



**UNIVERSIDAD SEÑOR DE SIPÁN  
ESCUELA DE POSGRADO**

**TESIS**

**“ESTRATEGIA DE INTERVENCIÓN DE  
HABILIDADES SOCIALES PARA DISMINUIR LAS  
CONDUCTAS AGRESIVAS EN LOS  
ADOLESCENTES DEL CENTROPOBLADO SAN  
REGIS DEL DISTRITO DE SAPOSOA PROVINCIA  
DE HUALLAGA - SAN MARTÍN, 2015”**

**PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:  
MAESTRO EN PSICOLOGÍA CLÍNICA**

**Autor :**

**Bach. Merino Farías Edinson Junior**

**Asesor :**

**Mg. Rojas Jiménez Blanca Mariana**

**Chiclayo – Perú**

**2017**



**UNIVERSIDAD SEÑOR DE SIPÁN**  
**ESCUELA DE POSGRADO**

**MAESTRÍA EN PSICOLOGIA CLINICA**

“ESTRATEGIA DE INTERVENCIÓN DE HABILIDADES SOCIALES  
PARA DISMINUIR LAS CONDUCTAS AGRESIVAS EN LOS  
ADOLESCENTES DEL CENTRO POBLADO SAN REGIS DEL  
DISTRITO DE SAPOSOA PROVINCIA DE HUALLAGA - SAN  
MARTÍN, 2015”

**Autor :**

**Bach. Merino Farías Edinson Junior**

**CHICLAYO – PERÚ**

**2017**

**“ESTRATEGIA DE INTERVENCIÓN DE HABILIDADES SOCIALES  
PARA DISMINUIR LAS CONDUCTAS AGRESIVAS EN LOS  
ADOLESCENTES DEL CENTRO POBLADO SAN REGIS DEL  
DISTRITO DE SAPOSOA PROVINCIA DE HUALLAGA - SAN  
MARTÍN, 2015”**

**Autor:**

**Bach. Edinson Junior Merino Farías**

**TESIS PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE:  
MAESTRO EN PSICOLOGÍA CLÍNICA**

Aprobación de la tesis por:

---

**Dr. Augusto Mendiburu Rojas.  
Presidente de Jurado**

---

**Dr. Callejas Torres Juan Carlos.  
Secretario de Jurado**

---

**Mg. Blanca Mariana Rojas Jiménez.  
Vocal de Jurado**

**CHICLAYO – PERÚ**

**2017**

## DEDICATORIA

A mis padres, Ruperto Merino Ramírez y Paulina Farías Atoche, son las personas que siempre me han brindado su apoyo incondicional, a lo largo de toda mi vida personal y de mi formación académica.

A mis hermanos, Jonathan Merino Farías y Lizbeth Paola Merino Farías, ya que son las personas que siempre están junto a mí, motivándome cada día a salir adelante con la finalidad de cumplir mis objetivos propuestos.

A mis asesores, Dr. Juan Carlos Callejas Torres y la Mg. Blanca Mariana Rojas Jiménez, quienes han sabido guiarme a lo largo de toda la investigación.

Edinson Junior Merino Farías.

## **AGRADECIMIENTO**

Agradezco de manera muy especial a Jehová mi Dios por haberme permitido alcanzar esta meta tan anhelada, por no abandonarme nunca y darme la fortaleza para seguir adelante, permitiendo culminar de manera satisfactoria.

A mis familiares, por brindarme todo su apoyo y comprensión, no sólo a lo largo de este proceso de la investigación, sino también a lo largo de toda la carrera profesional.

A mis asesores y amigos de Tesis: Dr. Juan Carlos Callejas Torres y la Mg. Blanca Mariana Rojas Jiménez, por brindarme sus conocimientos y orientaciones en el proceso de la investigación.

Finalmente, agradezco a las autoridades del Centro Poblado alcalde, regidores, presidentes de la ronda, padres de familia, autoridades de los centros educativos de secundaria, directores, docentes del plantel, y a los adolescentes de dicha población, quienes me brindaron su participación y disponibilidad, contribuyendo así a la realización de esta investigación.

## RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo general elaborar una estrategia de intervención de habilidades sociales, sustentada en la dinámica del proceso para disminuir las conductas agresivas en los adolescentes del Centro Poblado San Regis del Distrito de Saposoa Provincia de Huallaga - San Martín, 2015. La investigación es de vital importancia para las autoridades del Centro Poblado (alcalde, regidores, presidente de la ronda, entre otros), padres de familia, y autoridades de los centros educativos de secundaria (directores, docentes del plantel) y población beneficiada. La población - muestra estuvo conformado por 65 adolescentes de ambos sexos cuyas edades fluctúan entre 12 a 18 años, siendo la investigación de tipo explicativo-propositivo. El instrumento que se utilizó fue "Hostilidad Agresividad de Buss-Durkee". Donde se obtuvo como resultados una tendencia de un nivel alto de agresividad (40%); lo que significa que los adolescentes tienden a presentar mal humor con relativa facilidad, presentan sentimientos persistentes de disgusto o enfado hacia alguien por considerarlo causante de cierta ofensa o daño sufridos, y que se manifiesta en palabras o actos de hostilidad; por lo que se puede apreciar que la estrategia intervención tiene un impacto positivo en cuando a la disminución de las conductas agresivas en los adolescentes.

