capacidad de convencimiento, estar en compañía. **Habilidades para el control de sentimientos**; lo cual se relaciona con el conocimiento y expresión de los propios sentimientos, la comprensión ajena, poder enfrentar la ira o enojo de otros, la expresión de afectos, manejo de los temores y saber recompensarse a uno mismo por lo que hace. **Habilidades alternativas a la agresión**; lo cual tiene que ver con el saber negociar, la defensa de los derechos, saber responder ante amenazas, ayudar a los otros, evitar pelear, detener una agresión física. **Habilidades para controlar el estrés**; que involucra el presentar y responder quejas, saber manejar la vergüenza, brindar ayuda, contestar al fracaso o persuasión, prepararse para una conversación difícil, el manejo de la presión grupal. **Habilidades de planificación**; relacionada con el elegir realizar una actividad, identificar factores de problemas, fijar metas, recopilar información, tomar decisiones, concentrarse en una tarea.

Escales y Pujantell (2014) sostienen que, esta clase de habilidades, favorecen las relaciones sociales y contribuyen con el fortalecimiento de la autoestima. Es por ello, que el implementar la educación en habilidades sociales desde la educación infantil es muy importante. Asimismo, esto promoverá el fortalecimiento de la capacidad afectiva, una adecuada relación con las demás personas, la obtención de pautas de convivencia, la resolución adecuada de conflictos.

Escales y Pujantel (2014) también indican que una habilidad es una destreza que puede ser aprendida y que si ya se posee se puede perfeccionar. El entrenamiento de uno de los componentes que menciona Caballo, facilitará el entrenamiento de los demás. Asimismo, las etapas de un tratamiento que entrega en habilidades



sociales son: **Definición de los objetivos**; es en esta fase donde se precisan los objetivos juntamente con la forma en que se procederá a trabajar. **Modelado**; el facilitador hace denotar el impacto positivo que generará el entrenamiento en los destinatarios. **Ensayo conductual**; se trata de practicar una y otra vez las conductas deseadas, generalmente se utiliza la técnica del role – playing. **Retroalimentación**; los facilitadores proporcionan una retroalimentación a la población beneficiada a fin de identificar las mejoras a considerar. **Moldeado**; se genera a partir de la retroalimentación y tiene un fin de perfeccionamiento de las habilidades sociales. **Refuerzo**; es importante que conforme los destinatarios vayan alcanzando ciertos logros, se les proporcionen refuerzos de manera inmediata, los cuales pueden ser de índole social o material. **Generalización**; los participantes en el entrenamiento tendrán que aplicar lo que vayan aprendiendo en diferentes contextos, a fin de que se vayan consolidando las habilidades sociales que se hayan estado trabajando.

Por otro lado, en cuanto a la **Agresividad**, Buss (como se citó en Arévalo, 2017) refiere que la agresividad es el comportamiento violento dirigido hacia otras personas o hacia el ambiente y puede ser expresada en dos niveles: uno físico y otro verbal. Asimismo, indica que para generar un comportamiento agresivo existe una predisposición individual que induce a actuar frente a situaciones problemáticas o no.

Andreu (como se citó en Aguilar, 2017) clasifica la agresividad de la siguiente manera: **agresividad física**; la cual consiste en la aplicación de una respuesta motora, cuya finalidad es herir a un individuo o parte de su propiedad y **agresividad psicológica**; que tiene como fin ocasionar daño a otra persona mediante la expresión verbal.

Sánchez et al. (2014) aseguran que es preciso considerar que una relación agresiva no necesariamente es la que genera lesiones observables, ya que puede considerarse agresiva si ocasiona un daño emocional, físico o psicológico en la otra persona, puesto que una palabra o mirada es capaz de producir más agresividad de lo que podría hacerlo un puñete.

Roca (2014) señala que dentro las características de una persona agresiva se encuentran que: estas se muestran sinceras, seguras y directas, pero de una forma inapropiada; son de expresar sus emociones y formas de pensar; sin embargo, lo hacen de manera hostil; los problemas o desacuerdos son tomados como una guerra, en la que la única opción es ganar, no hay opción al ceder, ya que, para ellos, es sinónimo de perder; se fían de la violencia para resolver situaciones conflictivas; vulneran los derechos y sentimientos ajenos; no asumen la responsabilidad de las consecuencias de su comportamiento agresivo; justifican su comportamiento agresivo, argumentando que son sinceras al decir y hacer lo que piensan y sienten.

García (2011) menciona que existen 5 tipos de agresividad: **agresividad emocional u hostil**; donde el daño que se ocasiona, generalmente es como respuesta a una agresión previa, la cual está relacionada con el sentido de venganza. **Agresividad instrumental**; la cual se observa cuando el sujeto presenta una conducta a fin de obtener un beneficio. **Agresividad pasiva**; la cual se produce cuando el individuo no realiza la acción que se espera de él, demostrando indiferencia al ignorar a la persona que ha realizado la orden. **Agresión progresiva**; es un tipo de agresión muy poderosa puesto que, no se dirige al individuo que lo ha ocasionado, en cambio, se orienta a otros individuos, objetos o animales. **Agresión sexual**; entendida por aquellos actos sexuales no provocados y que son ilegales.

Buss y Perry (como se citó en Trujillo, 2017) indican que los componentes de la agresividad son: **Agresión física**; esta clase de agresividad se manifiesta por medio de puñetes, patadas, empujones, cualquier forma de maltrato físico, ya sea que se utilice el propio cuerpo o algún objeto generador de lesiones. **Agresión verbal**; se presenta mediante el sarcasmo, burlas, insultos, apodos, amenazas, etc. **Hostilidad**; la cual consiste en la estimación negativa hacia otras personas u objetos. Por último, la **Ira**; descrita como un estado emocional variante, y que es capaz de expresarse mediante el disgusto hasta la expresión de una intensa cólera.

En cuanto a las teorías de la agresividad, encontramos la **teoría Conductual**; Skinner (como se citó en Becerra, 2018) refiere que la agresividad es una conducta que se puede aprender, mantener o eliminar, para lo cual se basa en su teoría de reforzadores y castigos. Él sostiene que, si la agresividad no se refuerza, ésta puede ser eliminada. Él hace mención de dos tipos de reforzadores; el reforzador positivo, cuyo propósito es el de premiar una conducta deseada a fin de que ésta se siga presentando; y el reforzador negativo, que tiene que ver con la supresión de un estímulo no deseado ante una conducta esperada. De otro lado, indica que, lo que disminuye la posibilidad de que un comportamiento sea reiterativo, es el castigo; sin embargo, el castigo podría desarrollar aún más la agresividad en las personas, antes que evitar que una conducta se suprima, al identificarse.

De otro lado, encontramos la **teoría del Aprendizaje Social**; propuesta por Bandura (como se citó en Becerra, 2018) quien sostiene que, el comportamiento humano antes que ser hereditario o genético es el resultado de la observación y de la imitación. De la misma forma, Bandura indica que los seres humanos, por medio de la observación adquieren nuevas formas de comportamiento, las que posteriormente les servirán como guía. De acuerdo a la **perspectiva biológica**; Carrasco y Gonzales (como se citó en Trujillo, 2017) indican que la agresividad se origina muy estrechamente por la disminución de la actividad de algunos neurotransmisores, entre ellos la serotonina, generando así respuestas agresivas en personas y animales. En la teoría de **Frustración – agresión**; Dollard y Miller (como se citó en Becerra, 2018) afirman que la agresividad es una reacción comportamental causada por la frustración que experimenta el individuo al no poder satisfacer sus deseos o necesidades.

Asimismo, nos encontramos con el **factor socio-cultural del individuo**; Guillen (como se citó en Trujillo, 2017) sostiene que, entre los factores más importantes de este ámbito se encuentra la familia. Es así que, en la familia, además de los modelos de reforzamiento, los padres son los principales responsables del comportamiento agresivo de los hijos, según el tipo de disciplina que intentan aplicar. Quedando demostrado que lo que conduce a un comportamiento agresivo

puede ser la actitud de un padre muy flexible y escasamente exigente, como también, la actitud de un padre autoritario, que constantemente desaprueba a sus hijos.

Otro elemento que predispone a la conducta agresiva es la incongruencia generada por los padres, quienes suelen corregir la agresividad de sus hijos haciendo uso de la propia agresión física o de amenaza. La incongruencia de los padres también se ve reflejada cuando una conducta de los hijos a veces se castiga y otras veces se ignora, y también cuando uno de los padres corrige una conducta inadecuada del hijo o hija y el otro no lo hace, sino por el contrario, protege al hijo.

Quintero (como se citó en García, 2011), refiere que las causas que conducen a una conducta agresiva son 4 (factores personales, familiares, escolares y socioculturales). Los **factores personales**; los que a su vez se sub dividen en psicológicos, género y edad, en cuanto a lo primero se desatacan los siguientes: Impulsividad, ya que este es un factor que limita el control de la propia agresividad en las interacciones sociales; sin embargo, el adecuado control de la impulsividad sustituiría una respuesta agresiva por estrategias comunicativas, como por ejemplo: el explicar, convencer y razonar. Empatía, mientras más empatía se desarrolle, habrá menos probabilidades de responder con agresividad, puesto que la empatía consiste en experimentar las mismas emociones que otra persona en una situación determinada. Locus de control, donde aquellos niños con problemas conductuales tienden a culpabilizar a otras personas de su fracaso, estableciendo de ese modo una relación de causa y efecto; es decir, conducta y consecuencias.

En cuanto al sub factor de género, se observa una diferencia marcada en cuanto a la forma en que los chicos y chicas perciben la agresividad. Los primeros tienden a utilizar la agresión física, mientras que las chicas suelen preferir otras formas de agresividad ya sea verbal o indirecta. De acuerdo al sub factor de edades, se destaca que los potenciales agresores son los de mayor edad en comparación con los demás chicos de la escuela.

De acuerdo a los **factores familiares**; encontramos que el sistema familiar debe funcionar como factor de protección y de aprendizaje de habilidades; sin embargo, cuando las relaciones entre sus miembros no son adecuadas, se convierte en un factor de riesgo y esto podría conducir al aprendizaje de respuestas agresivas. Existen tres factores familiares de riesgo; los cuales son: la actitud emocional negativa de los padres, la permisividad y pasividad hacia el comportamiento agresivo de los hijos y la aplicación del castigo físico como método disciplinario.

De otro lado, los **factores escolares**; explican que ciertas características de los centros educativos podrían fomentar la aparición de conductas agresivas; es el caso de aulas pequeñas, sin o con escasos espacios para la recreación, infraestructura deteriorada y poco atractiva. La agresividad puede incrementar si a estos factores se suman la crisis de valores, inadecuada distribución de horarios, espacios, normas de convivencia, etc. Finalmente, en cuanto a los **factores socioculturales**; destacan los medios de comunicación, el estatus económico, el desempleo y el estrés que ello conlleva, el aislamiento social, etc.

### III. METODOLOGÍA

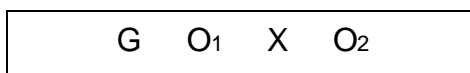
#### 3.1. Tipo y diseño de Investigación

##### Tipo de investigación

El tipo de estudio es aplicada, que según CONCYTEC desde la Ley N° 30806 (2018), son investigaciones que están orientadas, gracias al conocimientos y demás métodos, a solucionar un problemas conocido o una necesidad determinada. En este caso, la solución se plantea mediante un programa para reducir las conductas problemas de agresividad en estudiantes de sexto grado de primaria, conociendo el efecto de dicho programa.

##### Diseño de investigación

El presente estudio, corresponde a un diseño experimental, de tipo pre experimental, puesto que pretendió establecer el efecto de un programa de habilidades sociales en un solo grupo experimental, con estudiantes de sexto grado de primaria. Hernández et al. (2014) sostienen que en una investigación de tipo pre experimental se administra una prueba antes y después de aplicarse un tratamiento, realizando de este modo un seguimiento al grupo.



En dónde:

- G : Grupo de alumnos del sexto grado de primaria
- O<sub>1</sub> : Pre test
- X : Programa de habilidades sociales
- O<sub>2</sub> : Post test

#### 3.2. Operacionalización de variables

Hernández et al. (2014) describe a las variables independientes como los tratamientos o intervenciones que permitirán determinar la influencia de éstas sobre otras variables. Por su parte, las variables dependientes no son

manipulables, sino que éstas sirven para medir el efecto que tiene la variable independiente sobre éstas.

### **Variable independiente**

**X:** Programa de habilidades sociales.

### **Variable dependiente**

**Y:** Conducta agresiva (Ver anexo 2)

## **3.3. Población, muestra, muestreo, unidad de análisis**

### **Población**

Lepkowski (como se citó en Hernández et al., 2014) define a la población o universo como el conjunto de todos aquellos elementos o casos, los cuales poseen características de interés. La población estuvo conformada por la totalidad de 113 alumnos, pertenecientes al sexto grado de educación primaria de la I.E.P.I. N° 0032 del distrito de Morales, quienes a su vez se encontraban distribuidos en cuatro secciones.

### **Criterios de inclusión**

- Alumnos que estén matriculados en el 6to grado “D” de la I.E.P.I. N° 0032.
- Alumnos de ambos sexos.
- Alumnos de nacionalidad peruana.
- Alumnos que estén entre las edades de 11 a 13 años.
- Alumnos asistentes el día programado para la aplicación del cuestionario.

### **Criterios de exclusión**

- Alumnos que no estén matriculados en el 6to grado “D” de la I.E.P.I. N° 0032.
- Alumnos que no tengan nacionalidad peruana.
- Alumnos mayores de 13 años.
- Alumnos que no asistan el día programado para la aplicación del cuestionario.

## **Muestra**

Hernández et. al (2014), refiere que la muestra, se trata de un grupo aparte de elementos definidos por ciertas características, quienes a su vez pertenecen a una población. De la muestra se pretende recolectar datos confiables que representen a toda la población, es por esa razón que debe ser definida con precisión. La muestra estuvo conformada por 33 estudiantes del 6° grado “D” de la mencionada institución, para lo cual se usó criterios de inclusión y exclusión.

## **Muestreo**

El tipo de muestreo que se utilizó en esta investigación fue no probabilístico. Hernández et al. (2014) refieren que la elección de los elementos depende de las características de la investigación y de los propósitos que persigue el investigador; es decir, que, no depende de la aplicación de fórmulas.

**Unidad de análisis:** fueron los estudiantes de sexto grado de primaria de la institución mencionada

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

#### **Técnica**

Como técnica empleada en el presente estudio, se consideró la encuesta, para lo cual, Hernández et al. (2014) sostienen se basa en la aplicación de cuestionarios en contextos específicos; ya sea, mediante entrevistas personales, por correo electrónico, sitios web, en grupo, etc.

#### **Instrumento**

Hernández et al. (2014) indican que el instrumento, es un recurso útil, para registrar datos observables sobre las variables del investigador. En cuanto al instrumento empleado en la presente investigación, tanto para el pre y post test, se vio conveniente aplicar el Cuestionario de Agresividad (AQ).

El Cuestionario de Agresión (AQ) fue creado por Buss y Perry en 1992 y fue adaptado al Perú por Matalinares et al. (2012) considerando una muestra de 3,632 personas, de edades entre los 10 y 19 años, de 1° a 5° de educación



secundaria en entidades públicas del Perú, obteniendo una fiabilidad en la escala total de ( $\alpha = 0,836$ ); asimismo, se evidencia que en su versión al español, el cuestionario que fue adaptado al Perú demuestra validez de constructo. Este cuestionario consta de veintinueve ítems utilizando como alternativas de respuesta CF= Completamente falso para mí, BF= Bastante falso para mí, VF= Ni verdadero, ni falso para mí, BV= Bastante verdadero para mí, CV= Completamente verdadero para mí. Su finalidad, es la medición del grado de agresividad. Los ítems se distribuyen en base a cuatro áreas específicas, las cuales son: la agresividad verbal, física la ira y hostilidad. El tiempo aproximado para la aplicación de esta prueba es de veinte minutos, y la edad de aplicación fluctúa entre los 10 a 19 años.

### Validez

Matalinares et al. (2012) adaptó el cuestionario de Buss y Perry, en relación a la agresividad, y realizó la validez de constructo mediante el análisis factorial exploratorio, el cual, estableció un factor que explica el 60.819% de la varianza total acumulada, demostrando así, que se explica mejor por cuatro dimensiones, en concordancia con el modelo realizado por Arnold Buss. Asimismo, tanto el instrumento como las sesiones del programa se sometieron a distintos tipos de validez (constructo y contenido).

Tabla 1  
Validez por juicio de expertos

Variable	N°	Especialidad	Promedio de validez	Opinión del experto
Variable 1	1	Metodólogo Joel Cruz Tarrillo	5	Existe suficiencia
	2	Psicólogo Mg. Oscar Roberto Reátegui García	5	Existe suficiencia
	3	Psicólogo Mg. Jaime Ríos López	5	Existe suficiencia
Variable 2	1	Metodólogo Joel Cruz Tarrillo	5	Existe suficiencia
	2	Psicólogo Mg. Oscar Roberto Reátegui García	5	Existe suficiencia
	3	Psicólogo Mg. Jaime Ríos López	5	Existe suficiencia

**Nota:** Fuente, elaboración propia.

Se determinó que el programa elaborado estaba acorde a la población beneficiada y que este se ajustaba a los lineamientos establecidos de un programa.

### **Confiabilidad**

El cuestionario como tal, fue adaptado al entorno peruano por Matalinares et al. (2012), presentando una adecuada confiabilidad, en relación a la consistencia interna y validez de constructo, alcanzando un buen nivel en el coeficiente de fiabilidad de modo general o total ( $\alpha = 0.836$ ), y en el caso de las dimensiones, encontramos un coeficiente de fiabilidad menor; siendo en agresión física ( $\alpha = 0,683$ ), agresión verbal ( $\alpha = 0,565$ ), ira ( $\alpha = 0,552$ ) y hostilidad ( $\alpha = 0,650$ ).

### **3.5. Procedimiento**

A fin de aplicar el programa de habilidades sociales y seleccionar la muestra beneficiada, se requirió el permiso escrito a la entidad educativa. La muestra estuvo comprendida por 33 estudiantes del 6to grado "D", quienes, para afirmar su deseo de participar en el presente programa, firmaron un consentimiento informado. Seguidamente se procedió a la aplicación del pre test y de las 16 sesiones diseñadas para el estudio, el cual, tuvo una duración de 2 meses y medio. Una vez aplicado el programa se procedió a la aplicación de post test y se contrastan los resultados en el programa estadístico SPSS.

### **3.6. Métodos de análisis de datos**

En concordancia con el diseño y objetivo de la presente investigación, el grupo experimental fue evaluado antes y después de la aplicación del programa, esto con el fin de determinar el efecto del mismo. La información conseguida, fue ingresada en el programa estadístico SPSS v.20, para así tener una base de datos de la información, además, en la misma se realizó la prueba de normalidad de Kolmogorov Smirnov debido a que la cantidad de muestra supera los 30 individuos, de la cual se pudo constatar que los datos están normalmente distribuidos, por tanto, se aplica la prueba T de Student, a fin establecer el coeficiente de variación que poseen las medias de la evaluación en ambos momentos y así realizar la comprobación de las hipótesis formuladas.

### **3.7. Aspectos éticos**

Se solicitó una autorización por escrito, la misma que fue emitida por la Escuela Académico Profesional de Psicología de la Universidad César Vallejo, para luego ser presentada a la Institución Educativa Pública Integral N° 0032 del distrito de Morales, a fin de ejecutar las sesiones del presente programa con los estudiantes del sexto grado de primaria. Asimismo, durante todo el proceso que duró el proyecto se garantizó la protección de la integridad de cada uno de los participantes, demostrando confidencialidad con respecto a la información obtenida, es por ello que juntamente con los cuestionarios se adjuntó una ficha de consentimiento informado, la cual fue firmada de manera voluntaria por los participantes.

#### IV: RESULTADOS

En el presente apartado, se muestran los hallazgos, conseguidos en el estudio.

De acuerdo a la tabla 2, se observa que el 60.6% de los participantes en la presente investigación fueron del sexo masculino, mientras que el 39.4% fueron mujeres, prevaleciendo los varones.

Tabla 2.

*Análisis Sociodemográfico de los estudiantes del 6to grado "D" de la I.E.P.I. N°0032.*

		Recuento	% del N de la tabla
<b>Sexo</b>	Masculino	20	60.6%
	Femenino	13	39.4%
	Total	33	100%
<b>Edad</b>	11	17	51.5%
	12	14	42.4%
	13	2	6.1%
	Total	33	100.0%

**Nota:** Fuente, elaboración propia en función a los resultados

En la tabla 3 con respecto al pre test, se observa que el 45.5% de estudiantes tienen un grado de agresividad bajo, y un 54.5% medio a la agresividad general; mientras que en el post test el 78.8% poseen un grado bajo, y el 21.2% alcanza un nivel medio, lo cual denota una reducción de esta conducta.

Tabla 3.

*Distribución de los niveles de Agresividad en estudiantes del sexto grado de la I.E.P.I. N°0032, Morales (pre- posttest).*

		Niveles de Agresividad			
		Pre test		Post test	
		n	%	n	%
Agresividad	Bajo	15	45.5%	26	78.8%
	Medio	18	54.5%	7	21.2%
	Alto	0	0.0%	0	0.0%
	Total	33	100.0%	40	100.0%

**Nota:** Fuente, elaboración propia en función a los resultados

En la tabla 4, de acuerdo al pre test, se observa que, el 63.6% de los encuestados, alcanzaron un nivel bajo en agresividad física. En la aplicación del post test, encontramos un incremento de estudiantes que alcanza el nivel bajo, siendo este el 78.8%. Asimismo, se observa en el pre test que el 78.8% de los alumnos, se ubican en un grado bajo en relación a agresividad verbal. Tras la aplicación del post test, el porcentaje aumenta a un 93.9%.

De acuerdo al pre test, se aprecia que el 27.3% de los alumnos obtiene un nivel bajo en la dimensión ira; se evidencia una notable diferencia luego de aplicarse en post test, ya que el porcentaje asciende a 78.8%. Finalmente, encontramos que el 33.3% de los participantes alcanzan un nivel bajo en hostilidad. Tras aplicarse el post test, notamos un incremento de estudiantes que alcanzan el nivel bajo, siendo este el 75.8%.

Tabla 4.  
*Distribución de los niveles de agresividad por dimensiones (pre, post – test).*

		Niveles de Agresividad			
		Pre test		Post test	
		n	%	n	%
<b>Agresividad Física</b>	Bajo	21	63.6%	26	78.8%
	Medio	12	36.4%	7	21.2%
	Alto	0	0.0%	0	0.0%
	Total	33	100.0%	33	100.0%
<b>Agresividad Verbal</b>	Bajo	26	78.8%	31	93.9%
	Medio	7	21.2%	2	6.1%
	Alto	0	0.0%	0	0.0%
<b>Ira</b>	Bajo	9	27.3%	26	78.8%
	Medio	21	63.6%	7	21.2%
	Alto	3	9.1%	0	0.0%
	Total	33	100.0%	33	100.0%
<b>Hostilidad</b>	Bajo	11	33.3%	25	75.8%
	Medio	20	60.6%	8	24.2%
	Alto	2	6.1%	0	0.0%
	Total	33	100.0%	33	100.0%

**Nota:** Fuente, elaboración propia en función a los resultados

Con respecto a la prueba de normalidad, debido a que la cantidad de participantes en la investigación fue mayor a 30, se optó por aplicar la prueba de Kolmogorov Smirnov, tal y como se aprecia en la tabla 5, Asimismo, se encontró en la prueba de normalidad una distribución normal, es así, que se utilizó la prueba T de student.

Tabla 5.  
*Resultados de la prueba de normalidad*

Dimensiones		Prueba de Kolmogorov - Smirnov			Shapiro Wilk		
		Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
<b>Pre test</b>	Agresividad	.068	33	.200	.972	33	.528
	A. Física	.096	33	.200	.966	33	.372
	A. Verbal	.126	33	.198	.913	33	.011
	Ira	.096	33	.200	.961	33	.273
	Hostilidad	.089	33	.200	.979	33	.740
<b>Post test</b>	Agresividad	.137	33	.123	.937	33	.054
	A. Física	.162	33	.028	.937	33	.057
	A. Verbal	.130	33	.174	.967	33	.408
	Ira	.159	33	.034	.970	33	.489
	Hostilidad	.098	33	.200	.962	33	.288

**Nota:** Fuente, elaboración propia en función a los resultados

### **Análisis de la comparación de medias**

En la tabla 6 se evidencian diferencias significativas ( $t = 3.958$ ,  $gl = 32$ ,  $p = .000$ ) entre los promedios del pre y post test, donde el valor de la media del post test (17.45) fue menor a la del pre test (20.12), quedando demostrado que el programa “Potenciando mis Habilidades” fue efectivo en la disminución de la agresividad física de los participantes. Aceptando así, la primera hipótesis específica de estudio H1: El programa de habilidades sociales tiene efecto significativo en la agresividad física de los estudiantes del sexto grado de primaria de la institución educativa pública integral N°0032, Morales.

Tabla 6.  
*Resultados de comparación de medias pre y postest de la dimensión de agresividad física*

		Media	N	DS	T	gl	p
Agresividad Física	Pretest	20.12	33	5.48155	3.958	32	.000
	Postest	17.45	33	4.72421			

**Nota:** Fuente, elaboración propia en función a los resultados

En la tabla 7 se observan diferencias significativas ( $t = 2.324$ ,  $gl = 32$ ,  $p = .027$ ) entre los promedios del pre y post test, donde el valor de la media del post test (9.12) fue menor a la del pre test (10.18), demostrando que el programa “Potenciando mis Habilidades” fue efectivo en la disminución de la agresividad verbal de los participantes. Se acepta por tanto la segunda hipótesis específica H2: El programa de habilidades sociales tiene efecto significativo en la agresividad verbal de los estudiantes del sexto grado de primaria de la institución educativa pública integral N°0032, Morales.

Tabla 7.  
*Resultados de comparación de medias pre y postest de la dimensión de agresividad verbal*

		Media	N	DS	T	gl	p
Agresividad Verbal	Pretest	10.18	33	3.54837	2.324	32	.027
	Postest	9.12	33	2.36851			

**Nota:** Fuente, elaboración propia en función a los resultados

En la tabla 8 se observan diferencias significativas ( $t = 11.247$ ,  $gl = 32$ ,  $p = .000$ ) entre los promedios del pre y post test, donde el valor de la media del post test (14.33) fue menor a la del pre test (19.18), demostrando que el programa “Potenciando mis Habilidades” fue efectivo en la disminución de la ira de los participantes. Se da por aceptado, la tercera hipótesis específica H3: El programa de habilidades sociales tiene efecto significativo en la ira de los estudiantes del sexto grado de primaria de la institución educativa pública integral N°0032, Morales.

Tabla 8.  
*Resultados de comparación de medias pre y postest de la dimensión de ira*

		Media	N	DS	T	gl	p
Ira	Pretest	19.18	33	4.61962	11.247	32	.000
	Postest	14.33	33	3.46109			

**Nota:** Fuente, elaboración propia en función a los resultados

En la tabla 9 se observan diferencias significativas ( $t = 8.888$ ,  $gl = 32$ ,  $p = .000$ ) entre los promedios del pre y post test, donde el valor de la media del post test (16.00) fue menor a la del pre test (21.18), demostrando que el programa “Potenciando mis Habilidades” fue efectivo en la reducción de la hostilidad de los participantes. Se acepta, la cuarta hipótesis específica de estudio, H4: El programa de habilidades sociales tiene efecto significativo en la hostilidad de los estudiantes del sexto grado de primaria de la institución educativa pública integral N°0032, Morales.

Tabla 9.  
*Resultados de comparación de medias pre y postest de la dimensión de hostilidad.*

		Media	N	DS	T	gl	p
Hostilidad	Pretest	21.18	33	5.37619	8.888	32	.000
	Postest	16.00	33	3.76663			

**Nota:** Fuente, elaboración propia en función a los resultados

Con respecto al objetivo general, en la tabla 10 se observan los resultados obtenidos en la prueba t de student para muestras relacionadas, donde se evidencia que existen diferencias significativas ( $t = 11.407$ ,  $gl = 32$ ,  $p = .000$ ) entre los promedios del pre y post test. Asimismo, el valor de la media del post test (56.90) fue menor a la del pre test (70.66), demostrando así que el Programa “Potenciando mis Habilidades” fue efectivo significativamente en la disminución de la conducta agresiva de los participantes, por tanto, se acepta la hipótesis específica de estudio H1: El programa de Habilidades Sociales tiene efecto significativo en la conducta agresiva de los estudiantes del sexto grado de primaria de la institución educativa pública integral.