**Palabras claves:** Adolescentes, Conductas Agresivas, Estrategia de Intervención, Habilidades Sociales.

## ABSTRACT

The present research was to develop a strategy overall objective of social skills intervention, based on the dynamics of the process to reduce aggressive behavior in teenagers San Regis Town Center saposoa district of Huallaga Province - San Martin, 2015. Research it is vital for the authorities town Center (mayor, aldermen, president of the round, among others), parents, and authorities secondary schools (principals, teachers campus) and target population. The population - sample consisted of 65 adolescents of both sexes whose ages range from 12 to 18 years, with explanatory research type-purposing. The instrument used was "Buss-Durkee's Aggressive Hostility". Where was obtained as results a trend of a high level of aggressiveness (40%); which it means that teens tend to have a bad mood with relative ease, have persistent feelings of disgust or anger toward anyone considering it causing some offense or damage suffered, and that manifests itself in words or acts of hostility; so you can appreciate that the intervention strategy has a positive impact on when to lower aggressive behavior in adolescents.

**Keywords:** Adolescents, Aggressive Behavior, Intervention Strategy, Social Skills.

## ÍNDICE GENERAL

Dedicatoria.....	iv
Agradecimiento.....	v
Resume.....	vi
Abstract.....	vii
Introducción.....	xiii
<b>CAPITULO I. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....</b>	<b>15</b>
1.1. Planteamiento del problema.....	15
1.2. Formulación del problema.....	17
1.2.1. Causas que originan el problema.....	17
1.3. Antecedentes.....	18
1.3.1. A nivel internacional.....	18
1.3.2. A nivel nacional.....	19
<b>CAPITULO II. OBJETIVOS.....</b>	<b>21</b>
2.1. General.....	21
2.2. Específicos.....	21
<b>CAPITULO III. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN.....</b>	<b>22</b>
<b>CAPITULO IV. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA.....</b>	<b>24</b>
4.1. Marco Teórico.....	24
4.1.1. Proceso de desarrollo de las habilidades sociales.....	24
4.1.2. Desarrollo de las habilidades sociales.....	25
A. Etapas de desarrollo de habilidades sociales.....	26
B. Pautas para el desarrollo de las habilidades sociales.....	26
4.1.3. Conductas agresivas.....	28
A. Definición.....	28
B. Conductas agresivas.....	28
C. Proceso del desarrollo de las conductas agresivas.....	28
D. Tipos de agresiones.....	29



1. Cotidianas.....	29
2. Sexuales.....	29
3. Sociedad.....	29
E. Estrategias de intervenciones de habilidades sociales.....	29
F. Las Habilidades Sociales.....	32
1. Definición.....	32
G. El Enfoques del entrenamiento de las habilidades sociales .....	33
4.2. Marco Conceptual.....	34
4.2.1. La agresión.....	34
4.2.2. Conductas agresivas.....	34
4.2.3. Habilidades sociales.....	34
4.2.4. La adolescencia.....	34
2.2.5. Social.....	34
2.2.6. Estrategia de Intervención de Habilidades Sociales.....	35
<b>CAPITULO V. METODOLOGÍA.....</b>	<b>36</b>
5.1. Hipótesis.....	36
5.1.1. Hipotesis General.....	36
5.2. Variables.....	36
a. Variable dependiente.....	36
b. Variable independiente.....	36
5.2.1. Definición conceptual.....	36
a. Conductas agresivas.....	36
b. Habilidades sociales.....	36
5.2.2. Definición operacional.....	37
5.3. Metodologío.....	40
5.3.1. Tipo de Estudios.....	40
5.3.2. Diseño.....	40
5.4. Población y muestra.....	41
5.5. Método de investigación.....	42
2.5.1. Métodos Teóricos.....	42
a. El Método Descriptivo.....	42
b. El Método Inductivo.....	42

c. El Método Deductivo.....	42
5.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	43
a. Técnicas.....	43
b. Instrumento.....	43
5.7. Métodos de Análisis de datos.....	45
5.8. Aplicación de principios éticos.....	45
5.8.1. Respeto por las personas.....	45
5.8.2. Beneficiencia.....	46
5.8.3. Justicia.....	46
5.8.4. Principio de no maleficencia.....	46
<b>CAPITULO VI. LIMITACIONES DEL ESTUDIO.....</b>	<b>47</b>
<b>CAPITULO VII. PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS</b>	
.....	48
7.1. Descripción.....	48
7.1.1. Resultado sobre el nivel general de agresividad en los adolescentes.....	48
7.1.2. Resultado sobre los niveles de las escalas de agresividad en los adolescentes.....	49
7.2. Discusión.....	51
7.3. Construcción del aporte práctico.....	52
7.3.1. Introducción.....	52
A. Fundamentación de la Estrategia de Intervención de Habilidades Sociales.....	53
B. Estructura de la Estrategia de Intervención de Habilidades Sociales para disminuir las Conductas agresivas.....	54
7.3.2. Etapa I: Diagnóstico.....	54
7.3.3. Etapa II: Planteamiento del objetivo general.....	55
7.3.4. Etapa III. Planeación estratégica.....	55
7.3.5. Etapa IV. Instrumentación.....	60
7.3.6. Etapa V. Evaluación.....	61
7.3.7. Valoración de la factibilidad y pertinencia de la estrategia.....	64