Tabla 10

*Resultados de la comparación de medias pre y postest de la variable Agresividad.*

		Media	N	DS	T	gl	p
Agresividad	Pretest	70.66	33	14.92202	11.407	32	.000
	Postest	56.90	33	12.42066			

**Nota:** Fuente, elaboración propia en función a los resultados

## V. DISCUSIÓN

Es necesario potenciar las habilidades sociales en los escolares de educación primaria, ya que esto favorecerá una adecuada convivencia, a la vez que prepara a los escolares para asumir futuras responsabilidades en la sociedad (Padrón & Alum, 2016). Cárcamo (citado en Casallo, 2018) sostiene que, los estudiantes que carecen de habilidades sociales, se colocan a sí mismas en una situación de vulnerabilidad, donde reciben el rechazo y aislamiento de parte de sus compañeros o donde establecen amistades inadecuadas, hacen que se genere un estancamiento o disminución en el crecimiento personal, que la convivencia escolar sea inadecuada y que se fomente la agresividad. En relación a lo mencionado Aguilar (2017) sostiene que mientras más habilidades sociales desarrollen los estudiantes, éstos tendrán menos disposición para demostrar una conducta agresiva premeditada e impulsiva, lo cual demuestra que efectivamente sí existe una correlación significativa entre las variables estudiadas.

En este sentido, el presente trabajo tuvo como objetivo principal determinar el efecto de un programa de habilidades sociales en la conducta agresiva de los estudiantes del 6to grado de primaria de la Institución Educativa Pública Integral N° 0032, Morales. De la misma manera, se ha buscado determinar los efectos en cada una de las dimensiones de la variable agresividad; las cuales son: agresividad física, agresividad verbal, ira y hostilidad. Los resultados revelan que después de aplicar el programa de habilidades sociales "Potenciando mis habilidades", la conducta agresiva de los alumnos disminuyó considerablemente ( $t = 11.407$ ,  $gl = 32$ ,  $p = .000$ ), asimismo, el valor de la media del post test (56.90) fue menor a la del pre test (70.66). Los hallazgos, se asemejan a la información del estudio de Trujillo (2017), quien en su investigación de tipo descriptiva correlacional realizada a adolescentes de 11 a 19 años, obtiene una correlación significativa de tipo inversa entre habilidades sociales y conducta agresiva ( $r=0.118$ ). Lo que demuestra que, a mayores habilidades sociales, los estudiantes manifestarán menores conductas agresivas.

De acuerdo a la dimensión de agresividad física, observamos que el Programa "Potenciando mis habilidades" generó un efecto significativo ( $t = 3.958$ ,  $gl = 32$ ,

$p = .000$ ), del mismo modo observamos que el valor de la media del post test (17.45) fue menor a la del pre test (20.12) lo cual se relaciona con los resultados de Díaz (2017), aplicando el programa “Vivamos en Armonía” notó que los alumnos, redujeron sus puntajes en cuanto a la agresividad en sus tres dimensiones (física, verbal y psicológica). Estos resultados concuerdan con la teoría conductual de Skinner, quien sostiene que la agresividad es una conducta que se puede aprender, mantener o eliminar, él sostiene que, si no se refuerza la agresividad, ésta se elimina.

En cuanto a la dimensión de agresividad verbal, el programa “Potenciando mis Habilidades”, ocasionó un efecto significativo ( $t = 2.324$ ,  $gl = 32$ ,  $p = .027$ ) asimismo, el valor de la media del post test (9.12) fue menor a la del pre test (10.18). Estos hallazgos concuerdan con la investigación de Tovar (2017) quien encontró que el aplicar un programa de acción tutorial a alumnos del 6to grado de primaria, se logró disminuir la agresión verbal de un nivel alto a uno bajo, consiguiendo de esta manera que los estudiantes muestren un carácter menos explosivo, que piensen antes de hablar, que no intimiden a otras personas, eviten levantar la voz para imponer su autoridad, y finalmente, eviten mostrar conductas arrogantes.

Asimismo, en referencia a la dimensión ira, el programa de habilidades sociales causó un efecto significativo ( $t = 11.247$ ,  $gl = 32$ ,  $p = .000$ ) asimismo, el valor de la media del post test (14.33) fue menor a la del pre test (19.18). Estos resultados se relacionan con lo encontrado por Jayo (2018), quien, al aplicar el programa destinado a mejorar las habilidades sociales a estudiantes de primaria de una institución pública, encuentra efectos significativos en el componente de ira.

Finalmente, en cuanto a la dimensión de hostilidad, encontramos que el Programa, resultó en un efecto significativo ( $t = 8.888$ ,  $gl = 32$ ,  $p = .000$ ) asimismo, el valor de la media del post test (16.00) fue menor a la del pre test (21.18). Estos resultados se asemejan a los encontrados por Jayo (2018), quien concluyó que la aplicación del programa, en alumnos de educación primaria pública del AA.HH. J. C. Mariátegui del distrito de S.J.L. Lima, produjo efectos positivos en la conducta hostil de los mismos.

## VI. CONCLUSIONES

- 6.1. La aplicación del programa “Potenciando mis habilidades” logró disminuir significativamente la conducta agresiva de los estudiantes del 6to grado de primaria de la Institución Educativa Público Integral N°0032, Morales, 2019. El pre test evidencia que el 45.5% de los participantes alcanza un nivel de agresividad bajo, mientras que ese porcentaje incrementa a un 78.8% luego de aplicarse el programa y el post test.
- 6.2. La aplicación del programa “Potenciando mis habilidades” disminuyó significativamente la agresividad física de los estudiantes del 6to grado de primaria de la Institución Educativa Público Integral N°0032, Morales, 2019. El pre test evidencia que el 63.6% de la muestra alcanzó un nivel bajo en agresividad física, y tras la aplicación del post test, se incrementa a un 78.8%.
- 6.3. La aplicación del programa “Potenciando mis habilidades” disminuyó de manera significativa la agresividad verbal de los estudiantes del 6to grado de primaria de la Institución Educativa Público Integral N°0032, Morales, 2019. El pre test evidencia que el 78.8% de los participantes se ubica en un nivel bajo en relación a agresividad verbal, tras la aplicación del post test, el porcentaje asciende a un 93.9%.
- 6.4. La aplicación del programa “Potenciando mis habilidades” disminuyó significativamente la ira de los estudiantes del 6to grado de primaria de la Institución Educativa Público Integral N°0032, Morales, 2019. El pre test denota que el 27.3% de los estudiantes obtiene un nivel bajo en cuanto a la ira; sin embargo, tras la aplicación del post test, este porcentaje incrementa a 78.8%.
- 6.5. La aplicación del programa “Potenciando mis habilidades” disminuyó significativamente la hostilidad de los estudiantes del 6to grado de primaria de la Institución Educativa Público Integral N°0032, Morales, 2019. El pre test demuestra que el 33.3% de los participantes alcanzan un nivel bajo en hostilidad, luego de aplicarse el post test, encontramos que el porcentaje asciende a 75.8%.

## **VII. RECOMENDACIONES**

A los padres de familia, se recomienda promover el desarrollo de habilidades sociales en el hogar, puesto que ellos son los principales educadores y su ejemplo como también enseñanzas contribuyen de manera significativa en la conducta agresiva de sus hijos.

A los docentes de la entidad educativa, se recomienda considerar como antecedente la presente investigación, para diseminar el programa “Potenciando mis habilidades” a todos los estudiantes que conforman el plantel educativo.

A las autoridades de la Institución Educativa Público Integral N°0032, se recomienda implementar programas y/o talleres vivenciales donde los estudiantes puedan potenciar sus habilidades sociales y de esta manera contribuir con la disminución de la conducta agresiva.

## REFERENCIAS

- Aguilar, M. (2017). *Habilidades Sociales y agresividad en estudiantes de secundaria procedentes de familias disfuncionales de instituciones educativas emblemáticas del Rímac, 2017*. [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/11233/Aguilar\\_GMJ.pdf?sequence=4&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/11233/Aguilar_GMJ.pdf?sequence=4&isAllowed=y)
- Aponte, W. G. (2017). *Taller “control de mis emociones” para los niveles de agresividad en los estudiantes de sexto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa Almirante Miguel Grau 2066. Ancón. 2017*. [Tesis de Maestría, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/14773/Aponte\\_GWG.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/14773/Aponte_GWG.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Arévalo, S. M. (2017). *Habilidades sociales y conducta agresiva en estudiantes del 2do año de secundaria de la I.E. Santa Rosa – Tarapoto*. [Tesis de Maestría, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/997/arevalo\\_f\\_s.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/997/arevalo_f_s.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Becerra, M. (2018). *Habilidades Sociales y Agresividad en estudiantes de educación secundaria de dos Instituciones Educativas Públicas del distrito Los Olivos, Lima 2018*. [Tesis de Licenciatura. Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/25451/Becerra\\_DM.pdf?sequence=4&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/25451/Becerra_DM.pdf?sequence=4&isAllowed=y)
- Castillo, M. L. (2016). *Programa de habilidades sociales para disminuir la conducta agresiva de los estudiantes del 2do de secundaria de la I.E. 1174 “Virgen del Carmen” – San Juan de Lurigancho, 2015*. [Tesis de Maestría, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/6407/Castillo\\_RML.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/6407/Castillo_RML.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

- Díaz, S. A. (2017). *Programa “Vivamos en Armonía” para reducir la agresividad en los estudiantes del primer grado de educación secundaria de la Institución Educativa San Martín – Lambayeque 2017*. [Tesis de Maestría, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/27960/D%C3%ADaz\\_DSA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/27960/D%C3%ADaz_DSA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Dirección Regional de San Martín. (20 de Noviembre de 2018). *La región San Martín le saca tarjeta roja a la violencia escolar*. <https://web.regionsanmartin.gob.pe/WebApp/Noticias?url=noticia&id=5454>
- Escales, R., & Pujantell, M. (2014). *Habilidades Sociales*. Macmillan Profesional.
- García, M. (2011). *Agresividad y violencia en la escuela*. <https://docplayer.es/11931631-Agresividad-y-violencia-en-la-escuela.html>
- Garriazo, J. E. (2018). *Propuesta de programa de habilidades sociales para disminuir los altos niveles de agresividad en los estudiantes del sexto grado de educación primaria de la Institución Educativa N° 60775 Héctor Isuiza Hidalgo comunidad San Juan de Puritaria Distrito de N*. [Tesis de Maestría, Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo]. Repositorio Institucional de la Universidad Pedro Ruiz Gallo. <https://repositorio.unprg.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12893/6776/BC-TES-TMP-2940%20GARRIAZO%20GARRIAZO.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación* (6ta ed ed.). Mc Graw Hill. [https://periodicooficial.jalisco.gob.mx/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/metodologia\\_de\\_la\\_investigacion\\_-\\_roberto\\_hernandez\\_sampieri.pdf](https://periodicooficial.jalisco.gob.mx/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/metodologia_de_la_investigacion_-_roberto_hernandez_sampieri.pdf)
- Jayo, M. E. (2018). *Efectos del programa de habilidades sociales en la agresividad de estudiantes de educación primaria pública del AA.HH. J.C. Mariátegui del distrito San Juan de Lurigancho. Lima, 2018*. [Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/22728/JAYO\\_AM.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/22728/JAYO_AM.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

- Ley N° 30806. El Peruano, Lima, Perú, 5 de julio de 2018.  
[https://leyes.congreso.gob.pe/Documentos/2016\\_2021/ADLP/Normas\\_Legales/30806-LEY.pdf](https://leyes.congreso.gob.pe/Documentos/2016_2021/ADLP/Normas_Legales/30806-LEY.pdf)
- Matalinares, C., L, Y., Uceda, E., Fernández, A., Huari, T., Campos, G., & Villavicencio, C. (2012). Estudio psicométrico de la versión española del cuestionario de agresión de Buss y Perry. *Revista IIPSI*, 15(1), 147-161.  
<https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/download/3674/2947>
- Ministerio de Educación. (2017). *Escuelas seguras y libres de violencia: Análisis de la información de la plataforma SíseVe*. Ministerio de Educación.  
<http://disde.minedu.gob.pe/bitstream/handle/20.500.12799/6044/Escuelas%20seguras%20y%20libres%20de%20violencia%20an%C3%A1lisis%20de%20la%20informaci%C3%B3n%20de%20la%20plataforma%20SISEVE.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Ministerio de Educación. (2019). *Estadísticas sobre violencia escolar en el Perú*.  
<http://www.siseve.pe/Web/>
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. (2019). *Acoso y violencia escolar*. <https://es.unesco.org/themes/acoso-violencia-escolar>
- Padrón, Y., & Alum, N. E. (2016). Desarrollo de habilidades sociales en el contexto educativo comunitario Sergio y Luis Saíz en Pinar del Río. *Avances*, 18(4), 315-324. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6210107>
- Palacios, A., & Segura, D. (2016). *Efecto de un programa de entrenamiento sobre Habilidades Sociales –SEPAL en agresores sexuales del Establecimiento Penitenciario Pampas de Sananguillo – San Martín, 2016*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Peruana Unión]. Repositorio Institucional de la Universidad Peruana Unión.  
[https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/579/Aranza\\_Tesis\\_bachiller\\_2016.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/579/Aranza_Tesis_bachiller_2016.pdf?sequence=1&isAllowed=y)



- Ramos, M. (2016). *Efectos de un programa conductual-cognitivo de prevención y sustitución de la violencia en adolescentes en situación de riesgo, Lurín*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú. [https://www.academia.edu/29983437/UNIVERSIDAD\\_AUT%C3%93NOMA\\_DEL\\_PER%C3%9A\\_FACULTAD\\_DE\\_HUMANIDADES\\_ESCUELA\\_PROFESIONAL\\_DE\\_PSICOLOG%C3%8DA\\_EFECTOS\\_DE\\_UN\\_PROGRAMA\\_CONDUCTUAL\\_COGNITIVO\\_DE\\_PREVENCION\\_Y\\_SUSTITUCION\\_DE\\_LA\\_VIOLENCIA\\_EN\\_Tesis\\_para\\_optar\\_](https://www.academia.edu/29983437/UNIVERSIDAD_AUT%C3%93NOMA_DEL_PER%C3%9A_FACULTAD_DE_HUMANIDADES_ESCUELA_PROFESIONAL_DE_PSICOLOG%C3%8DA_EFECTOS_DE_UN_PROGRAMA_CONDUCTUAL_COGNITIVO_DE_PREVENCION_Y_SUSTITUCION_DE_LA_VIOLENCIA_EN_Tesis_para_optar_)
- Redondo, J., Parra, J., & Luzardo, M. (2015). Efectos comportamentales de un programa de habilidades sociales en jóvenes de 14 a 18 años en situación de vulnerabilidad. *Pensando Psicología*, 11(18), 45-48. <http://dx.doi.org/10.16925/pe.v11i18.1003>
- Richaud, M. C., & Mesurado, B. (2016). Las emociones positivas y la empatía como promotores de las conductas prosociales e inhibidores de las conductas agresivas. *Acción Psicológica*, 13(2), 31-42. <http://dx.doi.org/10.5944/ap.13.2.17808>
- Roca, E. (2014). *Cómo mejorar tus habilidades sociales*. Editorial ACDE. <https://www.cop.es/colegiados/PV00520/pdf/Habilidades%20sociales-Dale%20una%20mirada.pdf>
- Sánchez, X., D, R., E, B., F, C., & Vieta, E. B. (2014). *¿Somos una especie violenta? La violencia humana explicada desde la biología y la psicopatología*. Universidad de Barcelona. <http://www.publicacions.ub.edu/refs/indices/07963.pdf>
- Tovar, S. H. (2017). *Aplicación del programa de acción tutorial en las conductas agresivas de los estudiantes de 6º grado de primaria de la I.E.P. School Ingeniería del distrito de Carabayllo, 2016*. [Tesis de Maestría, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/6255/Tovar\\_MSH.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/6255/Tovar_MSH.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Trujillo, F. (2017). *Habilidades Sociales y Agresividad en adolescentes de Instituciones Educativas Públicas del distrito de Comas, 2017.*  
[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/11351/Trujillo\\_SFMM.pdf?sequence=4&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/11351/Trujillo_SFMM.pdf?sequence=4&isAllowed=y)

## ANEXOS

### Anexo 1. Operacionalización de las variables

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIÓN	INDICADOR	ESCALA DE MEDICIÓN
<b>HABILIDADES SOCIALES</b>	Goldstein (como se citó en Becerra, 2018) refiere que las habilidades sociales pueden ser básicas o avanzadas y que éstas suponen un grupo de respuestas de tipo verbal y no verbal, las cuales propician conexiones interpersonales y favorecen la resolución de desafíos.	Conductas que incluyen una adecuada interacción entre seres humanos, en las que se pone de manifiesto las emociones, sentimientos y pensamientos, respetando y haciendo respetar los derechos propios.	Iniciación de habilidades sociales	Atención	Ninguna
				Comenzar y mantener una conversación.	
				Realizar preguntas Dar gracias	
				Saludar	
				Presentarse a uno mismo	
				Presenta a otras personas	
			Habilidades sociales avanzadas	Pedir ayuda	
				Dar instrucciones	
				Seguir instrucciones	
				Pedir disculpas	
				Convencer a los demás	
			Habilidades para el control de sentimientos	Conocer y expresar los propios sentimientos	
				Comprender los sentimientos ajenos	
				Afrontar el enojo de otros	
				Expresar afecto	
				Manejar el miedo	
			Habilidades alternativas a la agresión	Recompensarse uno mismo	
				Saber negociar	
				Pedir permiso	
				Defender los derechos	
Responder una amenaza					
Ayudar a los demás					
Evitar pelear					
Frenar una agresión física					

			Habilidades para controlar el estrés	Presentar y responder una queja Manejar situaciones embarazosas	
			Habilidades de planificación	Defender a otros	
				Responder al fracaso	
				Prepararse para una conversación difícil	
				Manejar la presión grupal	
				Identificar la causa de un problema	
				Fijar metas	
				Tomar decisiones	
				Concentrarse en una tarea	
<b>AGRESIVIDAD</b>	Buss (como se citó en Arévalo, 2017) menciona que la agresividad es el comportamiento violento dirigido hacia otras personas o hacia el ambiente y puede ser expresada en dos niveles: uno físico y otro verbal. Asimismo, indica que para generar un comportamiento agresivo existe una predisposición individual que induce a actuar frente a situaciones problemáticas o no.	Fue medido a haciendo uso del cuestionario de Agresividad (AQ) de Buss y Perry, el cual cuenta con 29 ítems, divididos en 4 dimensiones.	Agresión Física	Reacciona con impulsividad	Ordinal
				Limitada capacidad de autocontrol	
				Peleas constantes	
				Tendencia a destruir objetos	
			Agresión Verbal	Discute para defender ideas	
				Oposicionista	
				Exasperación ante estímulos molestos	
				Tendencia a enojarse cuando no comparten sus ideas	
			Ira	Comunicación agresiva	
				Irritabilidad	
				Poca tolerancia	
				Incapacidad para regular emociones	
				Pérdida de control	
			Hostilidad	Pensamiento de envidia	
				Percepción de injusticia sobre su persona	
Pensamiento Negativista					
Resentimiento					
Desconfianza					
				Susplicacia	

## Anexo 02. Instrumento de recolección de datos

### CUESTIONARIO DE AGRESIÓN (AQ)

Autor Buss y Perry (1992)

Adaptado por Matalinares et al. (2012)

#### INSTRUCCIONES

A continuación se presentan una serie de afirmaciones con respecto a situaciones que podrían ocurrirte. A las que deberás contestar escribiendo un aspa "X" según la alternativa que mejor describa tu opinión. No hay respuestas buenas o malas, sólo interesa conocer la forma como tú percibes, sientes y actúas en esas situaciones.

CF= Completamente falso para mí.

BF= Bastante falso para mí.

VF= Ni verdadero, ni falso para mí.

BV= Bastante verdadero para mí.

CV= Completamente verdadero para mí.

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

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

***Asegúrate que hayas contestado todas las frases.***

## Anexo 03. Consentimiento Informado

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

**Estimada:**

Con el debido respeto me presento a usted, mi nombre es **Doris Berazzir Silva Angulo**, estudiante de Psicología de la Universidad César Vallejo – Tarapoto. En la actualidad me encuentro realizando una investigación denominada **“Efecto de un programa de habilidades sociales en la conducta agresiva de los estudiantes del 6to grado de primaria de la I.E.P.I. N°0032 – Morales, 2019”**; y para ello quisiera contar con su valiosa colaboración. El proceso consiste en la aplicación de una prueba psicológica: **Cuestionario de Agresión (AQ) de Buss y Perry** y de un Programa de Habilidades Sociales: **Potenciando mis Habilidades**.

De aceptar participar en la investigación afirme haber sido informado de todos los procedimientos de la investigación. En caso tenga alguna duda, se explicará cada una de ellas.

Gracias por su colaboración.

Att. Doris Berazzir Silva Angulo  
ESTUDIANTE DE LA EAP DE PSICOLOGÍA  
UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

Yo .....  
con número de DNI: ..... acepto participar en la investigación **“Efecto de un programa de habilidades sociales en la conducta agresiva de los estudiantes del 6to grado de primaria de la I.E.P.I. N°0032 – Morales, 2019”** de la señorita Doris Berazzir Silva Angulo.

Día: ...../...../.....

---

Firma

## Anexo 04. Validación de Instrumentos

### CONSTANCIA

#### VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

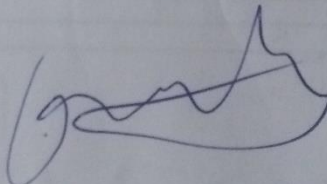
Por la presente se deja constancia de haber revisado los instrumentos de investigación para ser utilizados en la investigación, cuyo título es: "Efecto de un programa de habilidades sociales en la conducta agresiva de los estudiantes del 6to grado de primaria de la I.E.P.I. N°0032 – Morales, 2019". De la autora SILVA ANGULO, DORIS BERAZZIR, estudiante del programa de estudio: Desarrollo de Proyecto de Investigación de la Universidad César Vallejo, filial Tarapoto.

Dichos instrumentos serán aplicados a una muestra representativa de 30 participantes del proceso de investigación, que se aplicará el 22 de octubre de 2019.

Las observaciones realizadas, han sido levantadas por el autor, quedando finalmente aprobadas. Por lo tanto, cuenta con la validez y la confiabilidad correspondientes, considerando las variables del trabajo de investigación.

Se extiende la presente constancia a solicitud de la interesada para los fines que considere pertinentes.

Tarapoto, 16 de Octubre de 2019.



.....  
Dr. Cesar Vallejo Investigador  
PROMOTOR  
César Vallejo



INFORME DE OPINIÓN SOBRE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN CIENTÍFICA

I. DATOS GENERALES

Apellidos y Nombres del experto : Recitegá García Oscar Roberto  
Institución donde labora : UCV  
Especialidad : Psicología Educativa  
Instrumento de Evaluación : Cuestionario de Agresión (AQ)  
Autor del Instrumento : Buss y Perry

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

MUY DEFICIENTE (1) DEFICIENTE (2) ACEPTABLE (3) BUENA (4) EXCELENTE (5)

CRITERIOS	INDICADORES	1	2	3	4	5
CLARIDAD						/
OBJETIVIDAD						/
ACTUALIDAD						/
ORGANIZACIÓN						/
SUFICIENCIA						/
INTENCIONALIDAD						/
CONSISTENCIA						/
COHERENCIA						/
METODOLOGÍA						/
PERTINENCIA						/
PUNTAJE TOTAL						50

(Nota: Tener en cuenta que el instrumento es válido cuando se tiene un puntaje mínimo de 41 "Excelente", sin embargo, un puntaje menor al anterior se considera al instrumento no válido ni aplicable).

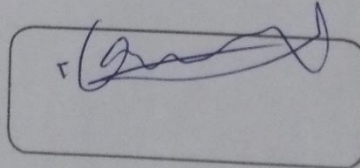
III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD

Listo para su aplicación

PROMEDIO DE VALORACIÓN:

5

Tarapoto, 16 de 10 de 2019



Sello personal y firma.

.....  
.....  
.....  
PSICÓLOGO  
C.R. 17320

Evaluación por criterio de validación de la herramienta educativa por parte del grupo de sesiones

I. DATOS GENERALES

APELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO : Recátegui García, Oscar Roberto  
 INSTITUCIÓN DONDE LABORA : Universidad César Vallejo  
 ESPECIALIDAD : Psicología Educativa  
 INSTRUMENTO DE VALIDACIÓN : Programa de Habilidades Sociales  
 AUTORES DEL INSTRUMENTO : Doris Berazzi, Silva Angulo

II. ASPECTOS DE LA VALIDACIÓN

MUY DEFICIENTE (1) DEFICIENTE (2) ACEPTABLE (3) BUENA (4) EXCELENTE (5)

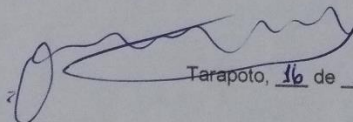
Experto	Presenta un tema específico en forma completa	El contenido o mensaje es comprensible	Las ilustraciones aclaran o complementan lo escrito	El tamaño de la letra facilita la escritura	Consta de elementos de resumen del mensaje	Existen elementos para resaltar las ideas importantes	No se recarga de información	Usa un lenguaje que la población entiende
1	5	5	5	5	5	5	5	5
2								
3								
4	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Promedio								

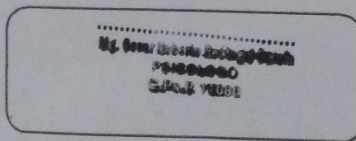
III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD

Cumple con los estándares de investigación.

PROMEDIO DE VALORACIÓN

4

  
 Tarapoto, 16 de 10 de 2019



Sello personal y firma.

CONSTANCIA

**VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN**

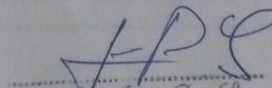
Por la presente se deja constancia de haber revisado los instrumentos de investigación para ser utilizados en la investigación, cuyo título es: "Efecto de un programa de habilidades sociales en la conducta agresiva de los estudiantes del 6to grado de primaria de la I.E.P.I. N°0032 – Morales, 2019". De la autora SILVA ANGULO, DORIS BERAZZIR, estudiante del programa de estudio: Desarrollo de Proyecto de Investigación de la Universidad César Vallejo, filial Tarapoto.

Dichos instrumentos serán aplicados a una muestra representativa de 30 participantes del proceso de investigación, que se aplicará el 22 de octubre de 2019.

Las observaciones realizadas, han sido levantadas por el autor, quedando finalmente aprobadas. Por lo tanto, cuenta con la validez y la confiabilidad correspondientes, considerando las variables del trabajo de investigación.

Se extiende la presente constancia a solicitud de la interesada para los fines que considere pertinentes.

Tarapoto, 17 de Octubre de 2019.

  
.....  
Ψ Lic. Jaime Pisco Lopez.  
PSICOLOGO  
C. Ps. P.5537



INFORME DE OPINIÓN SOBRE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN CIENTÍFICA

I. DATOS GENERALES

Apellidos y Nombres del experto : Ríos López Jaime  
 Institución donde labora : UCV  
 Especialidad : Psicología Educativa  
 Instrumento de Evaluación : Cuestionario de Agresión (AQ)  
 Autor del Instrumento : Buss y Perry

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

MUY DEFICIENTE (1) DEFICIENTE (2) ACEPTABLE (3) BUENA (4) EXCELENTE (5)

CRITERIOS	INDICADORES	1	2	3	4	5
CLARIDAD						X
OBJETIVIDAD						X
ACTUALIDAD						X
ORGANIZACIÓN						X
SUFICIENCIA						X
INTENCIONALIDAD						X
CONSISTENCIA						X
COHERENCIA						X
METODOLOGÍA						X
PERTINENCIA						X
<b>PUNTAJE TOTAL</b>						<b>50</b>

(Nota: Tener en cuenta que el instrumento es válido cuando se tiene un puntaje mínimo de 41 "Excelente", sin embargo, un puntaje menor al anterior se considera al instrumento no válido ni aplicable).

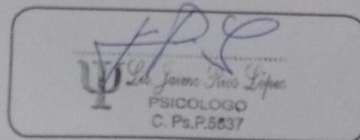
III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD

Favorable

PROMEDIO DE VALORACIÓN:

50

Tarapoto, 07 de 10 de 2019



Sello personal y firma.