7.4. Ejemplificación de la Estrategia de Intervención de Habilidades Sociales.....	67
<b>CAPITULO VIII. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....</b>	<b>68</b>
8.1. CONCLUSIONES.....	68
8.2. RECOMENDACIONES.....	69
<b>CAPITULO IX. MATERIALES DE REFERENCIA.....</b>	<b>70</b>
9.1. Referencias Bibliográfica.....	70
9.2. Anexos.....	73
<b>Anexo 01.</b> Índices de Confiabilidad del Inventario de Agresividad.....	<b>73</b>
<b>Anexo 02.</b> Índices de Homogeneidad por Escala y con el total de los Ítems del Inventario de Agresividad.....	<b>74</b>
<b>Anexo 03.</b> Normas del Inventario de Agresividad.....	<b>75</b>
<b>Anexo 04.</b> Instrumento de Recolección de Datos.....	<b>76</b>
<b>Anexo 05.</b> Matriz de Consistencia.....	<b>80</b>
<b>Anexo 06.</b> Instrumento de Validación No Experimental por Juicio de Expertos.....	<b>84</b>
<b>Anexo 07.</b> Consentimiento Informado.....	<b>94</b>
<b>Anexo 08.</b> Encuesta a Expertos.....	<b>95</b>
<b>Anexo 09.</b> Rubrica.....	<b>98</b>
<b>Anexo 10.</b> Estrategia de Intervención.....	<b>100</b>

## INDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1.</b> Características de la Muestra Según Edad y Sexo.....	41
<b>Tabla 2.</b> Nivel general de agresividad.....	48
<b>Tabla 3.</b> Niveles de las escalas de agresividad.....	49

## INTRODUCCIÓN

El presente estudio tuvo como objetivo general elaborar una “Estrategia De Intervención De Habilidades Sociales Para Disminuir Las Conductas Agresivas En Los Adolescentes Del Centro Poblado San Regis Del Distrito De Saposoa Provincia De Huallaga - San Martín, 2015”.

En relación a la primera variable dependiente, Buss (1969) define a la agresión como respuesta instrumental que proporciona castigo; tal es así que el término agresión incluye un gran número de respuestas agresivas. Todas las respuestas agresivas poseen dos características: 1. La descarga de estímulos nocivos y 2. Un contexto interpersonal. De modo que la agresión se define como una reacción que descarga estímulos nocivos sobre otro organismo (p. 54).

En cuanto a la segunda variable independiente, Según Furnham (1992, citado en De Alba Galán, 2005) define a las “habilidades sociales como capacidades o aptitudes empleadas por el individuo cuando interactúa con otras personas en un nivel interpersonal” (p.41).

Para ver el nivel de agresividad en los adolescentes se utilizó el Inventario de Hostilidad Agresividad de Buss-Durkee. Por otra parte, las variables en estudio han sido objeto de diferentes investigaciones según el tiempo, y relacionadas con diferentes temas; donde la variedad de antecedentes demuestran la importancia de seguir investigando el amplio campo de estas dos variables.

La investigación se divide en las siguientes secciones:

En la primera sección, se abordó el problema de investigación, donde se desarrolló el planteamiento del problema, el cual se centra la investigación; de la misma forma, se realizó la formulación del problema, antecedentes internacionales como nacionales.

En la segunda sección, se presentó los objetivos generales como los específicos. En la tercera sección, se trabajó la justificación de la investigación.

En la cuarta sección, se redactó la fundamentación teórica, detallando el marco teórico y marco conceptual.

En la quinta sección, se realizó la metodología, describiendo las hipótesis, variables de las definición conceptual y definición operacional, la metodología, tipo de estudios, diseño, población y muestra, método de investigación, técnicas e instrumentos de recolección de datos, y metodos de análisis de datos.

En la sexta sección, se redacta las limitaciones del estudio, en la séptima sección se desarrolla la presentación y discusión de los resultados, redactando la descripción, discusión y construcción del aporte práctico.

En la octava sección, se detalló las conclusiones, recomendaciones. Y finalmente, en la novena sección se elaboró las referencias bibliografías y los anexos respectivos.

## **CAPITULO I. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.**

### **1.1. Planteamiento del problema.**

La agresividad constituye un tema de una relevancia social indiscutible, se produce en todo el mundo, culturas, épocas y en todos los estratos de la sociedad. Se tiene un porcentaje nada despreciable de personas que viven bajo el maltrato directo o indirecto de los que les rodean; maltrato que se adquiere de diversas formas tales como, el abuso físico, psicológico y sexual, entre otros; en muchas ocasiones cometidos por sus propios familiares y entorno social (Alonso, 1999, citado en Lázaro, 2011, p.19). Asimismo al hablar de la agresividad, también es un tema característico en los pueblos jóvenes del todo el país, y más aún en los adolescentes, cuya formación de personalidad está expuesta a los cambios y adaptaciones de conductas frecuentes que ellos observan en su entorno, ya sea por sus familiares directos y entorno social (Hurlock, 2000, p.13).

Investigaciones realizadas en los últimos años, demuestran que las conductas violentas son uno de los problemas fundamentales que enfrenta la sociedad en el presente, y que las puntuaciones globales en agresividad entre adolescentes aumentan con el tiempo, de exposición a la calle y falta de empleo, de tiempo, en otras actividades. Estableciéndose así, que los sujetos violentos son conscientes de su nivel de agresividad. Además, tanto niños como adolescentes le dan un gran peso a la familia en la responsabilidad de hacer algo para frenar la violencia. Dichas conductas están asociadas a diferentes factores en relación al entorno familiar, social y personal (Hurlock, 2000, p.18).