Evaluación por criterio de validación de la herramienta educativa por parte del grupo de sesiones

I. DATOS GENERALES

APELLIDOS Y NOMBRES DEL EXPERTO : Ríos López Jaime  
 INSTITUCIÓN DONDE LABORA : UCV  
 ESPECIALIDAD : Psicología Educativa  
 INSTRUMENTO DE VALIDACIÓN : Programa de Habilidades Sociales  
 AUTORES DEL INSTRUMENTO : Denís Berzattir Silva Angulo

II. ASPECTOS DE LA VALIDACIÓN

MUY DEFICIENTE (1) DEFICIENTE (2) ACEPTABLE (3) BUENA (4) EXCELENTE (5)

Experto	Presenta un tema específico en forma completa	El contenido o mensaje es comprensible	Las ilustraciones aclaran o complementan lo escrito	El tamaño de la letra facilita la escritura	Consta de elementos de resumen del mensaje	Existen elementos para resaltar las ideas importantes	No se recarga de información	Usa un lenguaje que la población entiende
1	5	5	5	5	5	5	5	4
2								
3								
4								
Promedio								

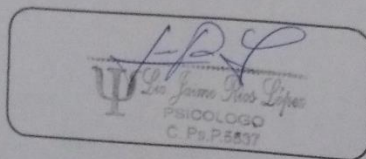
III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD

Contextualizar la historia de Rodrigo a nuestra región.

PROMEDIO DE VALORACIÓN

5

Tarapoto, 17 de 10 de 2019



Sello personal y firma.

**CONSTANCIA**  
**VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN**

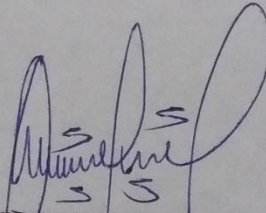
Por la presente se deja constancia de haber revisado los instrumentos de investigación para ser utilizados en la investigación, cuyo título es: "Efecto de un programa de habilidades sociales en la conducta agresiva de los estudiantes del 6to grado de primaria de la I.E.P.I. N° 0032- Morales, 2019". De la autora SILVA ANGULO, DORIS BERAZZIR, estudiante del programa de estudio: Desarrollo de Proyecto de Investigación de la Universidad César Vallejo, filial Tarapoto.

Dichos instrumentos serán aplicados a una muestra representada de 30 participantes del proceso de investigación, que se aplicará el 22 de octubre de 2019.

Las observaciones realizadas han sido levantadas por el autor, quedando finalmente aprobadas. Por lo tanto, cuenta con la validez y la confiabilidad correspondientes, considerando las variables del trabajo de investigación.

Se extiende la presente constancia a solicitud de la interesada para los fines que considere pertinentes.

Tarapoto, 16 de octubre de 2019.

  
**Mtro. José Joel Cruz Tarrillo**  
ESPECIALISTA EN MARKETING E INVESTIGACION



## INFORME DE OPINIÓN SOBRE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN CIENTÍFICA

### I. DATOS GENERALES

Apellidos y nombres del experto : CRUZ TARRILLO JOSE JOEL  
 Institución donde labora : UNIVERSIDAD PERUANA UNION  
 Especialidad : Marketing e Investigación  
 Instrumento de evaluación : Cuestionario de Agresión (CAI)  
 Autor del instrumento : Buss y Perry, adaptado por Matelinorri

### II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

MUY DEFICIENTE (1) DEFICIENTE (2) ACEPTABLE (3) BUENA (4) EXCELENTE (5)

CRITERIOS	INDICADORES	1	2	3	4	5
CLARIDAD						X
OBJETIVIDAD						X
ACTUALIDAD						X
ORGANIZACIÓN						X
SUFICIENCIA						X
INTENCIONALIDAD						X
CONSISTENCIA						X
COHERENCIA						X
METODOLOGÍA						X
PERTINENCIA						X
<b>PUNTAJE TOTAL</b>						X

(Nota: Tener en cuenta que el instrumento es válido cuando se tiene un puntaje mínimo de 41 "Excelente"; sin embargo, un puntaje menor al anterior se considera al instrumento no válido ni aplicable)

### III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD

Listo para su aplicación

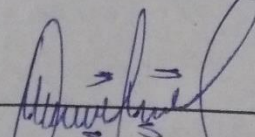
---



---

PROMEDIO DE VALORACIÓN: 5

Tarapoto, 16 de octubre de 2019

**Mtro. José Joel Cruz Tarrillo**  
SPECIALISTA EN MARKETING E INVESTIGACION

Sello personal y firma

Evaluación por criterio de validación de la herramienta educativa por parte del grupo de sesiones

I. DATOS GENERALES

Apellidos y nombres del experto : Guz Tarrillo Jose Joel  
 Institución donde labora : Universidad Peruana Unión  
 Especialidad : Marketing e investigación  
 Instrumento de evaluación : Programa de Habilidades Sociales  
 Autor del instrumento : Dois Perceira Silva Arguelo

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

MUY DEFICIENTE (1) DEFICIENTE (2) ACEPTABLE (3) BUENA (4) EXCELENTE (5)

Experto	Presenta un tema específico en forma completa	El contenido o mensaje es comprensible	Las ilustraciones aclaran o complementan lo escrito	El tamaño de la letra facilita la escritura	Consta de elementos de resumen del mensaje	Existen elementos para resaltar las ideas importantes	No se recarga de información	Usa un lenguaje que la población entiende
1	5	5	5	5	5	5	4	5
2								
3								
4								
Promedio								

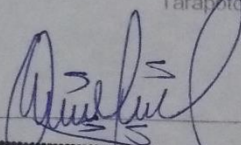
III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD

Listo para su aplicación

PROMEDIO DE VALORACIÓN:

5

Tarapoto de octubre de 2019

  
**Mtro. José Joel Cruz Tarrillo**  
 ESPECIALISTA EN MARKETING E INVESTIGACIÓN

Sello personal y firma



## **Anexo 05. Programa de Habilidades Sociales**

### **PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES**

#### **I. DATOS GENERALES:**

1. Nombre : “Potenciando mis habilidades”.
2. Población beneficiaria : Estudiantes del 6to grado “D” de primaria, de la I.E.P.I. N°0032, Morales.
3. Duración : 3 meses aproximadamente.
4. Tiempo por sesión : de 50 a 60 minutos.
5. Lugar : Aula del 6to grado “D” de la I.E.P.I. N°0032.
6. Responsable : Doris Berazzir Silva Angulo.

#### **II. JUSTIFICACIÓN**

El presente programa de habilidades sociales, denominado “Potenciando mis habilidades” está dirigido a los estudiantes del 6to grado “D” de la I.E.P.I. N°0032 del distrito de Morales. La elección de la población se debió a la observación de las cifras de agresividad en los estudiantes, a nivel nacional y local, la observación concienzuda del comportamiento de los estudiantes del sexto grado de educación primaria, en las horas de recreación, en las horas académicas, como también en las actividades institucionales y de acuerdo al informe recibido del departamento psicológico y de la dirección de la institución en mención, todo lo cual ha permitido detectar conductas agresivas en dichos estudiantes y a la vez plantear una alternativa de solución, la cual, se basa en un programa de habilidades sociales.

Roca (2014) refiriéndose a las habilidades sociales sostiene que éstas son un conjunto de conductas, pensamientos y emociones, las cuales, contribuyen en el mantenimiento de adecuadas relaciones interpersonales, logrando el respeto de los demás hacia nuestros derechos y consecución de nuestros objetivos. Asimismo, Escales y

Pujantell (2014) refieren que las habilidades sociales favorecen las relaciones interpersonales y contribuyen con el desarrollo de la autoestima. Es por ello, que el implementar la educación en habilidades sociales desde la educación infantil es muy importante. Asimismo, esto fortalecerá la capacidad afectiva, promoverá una adecuada relación con las demás personas, mejorará la convivencia y propiciará la resolución adecuada de conflictos.

### **III. DESCRIPCIÓN DEL PROGRAMA**

El programa “Potenciando mis habilidades” consta de 16 sesiones, las cuales pretenden desarrollar las habilidades sociales en estudiantes del 6to grado. Tales sesiones derivan de la teoría de las habilidades sociales de Goldstein, quien las clasificó en seis: iniciación de habilidades sociales, habilidades sociales avanzadas, habilidades para el control de sentimientos, habilidades alternativas a la agresión, habilidades para controlar el estrés y habilidades de planificación.

De otro lado, la metodología a utilizarse en las sesiones será expositiva participativa, mediante la realización de dinámicas grupales.

### **IV. OBJETIVOS DEL TALLER**

#### **4.1. Objetivo General:**

Proporcionar a los estudiantes del sexto grado de primaria un bagaje de habilidades sociales, a fin de mejorar sus relaciones interpersonales y disminuir la conducta agresiva.

#### **4.2. Objetivos Específicos:**

- ψ Identificar los niveles de agresividad que presentan los estudiantes del sexto grado.
- ψ Fijar los conceptos básicos sobre las habilidades sociales.

- ψ Fortalecer en los estudiantes habilidades sociales iniciales para comenzar y mantener una conversación.
- ψ Promover en los estudiantes habilidades sociales avanzadas para pedir ayuda.
- ψ Promover en los estudiantes habilidades sociales avanzadas para dar y seguir instrucciones.
- ψ Fomentar en los estudiantes la habilidad para el control de emociones, mediante el manejo del miedo y el recompensarse a sí mismo por lo realizado.
- ψ Fomentar en los estudiantes la habilidad para el control de emociones, mediante el conocimiento y comprensión de los sentimientos ajenos.
- ψ Fomentar en los estudiantes la habilidad para el control de emociones, mediante el reconocimiento y expresión de las mismas.
- ψ Propiciar un ambiente en el cual, lo estudiantes aprendan habilidades alternativas a la agresión, mediante la aplicación de técnicas para gestionar el enojo.
- ψ Propiciar un ambiente en el cual, los estudiantes aprendan habilidades alternativas a la agresión, a través de la expresión y defensa de los propios derechos, de una manera asertiva.
- ψ Propiciar un ambiente en el cual, los estudiantes aprendan habilidades alternativas a la agresión; mediante estrategias para responder ante una amenaza y evitar iniciar una pelea.
- ψ Propiciar un ambiente en el cual, los estudiantes aprendan habilidades alternativas a la agresión; cómo presentar y responder una queja.
- ψ Fomentar en los estudiantes la habilidad para controlar el estrés, mediante la aplicación de estrategias asertivas para responder ante el fracaso.
- ψ Fomentar en los estudiantes la habilidad para controlar el estrés, a través del manejo de la presión grupal.



Sesión N°4 “Me apoyo en los demás”				X												
Sesión N°5 “Siguiendo instrucciones”					X											
Sesión N°6 “Recompensar se a sí mismo por lo realizado”						X										
Sesión N°7 “Interactuando con mis emociones”							X									
Sesión N°8 “Expresando mis emociones”								X								
Sesión N°9 “Gestionando el enojo”									X							
Sesión N°10 “Conozco y defiendo mis derechos”										X						
Sesión N°11 “Respondiendo a una amenaza”											X					
Sesión N°12 “Presento y respondo una queja”												X				
Sesión N°13 “Superando el fracaso”													X			
Sesión N°14 “Manejando la presión grupal”														X		
Sesión N°15 “Tus sueños en un papel”															X	
Sesión N°16 “Post test”																X

## VII. SESIONES

## PROGRAMACIÓN DE ACTIVIDADES GENERALES

**Sesión 1:** Pre test.

**Objetivo:** Identificar los niveles de agresividad que presentan los estudiantes.

<b>Momento</b>	<b>Actividad</b>	<b>Descripción</b>	<b>Materiales</b>	<b>Tiempo</b>
Inicio	- Dinámica de presentación "la pelotita preguntona".	- La facilitadora se presenta ante los estudiantes. - Se forma un círculo. El primer integrante toma la pelotita, dice su nombre y lo que le gusta hacer en su tiempo libre. Tira la pelotita a otro compañero y este repite la función. De esta forma va repartiéndose hasta que la pelotita llegue a todos.	- Pelotita	15 minutos
Desarrollo	Presentación del programa y objetivos.	- Se expone el programa haciendo mención de los objetivos que se pretenden lograr.	- Plumones para pizarra.	10 minutos
Cierre	Aplicación del Pre Test.	- Se aplica el cuestionario de Agresividad (AQ).	- Anexo 1.1. Cuestionario de Agresividad (AQ). - Lápices.	15 minutos.

**Sesión 2:** Introduciéndonos a las Habilidades Sociales.

**Objetivo:** Fijar los conceptos básicos sobre las habilidades sociales.

<b>Momento</b>	<b>Actividad</b>	<b>Descripción</b>	<b>Materiales</b>	<b>Tiempo</b>
Inicio	- Bienvenida.  - Dinámica de rompe hielo “Abrazos Musicales”	- Se brinda una cordial bienvenida a los estudiantes mientras la lista de asistencia va circulando por todo el ambiente.  - Solicitamos a los estudiantes hacer un círculo. La música suena a la vez que los participantes danzan por el aula. Cuando la música se detiene, cada persona abraza a otra. La música continúa, los participantes vuelven a bailar. La siguiente vez que la música se detiene, se abrazan tres personas. El abrazo se va haciendo cada vez mayor, hasta que todo el aula que abrazado.	- Buffer - USB	5 minutos  10 minutos
Desarrollo	- Exposición participativa.	- Se abordarán conceptos básicos sobre Habilidades Sociales, utilizando la clasificación de Goldstein.	- Pizarra. - Plumones para pizarra acrílica. - Mota.	30 minutos
Cierre	- Retroalimentación y Cierre de sesión	- Sentados en círculo, se realizará la retroalimentación haciendo uso de la pelotita preguntona. Se lanzará la pelotita al azar, el estudiante que la atrape tendrá que responder una pregunta y luego, lanzará la pelota a otro compañero. - Se dará por concluida la sesión.	- Pelotita.	5 minutos

## “Abrazos Musicales”

### I. OBJETIVO:

Generar un clima de confianza a fin de enriquecer las habilidades sociales.

### II. DESARROLLO

- Una música suena a la vez que los participantes danzan por el aula. Cuando la música se detiene, cada persona abraza a otra. La música continúa, los participantes vuelven a bailar (si quieren, con su compañero). La siguiente vez que la música se detiene, se abrazan tres personas. El abrazo se va haciendo cada vez mayor, hasta llegar al final.
- (En todo momento ningún/a adolescente puede quedar sin ser abrazado (a)).