En un estudio de nuestro país, se obtuvo como resultado que el 61% de la población adolescente entre 12 y 17 años pertenecientes a los pueblos jóvenes, son agresivos, y además en otro estudio de la ONG Acción por los niños y la UNICEF, presentados en un Fórum Nacional por la niñez en el año 2006, señala con respecto a la realidad de la niñez y adolescencia peruana que un 41.2 % de niños y niñas son maltratados físicamente con frecuencia por sus padres y en un 85% son maltratados psicológicamente, niños y adolescentes

de 0 a 19 años tienen alguna discapacidad física y mental, siendo tratados inadecuadamente. Y en el 2010 han ampliado sus investigaciones, llegando a concluir que la violencia familiar afecta a un 43.2 % de niños y adolescentes, y que el 81% de los agresores tuvieron padres maltratadores, este problema genera en que los adolescentes presenten actos de violencia y ellos sean violentos ante la sociedad. De igual forma se concluyó que para explicar y comprender el fenómeno de los niveles de la agresividad en la sociedad, argumentamos que la agresión se manifiesta como una forma de comportamiento que puede desarrollar un sujeto, la cual puede estar muy ligada al ambiente en que vive (Hurlock, 2000, p.20).

De lo expuesto anteriormente podemos decir que la agresividad es uno de los problemas fundamentales que enfrenta la sociedad actual. Muchos se preguntan, si el ser humano es hoy más agresivo que en el pasado. La respuesta no es clara, pero si lo es, el que la historia de la humanidad está llena de ejemplos de crueldad y agresividad en sus diversas manifestaciones. Por lo que de acuerdo a Buss (1969) los niveles de agresividad crecientes en nuestra sociedad, muestran un problema grave en la salud pública (p.5).

Asimismo, mencionamos que los adolescentes que pertenecen al Centro Poblado San Regis del Distrito de Saposoa Provincia de Huallaga del Departamento de San Martín, de acuerdo a las observaciones y la entrevista realizada, pareciera que las características que revelan los adolescentes indicarían que sus niveles de agresividad se encuentran incrementando a medida que van creciendo, ya que suelen ser impulsivos, con escasa capacidad de reflexión, falta de control de la ira, muestran frialdad, poca empatía, suelen expresarse con una actitud a la defensiva, suelen estar mal humorados y con poca tolerancia a la frustración. Algunos de ellos presentan deterioros en las actividades académicas, con un rendimiento muy bajo, sus relaciones interpersonales en la escuela son inadecuadas, suelen tener problemas con sus compañeros de estudios, donde suelen pelearse, discutir, entre otros.



De igual forma, suelen ser violentos con su entorno familiar, donde discuten con sus progenitores, no obedecen, suelen ser rebeldes, las normas y el respeto en la familia no suele ser de gran importancia para los adolescentes, y estas situaciones con el transcurso del tiempo pueden ir incrementando. Finalmente en su entornos social, los adolescentes suele no respetar a sus mayores, no suelen ser educados, suelen ser violentos verbalmente, en ocasiones se pelean entre adolescentes en la misma calle, y molestan a las chicas que pasan a su alrededor, acosándolas en ocasiones, por lo que urge enseñarles modelos y pautas que permitan su convivencia más favorable. También, se pudo apreciar que la mayoría de los adolescentes del Centro Poblado San Regis Distrito de Saposoa Provincia de Huallaga - San Martín, provienen de hogares desintegrados, donde existe violencia familiar, condiciones socioeconómicas bajas, entre otros.

## 1.2. Formulación del problema.

Una vez efectuado el análisis a la problemática objeto de estudio se formula la siguiente pregunta: ¿Cómo disminuir las Conductas Agresivas en los adolescentes del Centro Poblado San Regis del Distrito de Saposoa Provincia de Huallaga - San Martín, 2015?.

### 1.2.1. Causas que originan el problema:

- Deficiencia de capacitaciones en las familias, autoridades del Centro Poblado San Regis del Distrito de Saposoa y autoridades de los centros educativos en general del proceso de desarrollo de habilidades sociales.
- Deficiencia en la orientación metodológica del desarrollo de habilidades sociales, que nos llevan a las falencias en las conductas agresivas y en la lógica de la convivencia familiar.
- Ineficiencia de abordajes de los temas referidos a habilidades sociales, en programas sociales en la población.

De este análisis causal llegamos a definir el objeto de la investigación como proceso de desarrollo de habilidades sociales.

### 1.3. Antecedentes.

#### 1.3.1. A nivel internacional.

Murcia, Reyes, Gómez, Medina, Paz y Fonseca (2007) en Honduras, realizaron un estudio sobre la caracterización familiar de escolares que presentan comportamiento hostil-agresivo en escuelas públicas y privadas del distrito central. Se trata de un estudio transversal descriptivo, donde trabajaron con una muestra de 576 escolares de ambos sexos, cuyas edades fluctuaban entre los 10 y 15 años. Se aplicó el inventario de hostilidad "Buss- Durkee" y una entrevista familiar semiestructurada. Los resultados mostraron que los niños y adolescentes con mayores niveles de hostilidad y agresividad proceden de hogares desintegrados y disfuncionales, con evidencias de violencia doméstica y alcoholismo (p.4).

Kaleel, Justicia, Benítez y Pichardo (2007) en Sevilla, realizaron una investigación sobre Incidencia de los malos tratos entre iguales en alumnos de Hebrón. Dicha investigación se presenta una descripción del fenómeno de los malos tratos entre los alumnos, trabajaron con una muestra de 1492 alumnos de educación primaria y secundaria cuyas edades fluctuaban entre los 10 y 16 años en centros educativos de la zona urbana y rural de Hebrón. Se aplicó el inventario de hostilidad "Buss- Durkee". Los resultados mostraron que el 53.5% de los sujetos que informan haber agredido a alguno de sus compañeros, al menos una vez por semana, son hombres, frente al 46.5% de las mujeres. Al igual que en el caso anterior, las diferencias entre hombres y mujeres resultan estadísticamente significativas. El porcentaje de hombres agresores aumenta en función de la frecuencia. Así, los sujetos varones que agreden a sus compañeros dos o tres veces por semana representan el 88% de los agresores. Los resultados encontraron también tasas de incidencia del maltrato similares a las encontradas en los países occidentales: 11.1% de víctimas, 9.5% de agresores y 78.2% de espectadores (p.23).

Castrillon y Vieco (2002) en Medellín, realizaron una investigación acerca de las actitudes justificativas del comportamiento agresivo y violento en estudiantes jóvenes universitarios. Está basado en un diseño descriptivo-comparativo que también pretende comparar los resultados por género. Trabajaron con una muestra de 500 sujetos, 258 mujeres y 242 hombres. Los indicadores que miden la agresión se derivan de la aplicación de una batería de pruebas actual, conformada por el EXPAGG (cuestionario de expresión de la agresividad), DIAS (escala de agresión directa e indirecta), Cuestionario de agresión AQ de Buss y Perry (cuestionario de agresión) y EAS (escala de agresividad situacional y creencias justificativas), todas ellas con el debido proceso de confiabilidad y validez. Se encontró que los hombres acuden más a la agresión física y directa en las universidades estudiadas, mientras que las mujeres utilizan tipos de agresión verbal e indirecta. Los resultados del presente estudio podrán generar estrategias de educación e intervención, así como de prevención de los comportamientos violentos y agresivos en jóvenes (p.2).

#### 1.3.2. A nivel nacional.

Matalinares et al., (2010) en Perú, realizaron una investigación sobre la relación entre el clima familiar y la agresividad de los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de Lima Metropolitana. Se trabajó con un método descriptivo con un diseño correlacional, con una muestra de 237 estudiantes de cuarto y quinto de secundaria, de ambos sexos, cuyas edades fluctuaron entre los 14 y 18 años de edad. Se aplicó el Inventario de hostilidad de Buss-Durkee, propuesto por A. H. Buss en 1957 y adaptado a nuestro país por Carlos Reyes R. en 1987, y la Escala del clima social en la familia (FES), de los autores: R. H. Moos y E. J. Trickett, cuya estandarización fue realizada por Cesar Ruiz Alva y Eva Guerra Turín (1993). Los resultados obtuvieron que el clima social familiar de los estudiantes se muestra diferente en función del sexo al hallarse diferencias significativas en la dimensión estabilidad entre varones y mujeres. La agresividad de los estudiantes también se muestra diferente en función del sexo, al hallarse diferencias significativas en la subescala de agresividad física entre varones y mujeres (p.17).

Borrego y León (2003) en Perú, investigaron sobre la relación entre el nivel de creencia en la Benevolencia Humana y el nivel de agresividad en adolescentes asistentes regularmente a los centros de referencias de INABIF de Trujillo. Para lo cual usaron la Escala de Benevolencia de Humana de Thornton y el Inventario de Modificación de Agresividad de Buss - Durkee, con una muestra de 162 adolescentes trabajadores de la calle, asistiendo a dicha institución encontrando, una correlación sustancial entre la creencia de la Benevolencia Humana y la Agresividad. Cuyo resultaron obtuvieron que aquellas personas que son poco benevolentes tiene altas posibilidades de que desencadenen conductas hostiles y agresivas (p.8).

## **CAPITULO II. OBJETIVOS.**

### **2.1. General.**

Elaborar una estrategia de intervención del desarrollo de habilidades sociales, basadas en la dinámica de proceso que tenga en cuenta la contradicción entre la intencionalidad formativa y la sistematicidad, para disminuir las conductas agresivas en los adolescentes del Centro Poblado San Regis del Distrito de Saposoa Provincia de Huallaga - San Martín, 2015.

### **2.2. Específicos.**

- Caracterizar epistemológicamente, el proceso de desarrollo de habilidades sociales y su dinámica.
- Determinar las tendencias históricas del proceso de desarrollo sociales y su dinámica.
- Diagnosticar el estado actual de la dinámica del proceso de desarrollo de habilidades sociales en los adolescentes del Centro Poblado San Regis del Distrito de Saposoa Provincia de Huallaga - San Martín, 2015.
- Determinar el nivel general de agresividad en los adolescentes del Centro Poblado San Regis del Distrito de Saposoa Provincia de Huallaga - San Martín, 2015.
- Diseñar las acciones que va a contribuir al desarrollo de habilidades sociales, en los adolescentes del Centro Poblado San Regis del Distrito de Saposoa Provincia de Huallaga - San Martín, 2015.
- Validar la estrategia de Habilidades Sociales, por el método de juicio de expertos.
- Corroborar los resultados de la investigación mediante la ejemplificación parcial de la estrategia de desarrollo de Habilidades Sociales.

### **CAPITULO III. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN.**

En el Centro Poblado San Regis del Distrito de Saposoa Provincia de Huallaga – San Martín, 2015 habitan adolescentes que conviven en hogares con conflictos familiares tales llegando a la violencia intrafamiliar, falta de educación, cultura, escolaridad, modelos parentales apropiados, entre otros; y frente a ello, estos adolescentes tienden a mostrar conductas inadecuadas u agresivas con su entorno. En esa perspectiva, las razones que justifican la realización de este trabajo, radica en los siguientes aspectos:

Los datos alcanzados en el trabajo también permitirán promover en la realización de programas de prevención y promoción de la salud mental para reducir los niveles de agresividad, en el grupo de estudios. A través de talleres vivenciales y/o talleres de habilidades sociales que permitan mejorar las conductas de dichos sujetos.