### Sesión 3. Inicio una conversación y la mantengo.

**Objetivo:** Fortalecer en los estudiantes habilidades sociales iniciales para comenzar y mantener una conversación.

Momento	Actividad	Descripción	Materiales	Tiempo
Inicio	<ul style="list-style-type: none"><li>- Bienvenida.</li><li>- Dinámica “Dilo con gestos”.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Se brinda una cordial bienvenida a los estudiantes mientras la lista de asistencia va circulando por todo el ambiente.</li><li>- Se formarán parejas, a quienes se dará la consigna de compartir una experiencia sin utilizar el lenguaje oral, únicamente la gestualización. Finalmente se pedirán voluntarios para salir al frente; asimismo, se analizará la dinámica enfatizando la importancia de la comunicación.</li></ul>		15 minutos
Desarrollo	<ul style="list-style-type: none"><li>- Exposición participativa.</li><li>- Simular conversaciones</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Se mencionan y analizan los elementos que influyen en nuestras interacciones cotidianas: mirada, expresión facial, expresión corporal, elementos paralingüísticos (duración, tono de voz).</li><li>- Se forman parejas a fin de realizar un diálogo con la temática de presentación. Se turnarán a fin de ser evaluados por el oyente con respecto a los puntos fuertes en la comunicación y los elementos que se necesita mejorar. Se pedirán voluntarios para mencionar cómo les fue en la dinámica.</li></ul>	Ninguno	30 minutos
Cierre	<ul style="list-style-type: none"><li>- Cierre</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Se da por concluida la sesión.</li></ul>		5 minutos

#### Sesión 4. Me apoyo en los demás.

**Objetivo:** Promover en los estudiantes habilidades sociales avanzadas para pedir ayuda.

Momento	Actividad	Descripción	Materiales	Tiempo
Inicio	<ul style="list-style-type: none"><li>- Bienvenida.</li><li>- Relato de la fábula de La tortuga y la liebre.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Se brinda una cordial bienvenida a los estudiantes mientras la lista de asistencia va circulando por todo el ambiente.</li><li>- Se da lectura a la fábula de la Tortuga y la Liebre.</li></ul> <p>Seguidamente, se recalca la importancia de reconocer que hay cosas que no podemos hacer por nosotros mismos y que, por ende, necesitamos solicitar ayuda.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Anexo 4.1. Lectura de la Fábula: La tortuga y la liebre.</li></ul>	15 minutos
Desarrollo	<ul style="list-style-type: none"><li>- Dinámica "El aro".</li><li>- Exposición participativa</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- La facilitadora invita a 6 jugadores a colocarse alrededor de cada aro. Se colocan poniendo los brazos sobre los hombros de los compañeros formando un círculo alrededor del aro, y de forma que el aro quede sobre sus pies. La idea es que han de subir el aro hasta la cabeza, sin ayudarse de las manos, y meter la cabeza dentro de él.</li><li>- Se precisan algunas pautas a considerar cuando se desea solicitar ayuda.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Dos aros (ULA ULA)</li><li>- Papelotes elaborados.</li></ul>	30 minutos
- Reforzar lo aprendido.	<ul style="list-style-type: none"><li>- Cierre.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Se da por concluida la sesión.</li></ul>		5 minutos

## **Anexo 4.1. Fábula d la Tortuga y la liebre.**

### **Fábula de la Tortuga y la Liebre**

Una tortuga y una liebre siempre discutían sobre quién era más rápida. Para dirimir el argumento, decidieron correr una carrera.

Eligieron una ruta y comenzaron la competencia. La liebre arrancó a toda velocidad y corrió enérgicamente durante algún tiempo. Luego, al ver que llevaba mucha ventaja, decidió sentarse bajo un árbol para descansar un rato, recuperar fuerzas y luego continuar su marcha, pero pronto se durmió. La tortuga, que andaba con paso lento, la alcanzó, la superó y terminó primera, declarándose vencedora indiscutible.

**Moraleja: Los lentos y estables ganan la carrera.**

Pero la historia no termina aquí: La liebre, decepcionada tras haber perdido, hizo un examen de conciencia y reconoció sus errores.

Descubrió que había perdido la carrera por ser presumida y descuidada. Si no hubiera dado tantas cosas por supuestas, nunca la hubiesen vencido. Entonces, desafió a la tortuga a una nueva competencia. Esta vez, la liebre corrió de principio a fin y su triunfo fue evidente.

**Moraleja: Los rápidos y tenaces vencen a los lentos y estables.**

Pero la historia tampoco termina aquí: Tras ser derrotada, la tortuga reflexionó detenidamente y llegó a la conclusión de que no había forma de ganarle a la liebre en velocidad. Como estaba planteada la carrera, ella siempre perdería. Por eso, desafió nuevamente a la liebre, pero propuso correr sobre una ruta ligeramente diferente. La liebre aceptó y corrió a toda velocidad, hasta que se encontró en su camino con un ancho río.

Mientras la liebre, que no sabía nadar, se preguntaba "¿qué hago ahora?", la tortuga nadó hasta la otra orilla, continuó a su paso y terminó en primer lugar.

Moraleja: Quienes identifican su ventaja competitiva (saber nadar) y cambian el entorno para aprovecharla, llegan primeros.

Pero la historia tampoco termina aquí: El tiempo pasó y tanto compartieron la liebre y la tortuga, que terminaron haciéndose buenas amigas. Ambas reconocieron que eran buenas competidoras y decidieron repetir la última carrera, pero esta vez corriendo en equipo. En la primera parte, la liebre cargó a la tortuga hasta llegar al río.

Allí, la tortuga atravesó el río con la liebre sobre su caparazón y, sobre la orilla de enfrente, la liebre cargó nuevamente a la tortuga hasta la meta. Como alcanzaron la línea de llegada en un tiempo récord, sintieron una mayor satisfacción que aquella que habían experimentado en sus logros individuales.

Moraleja: Es bueno ser individualmente brillante y tener fuertes capacidades personales. Pero, a menos que seamos capaces de trabajar con otras personas y potenciar recíprocamente las habilidades de cada uno, no seremos completamente efectivos. Siempre existirán situaciones para las cuales no estamos preparados y que otras personas pueden enfrentar mejor.

La liebre y la tortuga también aprendieron otra lección vital: cuando dejamos de competir contra un rival y comenzamos a competir contra una situación, complementamos capacidades, compensamos defectos, potenciamos nuestros recursos... y obtenemos mejores resultados.

## Sesión 5. "Siguiendo instrucciones"

**Objetivo:** Promover en los estudiantes habilidades sociales avanzadas para dar y seguir instrucciones.

Momento	Actividad	Descripción	Materiales	Tiempo
Inicio	Bienvenida.	- Se brinda una cordial bienvenida a los estudiantes mientras la lista de asistencia va circulando por todo el ambiente.		5 minutos
Desarrollo	Actividad: "Demuestra tu habilidad para seguir instrucciones".  Actividad "El ciego y su guía".	- Se propone a los estudiantes la realización de una prueba para comprobar la capacidad de seguir instrucciones. Se analiza la actividad enfatizando la importancia de seguir instrucciones como también el de aprender a darlas.  - Se invitan 2 voluntarios al frente del aula, quienes realizarán el papel de ciegos, para ello tendrán los ojos vendados. Se busca que los demás estudiantes guíen a los ciegos hacia la parte final del aula sin que éstos salgan lastimados.  Se analiza la importancia de seguir instrucciones a fin de protegernos a nosotros mismos y también a los demás.	- Anexo 5.1. Hoja de instrucciones. - Lápices.	40 minutos
Cierre	- Cierre.	- Se da por concluida la sesión, agradeciendo la participación de los estudiantes.		5 minutos

## **Anexo 5.1. Hoja de instrucciones.**

### **DEMUESTRA TU HABILIDAD PARA SEGUIR INSTRUCCIONES**

**¿Crees que seguir instrucciones es fácil? Pues PREPÁRATE para demostrarlo y gana esta pequeña competición con tus compañeros.**

**¿Quién terminará antes? ¡ADELANTE!**

1. Lee primero todas las instrucciones.
2. Escribe tu nombre en la parte superior de esta hoja.
3. Subraya el verbo de esta frase.
4. Ordena de mayor a menor estos números: 35, 11, 218, 105, 6:  

---
5. Di a tu compañero de la izquierda "Hola".
6. Marca todos los números pares de esta hoja: ten cuidado porque son 15.
7. Traza un círculo grande en el centro de la hoja.
8. Elige uno de estos tres colores: rojo, negro, blanco.
9. Levántate y siéntate otra vez.
10. Haz un cuadro a lado del número 14.
11. Pregunta el nombre a tu profesor.
12. Dibuja una casita en la parte inferior izquierda.
13. Si tienes más de 10 años, deletrea tu nombre en voz alta.
14. Pon tu libro en el suelo ¡Ahora!
15. Levanta el brazo izquierdo si eres hombre y el derecho si eres mujer.
16. Cierra los ojos unos segundos.
17. Da la vuelta a la hoja y haz un pequeño agujero.
18. Si eres el primero que llega a este punto, sal de clase y vuelve a entrar.
19. Repite tu nombre en la parte inferior de la hoja.

Y ahora que has terminado de leer, sigue solo las instrucciones número 2 y 3.

## Sesión 6. “Recompensarse a sí mismo por lo realizado”

**Objetivo:** Fomentar en los estudiantes la habilidad para el control de emociones, mediante el manejo del miedo y el recompensarse a sí mismo por lo realizado.

Momento	Actividad	Descripción	Materiales	Tiempo
Inicio	Bienvenida  Dinámica: La telaraña	<ul style="list-style-type: none"><li>- Se brinda una cordial bienvenida a los estudiantes mientras la lista de asistencia va circulando por todo el ambiente.</li><li>- Los estudiantes se colocan en círculo. Valiéndose de una cuerda, tendrán que mencionar una cualidad que admiran de uno de sus compañeros. Se repite el procedimiento hasta que todos hayan participado. Se analiza la dinámica mediante algunas preguntas (¿Cómo se sintieron cuando sus compañeros mencionaron sus cualidades?, ¿Suelen reconocer las cosas buenas que hacen?).</li></ul>	- Cuerda	25minutos
Desarrollo	Dinámica del Autoabrazo.	<ul style="list-style-type: none"><li>- Solicitamos a los estudiantes ponerse de pie y desplazarse conforme la música vaya sonando. Cuando la facilitadora indique, los estudiantes tendrán que autoabrazarse y acariciarse, mientras piensan en los logros que han alcanzado, las cosas que les hacen feliz, las buenas obras que han realizado, etc.</li></ul>	- Buffer - USB	15minutos
Cierre	- Cierre.	<ul style="list-style-type: none"><li>- Se da por concluida la sesión.</li></ul>		5minutos

## Sesión 7. “Interactuando con mis emociones”

**Objetivo:** Fomentar en los estudiantes la habilidad para el control de emociones, mediante el conocimiento y comprensión de los mismos.

Momento	Actividad	Descripción	Materiales	Tiempo
Inicio	Bienvenida  Dinámica: La flor.	<p>- Se brinda una cordial bienvenida a los estudiantes mientras la lista de asistencia va circulando por todo el ambiente.</p> <p>- Se solicitan 3 voluntarios a quienes se invita salir del aula. Cuando ingrese el primero tendrá que dibujar una flor, mientras que el grupo le manifestará mensajes de aliento y reconocimiento. Cuando ingrese el segundo, el grupo se mostrará indiferente. Finalmente, cuando ingrese el tercero, el grupo tendrá una actitud bastante crítica con respecto al dibujo realizado.</p>		15 minutos
Desarrollo	Exposición participativa.  Dinámica: “Hoja de las emociones”	<p>Se expone el concepto de emociones y se detallan las emociones primarias.</p> <p>Se proporcionan hojas impresas para que los participantes registren cómo reacciona cuando experimentan ciertas emociones. Para esta dinámica se formará un círculo, a fin de ir pasando la pelotita para que de manera voluntaria los participantes tengan la oportunidad de compartir lo registrado.</p>	<p>- Pizarra - Plumones Anexo 6.1. Hoja de las emociones. Una pelotita.</p>	30 minutos
Cierre	- Cierre.	- Se da por concluida la sesión.		5 minutos



Anexo 6.1. Hoja de emociones.

*¿Cómo me comporto cuando estoy alegre? ¿Qué pienso? ¿Con quién lo comparto?*

*¿Cómo me comporto cuando estoy triste? ¿Qué pienso? ¿Con quién lo comparto?*

*¿Cómo me comporto cuando tengo miedo? ¿Qué pienso? ¿Con quién lo comparto?*

*¿Cómo me comporto cuando estoy enojado? ¿Qué pienso? ¿Con quién lo comparto?*

## Sesión. “Expresando mis emociones”

**Objetivo:** Fomentar en los estudiantes la habilidad para el control de emociones, mediante el reconocimiento y la expresión de sus propias emociones.

Momento	Actividad	Descripción	Materiales	Tiempo
Inicio	- Bienvenida	- Se brinda una cordial bienvenida a los estudiantes mientras la lista de asistencia va circulando por todo el ambiente.		5 minutos
Desarrollo	El bazar de las emociones Exposición participativa	Los alumnos se ubican formando un círculo. Cada uno de ellos tendrá que dirigirse a la facilitadora y escoger una de las tarjetas que contienen los nombres de las emociones a fin de relatar una experiencia, diciendo “Yo he sentido la emoción de... cuando...” Seguidamente se fomenta el análisis a través de algunas preguntas: - ¿Les ha resultado fácil identificar experiencias en base a las emociones asignadas? - ¿Les ha resultado fácil relatar esas experiencias? Sí o no, ¿por qué? - Se procede a explicar el concepto de emociones, mencionando que éstas traen consigo pensamientos y acciones, las cuales deben ser gestionadas correctamente.	- Anexo 8.1. Tarjetas con los nombres de las emociones	25 minutos
			- Papelógrafo elaborado con el tema a desarrollar.	15 minutos
Cierre	Cierre.	- Se da por concluida la sesión.		5 minutos

**Anexo 8. Tarjeta de las emociones**

*ALEGRÍA*

*MIEDO*

*TRISTEZA*

*SORPRESA*

*VERGÜENZA*

*ENOJO*

*NERVIOSISMO*

*ENVIDIA*

*FRUSTRACIÓN*

## Sesión 9. “Gestionando el enojo”

**Objetivo:** Propiciar un ambiente en el cual, los estudiantes aprendan habilidades alternativas a la agresión, mediante la aplicación de técnicas para gestionar el enojo.

Momento	Actividad	Descripción	Materiales	Tiempo
Inicio	Bienvenida  Expresando lo que me enoja.	- Se brinda una cordial bienvenida a los estudiantes mientras la lista de asistencia va circulando por todo el ambiente.  - Se proporcionan copias a cada estudiante a fin de completar las oraciones. Se solicita voluntarios para compartir lo que registraron y se analiza los modos de respuesta.	- Anexo 9.1. Oraciones para completar.  - Anexo 9.2. Historia de Paco	20minutos
Desarrollo	Exposición participativa - Historia de Paco	- Se procede a exponer técnicas para detener el enfado en situaciones cotidianas. - Se relata la historia de Paco. Cada estudiante tendrá que pensar y describir individualmente cómo actuaría si fuera Paco. Se analizan las respuestas clasificándolas en dos grupos: Las que disminuyen la tensión y permiten una vía pacífica, y las que provocan mayor conflicto.		30minutos
Cierre	- Cierre.	- Se da por concluida la sesión.		5minutos

**Anexo 9.1. Oraciones para completar**

*Oraciones a completar:*

*“Me enfado cuando los demás*

*”*

*“Siento que mi enfado es*

*”*

*“Cuando los demás expresan su enfado hacia mí, me siento*

*”*

*“Siento que el enfado de los demás es*

*”*

Describe la  
conducta

Empatía

Expresa tus  
sentimientos

Expresa el cambio  
que deseas

Consecuencias  
positivas

## Anexo 9.2. Historia de Paco

*“Va Paco muy contento por el parque, cuando de repente ve a María viniendo a su encuentro. María tiene una mirada muy rara. Paco se pregunta qué le estará pasando. Se acercan y se saludan, pero inmediatamente María comienza a gritar. Dice que Paco le ha hecho quedar muy mal con los otros chicos del barrio, que es mal amigo, que tiene la culpa de todo lo que le pasa. Entonces Paco ...”*

## Sesión 10 “Conozco y defiendo mis derechos”

**Objetivo:** Propiciar un ambiente, en el cual, los estudiantes aprendan habilidades alternativas a la agresión, a través de la expresión y defensa de los propios derechos.

Momento	Actividad	Descripción	Materiales	Tiempo
Inicio	Bienvenida	Se brinda una cordial bienvenida a los estudiantes mientras la lista de asistencia va circulando por todo el ambiente.		5 minutos
Desarrollo	Historia de Rodrigo.	- Se solicita un voluntario a fin de dar lectura a la historia de Rodrigo. Seguidamente se analizan los derechos que Rodrigo tiene y los que no tiene. Se fomenta la participación mediante la formulación de algunas preguntas.	- Anexo 10.1. Historia de Rodrigo. - Anexo 10.2. Cuestionario.	10 minutos
	Exposición participativa.	- Se procede a exponer los derechos asertivos que cada persona debe conocer para hacerlos respetar.	Papelógrafos informativos.	20 minutos
Cierre	Modelado Retroalimentación y Cierre.	- Se proponen situaciones en las que los estudiantes tendrán que defender sus derechos de manera asertiva. - Se da por concluida la sesión.	- Anexo 10.3. Casos prácticos.	15 minutos



## Anexo 10.1. Historia de Rodrigo

iHola!

Me gustaría contarte mi historia. Me llamo Rodrigo, tengo 15 años y vivo en Lima, la capital del Perú.

Antes vivía con mis padres y mis dos hermanos pequeños en Tarapoto, una provincia del departamento de San Martín. Allí, mi familia y yo éramos muy pobres. Un día, cuando tenía 10 años, decidí irme con unos amigos y amigas a la capital porque habíamos escuchado que allí era fácil encontrar trabajo y ganar dinero.

Pero en realidad la vida en la ciudad es muy dura también, sobre todo cuando no tienes a tu familia o alguien para acogerte. Ahora estoy viviendo en la calle. Duermo debajo de los puentes, me lavo en el canal y nunca sé que voy a poder comer en el día. Gano algo de dinero limpiando los cristales de los coches en las calles. A veces, algunos chicos mayores me roban lo poco que tengo. No he visto a mi familia desde hace cinco años y les echo mucho de menos.

Pero quiero estudiar un día para ser abogado, porque me gusta defender a la gente aunque ahora no puedo pensar en el futuro, solo puedo pensar en lo que puedo hacer hoy para encontrar comida y un sitio donde dormir.

## Anexo 10.2. Cuestionario

¿Tú tienes las mismas preocupaciones?

---

---

¿Qué derechos debería tener Rodrigo?

---

---

### DERECHOS

1. El derecho a ser tratado con respeto y dignidad.
2. El derecho a rechazar peticiones sin tener que sentirse culpable o egoísta
3. El derecho a expresar y experimentar tus propios sentimientos.
4. El derecho a detenerte y pensar antes de actuar.
5. El derecho a cambiar de opinión.
6. El derecho a pedir lo que quiero, dándome cuenta de que mi interlocutor tiene derecho a decir “no”.
7. El derecho a cometer errores.
8. El derecho a sentirte a gusto contigo mismo.
9. El derecho a ser el único y último juez de mi propia conducta.
10. El derecho a no ser asertivo.

### **Anexo 10.3. Casos prácticos – Modelado**

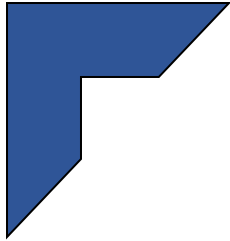
1. Un amigo te pide que le hagas un trabajo porque a ti se te da mejor y tú no quieres.
2. En el cine, un grupo de personas sentadas cerca de ti no paran de hablar y no puedes escuchar bien la película.
3. Un amigo te pide que le prestes dinero y tú no consideras adecuado hacerlo.
4. Un hombre se te cuela en la fila del supermercado mientras haces cola.
5. El vendedor de una tienda te ha devuelto mal el cambio y te da menos dinero del que debe.
6. En una tienda te han vendido un producto defectuoso.
7. La comida que te han servido en un restaurant no es la que has pedido.
8. Tu amigo hace ruido en clase y el profesor se confunde regañándote a ti en lugar de a él.
9. Un desconocido te empuja y no te pide perdón.

## Sesión 11. "Respondiendo una amenaza"

**Objetivo:** Propiciar un ambiente en el cual, los estudiantes aprendan habilidades alternativas a la agresión, mediante estrategias para responder ante una amenaza y evitar iniciar una pelea.

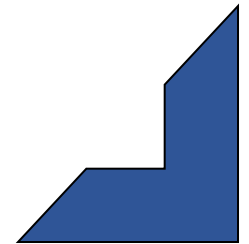
Momento	Actividad	Descripción	Materiales	Tiempo
Inicio	Bienvenida	- Se brinda una cordial bienvenida a los estudiantes mientras la lista de asistencia va circulando por todo el ambiente.		5minutos
Proceso	- Fantasía de un Conflicto	- La facilitadora da lectura a la fantasía de conflicto, e invita a los estudiantes a tomar una decisión. Se forman grupos de 5 para compartir la decisión tomada. Se evalúa el grado de satisfacción por la decisión tomada y las motivaciones de por qué se actuó de esa manera.	- Anexo 11.1. Situación conflictiva	20minutos
	Exposición participativa	- Se procede a la explicación de algunas técnicas de la comunicación asertiva a fin de responder amenazas y evitar peleas (disco rayado, banco de niebla, aplazamiento asertivo, pregunta asertiva, tiempo fuera, poner límites, ignorar, cortar la conversación, usar la ironía).	Plumones para pizarra.	20minutos
Cierre	Cierre	- Se da por concluida la sesión.		5minutos

## Anexo 11.1. Fantasía de Conflicto



### FANTASÍA DE UN CONFLICTO

“Te encuentras caminando por la calle y ves, a lo lejos, a una persona que te resulta familiar. De repente, te das cuenta de que esa persona es con la que mayores conflictos tienes. Cada vez os encontráis más cerca y no sabes cómo reaccionar cuando te cruces con ella, se te ocurren distintas alternativas... Decide ahora cuál eliges y tómate unos minutos para recrear en tu imaginación cómo transcurriría la acción.”



## Sesión 12. "Presento y respondo una queja"

**Objetivo:** Propiciar un ambiente en el cual, los estudiantes aprendan habilidades alternativas a la agresión; cómo presentar y responder una queja.

<b>Momento</b>	<b>Actividad</b>	<b>Descripción</b>	<b>Materiales</b>	<b>Tiempo</b>
Inicio	Bienvenida	- Se brinda una cordial bienvenida a los estudiantes mientras la lista de asistencia va circulando por todo el ambiente.		5minutos
Proceso	Role playing	- Se proponen 5 casos para ser trabajados y escenificados en grupos. Se tendrá en cuenta dos aspectos: cómo presentar una queja y cómo responder ante ella.	- Anexo 12.1. Casos para escenificar.	40minutos
		Se analizan las respuestas, se promueve formas asertivas de respuesta, se intercambian los casos por grupo y se vuelve a escenificar.		
Cierre	Retroalimentación y cierre.	- Se realiza una retroalimentación de la sesión y se da por concluida la sesión.		5minutos

## Anexo 12.1. Casos prácticos.

1. Te encuentras jugando fútbol, de pronto alguien comete una falta, pero el árbitro no se da cuenta, continua el partido y meten un gol.

2. La comida que hoy hemos encontrado en nuestro plato no la podríamos definir precisamente como "deliciosa" y además está fría. No es la primera vez que nos pasa.

3. Estamos en la cola del colegio a la hora punta y notamos que otro alumno se coloca en los primeros puestos sin respetar su turno de llegada.

4. Nos acaban de entregar las notas. Los resultados son "catastróficos". El examen era considerado por la mayoría muy difícil. Expresamos nuestras quejas al profesor o profesora que lo ha redactado.

5. Una persona que va delante de nosotros acaba de comer unas galletas y vemos como tira el papel al suelo. Le expresamos nuestro desagrado por tal actitud.

### Sesión 13. "Superando el fracaso"

**Objetivo:** Motivar en los estudiantes la aplicación de estrategias asertivas para responder ante el fracaso.

<b>Momento</b>	<b>Actividad</b>	<b>Descripción</b>	<b>Materiales</b>	<b>Tiempo</b>
Inicio	Bienvenida	- Se brinda una cordial bienvenida a los estudiantes mientras la lista de asistencia va circulando por todo el ambiente.		5 minutos
Proceso	Taller Práctico de Técnicas de Relajación.	- Iniciamos con una pequeña parte expositiva haciendo mención sobre el concepto de fracaso y las emociones que se experimentan en consecuencia. - Se procede a enseñar a los participantes la manera de realizar algunas técnicas de relajación, tales como: imaginería guiada, respiración profunda, cambiar los pensamientos irracionales, cartas de drenaje emocional.	- Buffer. - USB. - Hojas. - Lapiceros.	40 minutos
Cierre	Cierre	- Se da por concluida la sesión.		5 minutos

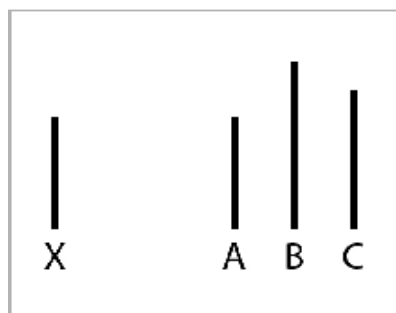


## Sesión 14. “Manejando la presión grupal”

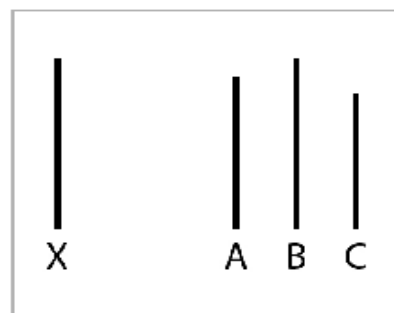
**Objetivo:** Fomentar en los estudiantes la habilidad para controlar el estrés, a través del manejo de la presión grupal.

Momento	Actividad	Descripción	Materiales	Tiempo
<p>Controlar la asistencia de los participantes en el programa.</p> <p>Analizar la manera en que las actitudes de las demás personas pueden influenciar en las decisiones personales.</p>	<p>Bienvenida</p> <p>Dinámica: Experimento de Asch</p>	<p>- Se brinda una cordial bienvenida a los estudiantes mientras la lista de asistencia va circulando por todo el ambiente.</p> <p>- Se solicitan 7 voluntarios. Siendo 6 los cómplices. Se menciona que se va a realizar un juego visual. Se presenta una tarjeta con 3 dibujos de barras de diferentes tamaños, seguidamente se muestra una tarjeta con el dibujo de una barra. Los voluntarios deben elegir una de las 3 opciones que corresponda a la segunda tarjeta. Las dos primeras veces, todos darán la respuesta correcta; sin embargo, en las siguientes veces los 6 cómplices darán una respuesta incorrecta.</p> <p>Se analizará de qué manera influyó el grupo en las respuestas del voluntario no cómplice.</p>	<p>- Anexo 14.1. Tarjetas del experimento de Asch.</p>	20 minutos
Proceso	<p>- Exposición participativa</p> <p>Pelota preguntona</p>	<p>- Se procederá a exponer el concepto de presión grupal, los tres tipos de respuesta: pasiva, agresiva y asertiva; y se brindarán pautas para aprender a decir que no.</p> <p>Haciendo uso de la pelota preguntona se propondrán casos espontáneos donde los alumnos que reciban la pelota tendrán que pensar rápidamente cómo responderían asertivamente con un no ante una invitación. Por ejemplo, se podría decir: “Vamos a la disco este fin de semana”.</p>	<p>Plumones para pizarra.</p> <p>- Pelotita</p>	<p>15 minutos</p> <p>10 minutos</p>
Cierre	Cierre de la sesión.	- Se da por concluida la sesión.		5 minutos

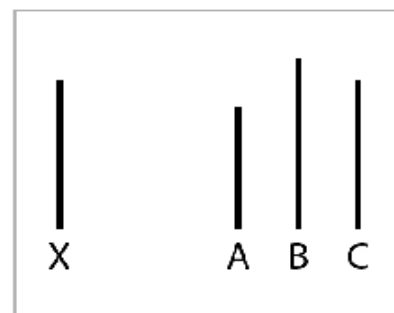
Anexo 14.1. Tarjetas del experimento de Asch.