Por otro lado, con el desarrollo de esta investigación, se ayudará a profundizar la información sobre el tema de habilidades sociales ya realizados en adolescentes; es así, que por ser la primera investigación de esta índole en dicha población San Regis del Distrito de Saposoa Provincia de Huallaga – San Martín, se va a contribuir y ayudar a las autoridades del Centro Poblado, a poner en práctica el programa para disminuir las conductas agresivas en los adolescentes; tal es así, que se plantearan estrategias innovadoras que ayudaran a mejorar las habilidades sociales en dichos adolescentes.

El estudio se justifica porque permitirá generar nuevas investigaciones, sea relacionado con otras variables o comparando con otros grupos, sobre la base de estos resultados. De la misma forma, con la investigación propuesta, se logrará que la población incluida en la investigación, tenga mejoras en sus normas de conductas y de esta forma, que su adultez se convierta en una etapa favorable dentro de su desarrollo de la vida.

La investigación es relevante, puesto que proporcionará un mayor alcance para el cuerpo del conocimiento acerca de las variables de investigación, sobre

todo en una población tan vulnerable como lo son los adolescentes del Centro Poblado San Regis del Distrito de Saposoa Provincia de Huallaga – San Martín.

## **CAPITULO IV. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA.**

### 4.1. Marco Teórico.

#### 4.1.1. Proceso de desarrollo de las habilidades sociales:

El proceso de desarrollo se va dando a través de interacciones de variables tales como personales, ambientales y culturales. La familia es el grupo social básico donde se producen los primeros intercambios de conductas sociales y afectivas, valores y creencias, que tienen una influencia muy decisiva en el comportamiento social. Las figuras paternas son los primeros modelos importantes y/o significativos de las conductas sociales afectivas y los hermanos constituyen un sistema primario para aprender las relaciones con sus padres. Por otro lado las figuras paternas transmiten ciertas normas y valores respecto a la conducta social, ya sea a través de información, refuerzo, castigo o sanciones, comportamiento y modelaje de conductas interpersonales; por eso la familia es el primer eslabón para el aprendizaje de habilidades sociales (Martínez y Sanz, 2001, p.45).

La incorporación del niño al sistema escolar como segundo eslabón le permite desarrollar ciertas habilidades sociales más complejas y extendidas. El niño debe adaptarse a otras exigencias sociales: diferentes contextos, nuevas reglas y necesidades de un espectro más amplio de comportamiento social, al tener nuevas posibilidades de relación con adultos y con niños de su edad, mayores y menores que él. Este es un período crítico respecto a la habilidad social, ya que estas mayores exigencias pueden llevar al niño a presentar dificultades que antes no habían sido detectadas. El tercer eslabón es la relación con el grupo específicamente en la relación con los pares que siendo un aporte significativa del contexto escolar representa otro agente importante de socialización en el niño. La interacción con sus iguales afecta el desarrollo de su conducta social, proporcionándole al niño muchas posibilidades de aprender normas sociales y las claves para diferenciar entre comportamiento adecuado e inadecuado en el ámbito social. Por último, los amigos contribuyen a la socialización del niño a través de su impacto en la formación de la imagen de sí. La pertenencia a un grupo de pares, fuera de las fronteras familiares, le



ayuda a desarrollar su propia identidad e individualidad (Martínez y Sanz, 2001, p.45).

Al comienzo de la adolescencia el joven ya tiene una autoconciencia y se reconoce a sí mismo y a los demás como expuestos a la opinión pública, quien enjuicia la pertenencia y la adecuación social. Esta autoconciencia de sí mismo parece ser un rasgo generalizado del entrenamiento de la socialización. Los niños son enseñados a que los demás observen su apariencia y sus maneras de comportarse socialmente. Esta tendencia no están presentes en los niños, no solo por la falta de entrenamiento si no por la carencia de la habilidad cognitiva. El período de la adolescencia es una etapa en que el individuo debe causar múltiples tareas que implican relaciones interpersonales diferentes a las de la infancia y debe desarrollar habilidades para resolver problemas de manera independiente. Los adolescentes deben de hacer amigos, amigas, compañeros y compañeras, aprender a conversar con sus coetáneos y semejantes, deben participar en diferentes grupos de actividades que no posee un vínculo directo con la actividad docente, aprender comportamientos heterosexuales y por sobre todas las cosas sentirse identificados e integrarse al grupo (Martínez y Sanz, 2001, p.45).

#### 4.1.2. Desarrollo de las habilidades sociales:

Entendemos por desarrollo de habilidades sociales al grado en que un individuo ha adquirido una serie de comportamientos sociales que permiten su adaptación al medio social en el que vive (Caballo, 1988, p.45).

Además se tiene en cuenta que el desarrollo de habilidades sociales mediante un proceso de combinación en la maduración y de las experiencias de aprendizaje; Influye en la adquisición, en el temperamento, que determina la naturaleza del ambiente socioemocional, y al mismo tiempo para el aprendizaje en general (Caballo, 1988, p.45).

#### A. Etapas de desarrollo de habilidades sociales:

En el desarrollo de cualquier habilidad pasamos por cuatro etapas:

1. inconscientemente inhábil: el individuo no es consciente de que carece de una determinada habilidad o habilidades, es decir, carece de ellas y no lo sabe.
2. conscientemente inhábil: el individuo es consciente de que carece de una determinada habilidad o habilidades, es decir, sabe y reconoce que carece de ellas.
3. conscientemente hábil: el individuo es consciente de que ha desarrollado determinadas habilidades sociales.
4. inconscientemente hábil: el individuo deja de ser consciente de que ha desarrollado determinadas habilidades sociales.

#### B. Pautas para el desarrollo de las habilidades sociales:

Según Reyes (2014) menciona que las habilidades para afrontar con éxito de forma sana las relaciones con los demás se desarrollan progresivamente a lo largo de la infancia y la adolescencia. En este periodo se producen las estrategias que van a ser bases de las futuras relaciones de adultos, ya sea de amistad, de pareja, laboral, etc. (p.52).

Por ello debemos prestar atención al desarrollo de estas capacidades desde la infancia y la adolescencia:

- Cuidar la autoestima del pequeño, ya que ayudarle a formar una imagen positiva de sí mismos. Tendrán la fuerza para desenvolverse socialmente y no culparse de aquellas situaciones que no son positivas para ellos. Para ello critica la acción y no a la persona, proponles metas pero que sean adecuadas; utilízalos elogios pero sean realistas
- Transmitir valores a los niños (as). Deben aprender a valorarse a sí misma y a los demás. Enséñales a respetar, tolerar y escuchar.

- Servir de ejemplo para ellos. En tus relaciones con ellos y con los demás, actúa de forma coherente y transmitiendo lo que quieres que hagan ellos.
- Hablar con ellos y trabajar las creencias e ideas que tienen. Ante determinadas situaciones sociales que te ocurran a ti y/o a ellos explícales la situación. ayúdales a entender. Si por ejemplo alguien nos contesta mal, debemos explicar a los niños y niñas que esas contestaciones probablemente no tenga que ver con nosotros, simplemente las personas tienen sus vidas y probablemente estén enfadados por algo. No debemos por tanto tomarlo como algo personal, pero tampoco debemos dejar que nos hablen mal. Enséñales entonces con tu ejemplo a responder a estas situaciones de forma asertiva.
- Fomentar la capacidad de escuchar y entender a los demás. Para ello escúchales tú a ellos y enséñales a escuchar a los demás. Que entiendan que podemos aprender muchas cosas si escuchamos lo que los demás nos dicen
- Emplear los refuerzos. Refuerza socialmente aquellas conductas adecuadas, como escuchar al otro o responder con educación, en esos casos interactúa socialmente con los pequeños y refuerza negativamente las conductas inadecuadas, los gritos, la falta de escucha, etc. No interactúes con ellos en estos casos.
- Procurar dotar a los niños (as) de un ambiente rico en relaciones. Es importante que los pequeños tengan diferentes experiencias sociales, para que experimenten, aprenda y pierdan el miedo a determinadas situaciones.
- Fomentar la participación en diferentes grupos o hacer actividades con otras personas.

#### 4.1.3. Conductas agresivas:

##### A. Definición:

Buss (1969) define a la agresión como respuesta instrumental que proporciona castigo; tal es así que el término agresión incluye un gran número de respuestas agresivas. Todas las respuestas agresivas poseen dos características: 1. La descarga de estímulos nocivos y 2. Un contexto interpersonal. De modo que la agresión se define como una reacción que descarga estímulos nocivos sobre otro organismo (p. 54).

##### B. Conductas agresivas:

Va acompañada de múltiples cambios, cambios en el estado de ánimo y el estado emocional, estos cambios a veces causan una sensación de mal humor, lo que también ocasiona conductas agresivas, aunque debe entenderse que la agresividad, puede ser generadas por muchos factores que deben determinarse a partir de profundos estudios (Núñez y Varas, 2009, p.149).

##### C. Proceso del desarrollo de las conductas agresivas:

Es de interés analizar la conducta afectiva, social y de la personalidad de las personas, porque la agresividad, puede ser provocada por un trastorno del desarrollo de la afectividad, desarrollo social o de la personalidad (Núñez y Varas, 2009, p.149).

Es necesario saber que la persona es comprendido como un sistema abierto y flexible, de modo que se comprende que la conducta agresiva no viene determinada exclusivamente por factores internos sino que el ambiente va a constituir el marco idóneo para realizar aprendizajes de diversa índole (Núñez y Varas, 2009, p.149).

La familia y el entorno social constituyen los dos primeros referentes agentes de socialización, y por tanto el marco idóneo para realizar el aprendizaje de diversas actitudes, entre ellas la conducta agresiva (Núñez y Varas, 2009, p.150).

Además se tiene en cuenta que la interacción ente amistades influye en el desarrollo de la conducta social, proporcionándole a la persona oportunidades de aprender normas sociales y las claves para diferenciar entre comportamientos adecuados e inadecuados en el ámbito social (Núñez y Varas, 2009, p.151).

#### D. Tipos de agresiones:

##### 1. Cotidianas:

La agresión cotidiana se da a cualquier hora, todos los días, en lugares y transportes públicos solos o concurridos (Larry y De La Puente, 2004, p.34).

##### 2. Sexuales:

Las agresiones sexuales son mucho más frecuentes de lo que se cree y lo que ocurre. En parte, esta conducta se relacionan a un agresor desconocido, en la mayor parte de los casos se trata de un conocido de la víctima, muchas veces su pareja (Larry y De La Puente, 2004, p.34).

##### 3. Sociedad:

Es necesario prever el ambiente favorable en el que, antes de cualquier otra cosa, se aprendan los sentimientos, los valores, los ideales, las actitudes y los hábitos de significación ético social. Es ésta una responsabilidad precisa primero de la familia y después de la escuela; formar en los muchachos personalidades socialmente adaptadas de modo que, al salir del círculo familiar y escolar, puedan ocupar el lugar que les corresponden en la comunidad de los ciudadanos (Larry y De La Puente, 2004, p.34).