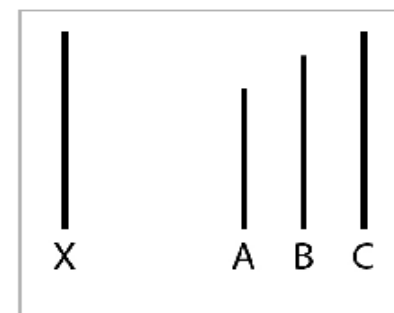
Trial 1



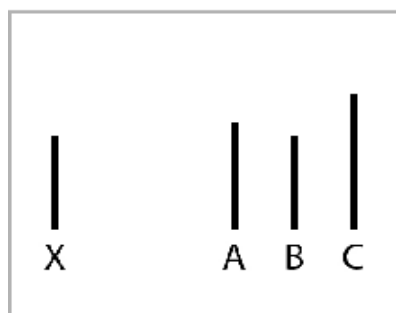
Trial 2



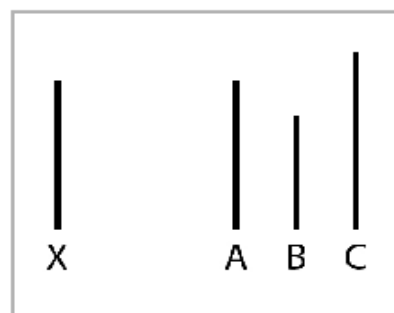
Trial 3



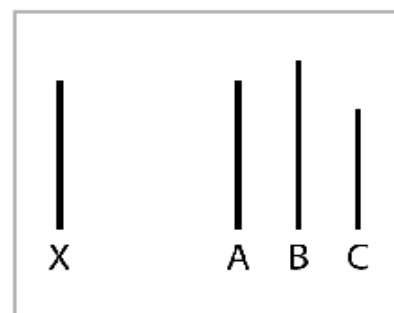
Trial 4



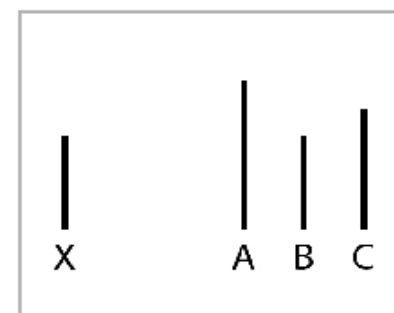
Trial 5



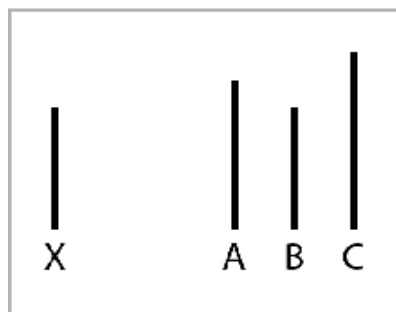
Trial 6



Trial 7



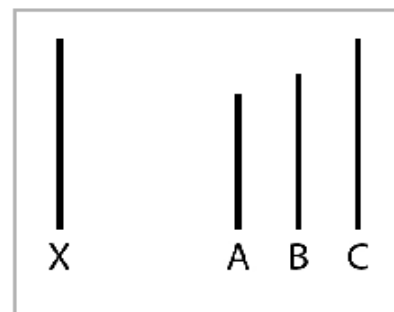
Trial 8



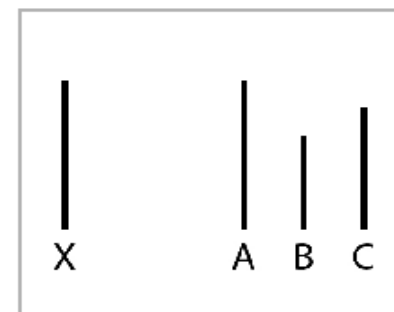
Trial 9



Trial 10



Trial 11



Trial 12

## Sesión 15. “Tus sueños en un papel”

**Objetivo:** Promover en los estudiantes la habilidad de planificación mediante el establecimiento de metas y la toma de decisiones.

<b>Momento</b>	<b>Actividad</b>	<b>Descripción</b>	<b>Materiales</b>	<b>Tiempo</b>
Inicio	Bienvenida	- Se brinda una cordial bienvenida a los estudiantes mientras la lista de asistencia va circulando por todo el ambiente.		5 minutos
Proceso	Actividad: Línea de Vida.	- Se reparte a cada participante una tarjeta con un diagnóstico médico que revela una enfermedad terminal y el tiempo de vida que les queda. Ellos tendrán que describir en una hoja cómo cambiaría su vida esta noticia.	- Anexo 15.1. Tarjetas con diagnóstico médico.	20minutos
	Actividad: Mi proyecto de Vida.	- Se proporciona una hoja impresa a cada estudiante a fin de que registren dos metas que tienen y lo que están dispuestos a hacer para lograrlas. Se analiza la importancia de tomar buenas decisiones y evitar el cometer imprudencias que nos alejarán de aquello que queremos lograr.	- Anexo 15.2. Hoja de Proyecto de Vida.	20minutos
Cierre	- Cierre	- Se da por concluida la sesión.		5 minutos

## Anexo 15.1. Diagnóstico Médico.

Usted tiene un tumor cerebral, podrá vivir 4 meses con calidad de vida, el tratamiento será intensivo por 2 meses, luego usted morirá.

Usted ha sido diagnosticado con VIH - SIDA, lamentamos informarle que su enfermedad está muy avanzada, aún con un tratamiento muy riguroso, se verá privado de muchas actividades que solía practicar. Lamentamos decirle que tiene 72 semanas.

Usted tiene Diabetes, y está en una fase bastante avanzada, sin embargo con los adecuados cuidados y tratamientos, Ud. Podrá tener calidad de vida y vivir cómodamente por unos 10 años aproximadamente.

Usted ha sido evaluado rigurosamente, los resultados indican que Ud. Tiene una enfermedad degenerativa, es un caso que nunca ha ocurrido, y experimentará los siguientes síntomas: olvidará todo, perderá el lenguaje y luego Ud. Morirá; el tiempo de vida es de 27 días.

Después de una evaluación muy rigurosa, lamentamos informarle que Ud. Tiene un Cáncer, el tiempo de vida que le queda es de aproximadamente 3 meses, sin embargo otras personas con el

Usted ha sido diagnosticado con Lepra, y en el país actualmente no hay tratamiento efectivo. Por esta razón nos vemos en la obligación de comunicar al Ministerio de Salud su condición, para que sea enviado a una comunidad de Leprosos, Ud. Recibirá visitas y morirá en sólo en 2 años.

Usted tiene Leucemia, no existe cura para esta enfermedad, pero si un tratamiento muy costoso que le garantiza 5 meses más de vida. Tendrá que privarse de actividades físicas y trabajos que demanden movimientos corporales.

Lamentamos informarle que usted tiene una enfermedad desconocida, en la cual podrá realizar sus actividades normalmente, pero Ud. morirá de forma inesperada en un tiempo no mayor a 2 meses. No existe una explicación científica aún, pero seguimos investigando para solucionar su caso.

Felicitaciones, Ud goza de muy buena salud, tiene sus defensas altas, una hemoglobina de 16. Puede seguir sus actividades sin ninguna molestia por el resto de su vida.

Lea con atención, tenga listo el teléfono y el número de sus seres queridos, ya que lamentamos informarle que sólo le queda 5 horas de vida; Ud. ha adquirido un virus producto de la contaminación ambiental, el cual irá consumiendo las células cerebrales hasta que muera.

**Anexo 15.2. Hoja de Proyecto de Vida.**

MI PROYECTO DE VIDA	
¿QUÉ QUIERO SER / HACER?	¿CÓMO LO VOY A LOGRAR?

## Sesión 16. "Post test"

**Objetivo:** Determinar el efecto del programa de Habilidades Sociales en la conducta agresiva de los estudiantes del sexto grado de primaria.

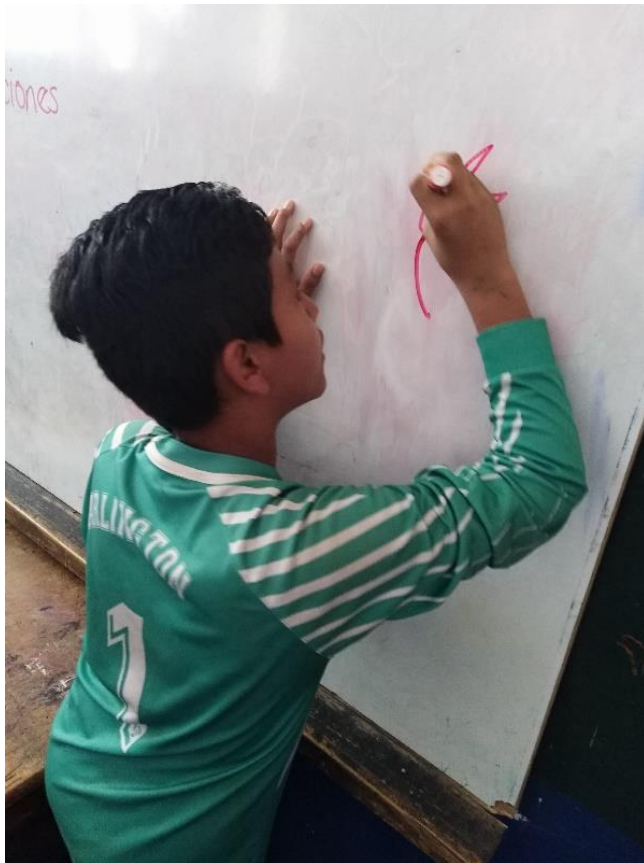
<b>Momento</b>	<b>Actividad</b>	<b>Descripción</b>	<b>Materiales</b>	<b>Tiempo</b>
Inicio	Agradecimiento	- La facilitadora agradece la participación activa de los estudiantes durante el desarrollo de las sesiones.		10minutos
Proceso	Aplicación del post test.	- Se aplica el pos test, haciendo uso del cuestionario de Agresividad (AQ).		15minutos
Cierre	Cierre y compartir.	- Se dará por concluido el Programa de Habilidades Sociales y se realizará un compartir con todos los participantes.		10minutos

## VIII. REGISTRO FOTOGRÁFICO

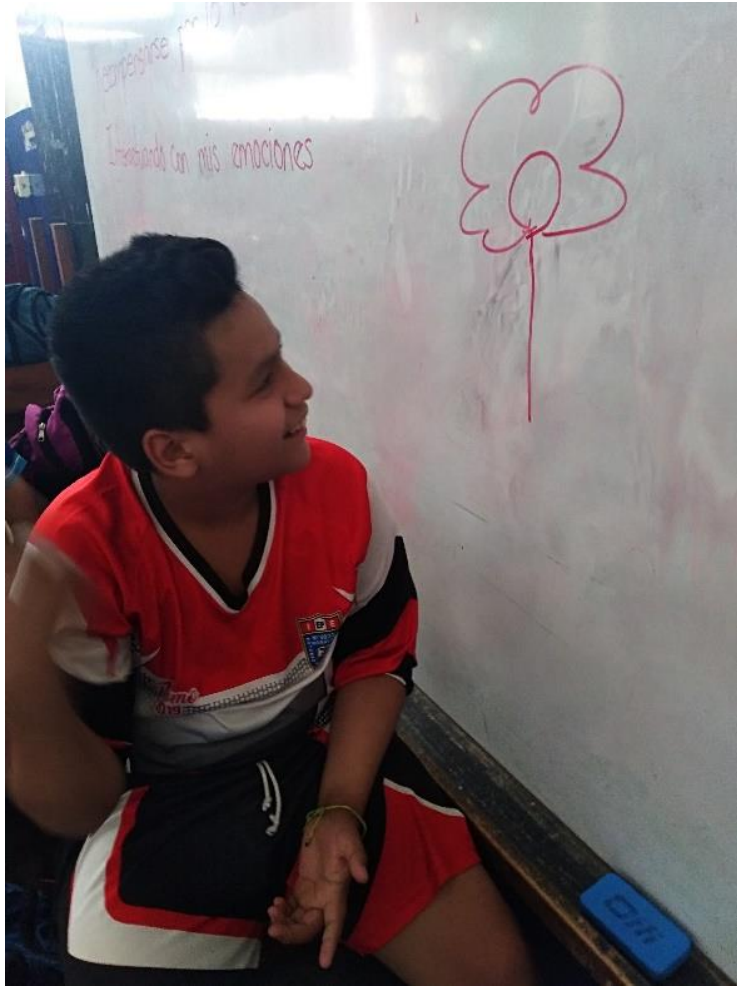












## IX. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Becerra, M. (2018). *Habilidades Sociales y Agresividad en estudiantes de educación secundaria de dos Instituciones Educativas Públicas del distrito Los Olivos, Lima 2018*. [Tesis de Licenciatura. Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/25451/Becerra\\_DM.pdf?sequence=4&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/25451/Becerra_DM.pdf?sequence=4&isAllowed=y)
- Blanco, A. I. (2010). Demuestra tu habilidad para seguir instrucciones. *Revista de didáctica español como lengua extranjera*, 1(10), 1-9. [https://marcoele.com/descargas/10/blanco-seguir\\_instrucciones.pdf](https://marcoele.com/descargas/10/blanco-seguir_instrucciones.pdf)
- Díaz, A., & Meza, P. (2013). *Actividad 14 Responde a Una Acusación*. <https://acertividademe2013.blogspot.com/2013/08/actividad-14-responde-una-acusacion.html>
- Díaz, M. (2011). *Habilidades de comunicación para la vida cotidiana*. Artes Gráficas. <https://rodin.uca.es/xmlui/bitstream/handle/10498/16939/Manual%20de%20Habilidades%20sociales%20ISBN.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Escales, R., & Pujantell, M. (2014). *Habilidades Sociales*. Macmillan Profesional.
- López, M., & Vizcaya, N. L. (2013). *Manual de Técnicas y Dinámicas Grupales Volumen II*. Centros de Integración Juvenil, A. C. <http://www.intranet.cij.gob.mx/Archivos/Pdf/MaterialDidacticoPreventivo/MANUALDETECNICASYDINAMICASGRUPALES.pdf>
- Matalinares, C., L, Y., Uceda, E., Fernández, A., Huari, T., Campos, G., & Villavicencio, C. (2012). Estudio psicométrico de la versión española del cuestionario de agresión de Buss y Perry. *Revista IIPSI*, 15(1), 147-161. <https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/download/3674/2947>
- Rodríguez, T., G. C., & Cruz, R. (2005). Técnicas de relajación y autocontrol emocional. *MediSur*, 3(3), 55-70. <https://www.redalyc.org/pdf/1800/180019787003.pdf>

Torres, M. (2014). *Las habilidades sociales. Un programa de intervención en Educación Secundaria Obligatoria*. [Tesis de Maestría. Universidad de Granada]. Repositorio Institucional de la Universidad de Granada. [https://masteres.ugr.es/psicopedagogica/pages/info\\_academica/trabajo\\_fin\\_de\\_master/tfmhabilidades sociales/!](https://masteres.ugr.es/psicopedagogica/pages/info_academica/trabajo_fin_de_master/tfmhabilidades sociales/)