#### E. Estrategias de intervenciones de habilidades sociales:

La palabra intervención tiene un uso muy amplio en la psicología. En su etimología proviene de la conjunción de inter (entre) y venire (venir). Inter usado como prefijo y como raíz significa dentro o interior, mientras que venir significa moverse hacia el lugar donde está el que habla (Cristóforo, 2002, p.67).

Una intervención es un procedimiento para inducir modificaciones en el comportamiento, pensamiento o sentimiento de una persona, si bien en muchas oportunidades se han utilizado como términos intercambiables intervención psicoterapia. Donde las intervenciones suelen ser útil para disminuir el malestar de un trastorno psicológico, con la finalidad de potenciar recursos de las personas, tendiendo a incrementar su bienestar (Cristóforo, 2002, p.67).

Por lo tanto, un programa de intervención de habilidades sociales tiene acciones sistemáticas, planificadas, ejecutadas en un período determinado para resolver una problemática. Estas acciones nacen de un diagnóstico de la situación inicial, en las que se evalúen las necesidades y los recursos para comenzar un entrenamiento (Cristóforo, 2002, p.67).

También se tiene en cuenta que las estrategias de intervenciones son un indicador observable de la relación entre ciencia pura y aplicada, puesto que resaltan la necesidad de utilizar diseños experimentales con una rigurosa evaluación de las evidencias científicas que indiquen su eficacia (validez interna) como la aplicabilidad y factibilidad de esos programas (validez externa). Así, con la ayuda del método científico se estudia la eficacia de las intervenciones psicológicas. En los diseños experimentales, la intervención o manipulación implica la aplicación de un estímulo experimental (cambio externo) capaz de producir un resultado (cambio interno); el investigador cambia la variable independiente, y observa, mide, y registra el efecto sobre la variable dependiente (Cristóforo, 2002, p.68).

Las habilidades sociales como estrategia de intervención, son procedimientos que integran un conjunto de métodos y/o técnicas derivadas de la teoría del aprendizaje social, de la psicología social, de la terapia de la conducta, así como de la modificación de la conducta (Mustaca, 2004, p.56).

Se diferencian respecto de otros tipos de intervenciones porque:

- 1) Se orientan a ampliar los repertorios de los comportamientos que tienen los sujetos, lo que supone el desarrollo de nuevas habilidades y comportamientos alternativos.
- 2) Se basan en la colaboración activa de los sujetos participantes en las intervenciones, más allá de su aceptación y compromiso.
- 3) Son procedimientos psicoeducativos de formación más que técnicas terapéuticas.
- 4) Tienen la posibilidad de realizarse en grupos, aspecto que potencia la eficacia de dichos entrenamiento.

Por otra parte, las estrategias de intervenciones constituyen un momento del proceso de evaluación de habilidades sociales. Para esta autora, este proceso tiene tres momentos: en primer lugar, comprende la identificación, clasificación y diagnóstico; el segundo lugar, supone la planificación de los programas de intervención, y finalmente en tercer lugar, remite a la evaluación de los efectos de la intervención (Monjas Casares, 2002, p.17).

El monitoreo de la enseñanza de comportamientos sociales requiere una metodología de evaluación de tipo sumativa, y de tipo formativa. Por lo tanto la evaluación sumativa va identificando el resultado, mientras que la evaluación formativa es una evaluación continua del programa implementado para desarrollar habilidades sociales (Monjas Casares, 2002, p.30).

En la evaluación formativa se recurren a técnicas observacionales, de corte cualitativo, diseñadas según el tipo de estrategias de intervención y las características de la población en estudio. Los instrumentos más utilizados en el período pre-postest son las entrevistas, los registros sociométricos, los auto y heteroinformes, y los registros de observación entre otros (Monjas Casares, 2002, p.31).

En estos periodos, suele utilizarse un enfoque multimétodo y multinformante, aspectos que favorecen el diagnóstico. Las IHS tienen dos fases diferenciadas:

- 1) planificación de la intervención.
- 2) aplicación o puesta en práctica. La planificación se vincula a la evaluación de los comportamientos sociales ya que de ésta derivan los objetivos específicos del entrenamiento, y posteriormente la delimitación de las condiciones de aplicación de la intervención. Por su parte, la puesta en práctica supone la preparación de los sujetos participantes, el momento de la adquisición o de entrenamiento propiamente dicho y la generalización, consistente en asegurar que las habilidades sociales aprendidas se apliquen en situaciones distintas a aquellas en las que se produjo la intervención, es decir, se transfieran a las relaciones de la vida cotidiana (Monjas Casares, 2002, p.32).

#### F. Las Habilidades Sociales:

##### 1. Definición:

Según Furnham (1992, citado en De Alba Galán, 2005) define a las “habilidades sociales como capacidades o aptitudes empleadas por el individuo cuando interactúa con otras personas en un nivel interpersonal” (p.41).

Hemos de partir de la consideración de que de las llamadas habilidades emocionales, competencias sociales o habilidades socio-personales se deriva la capacidad de interactuar eficazmente siendo fundamentales para el desenvolvimiento vital. A partir del intento de profundizar en cuestiones teórico-conceptuales se constata que existe poco consenso sobre qué son realmente las habilidades sociales, a pesar de lo cual se tiende a poner énfasis en una cierta eficacia en la relación con los otros como un criterio para la competencia. (Caballo, 1988, p.45).

Uno de los problemas de análisis radica en la propia dispersión bibliográfica y conceptual del término habilidad social, así como en su compleja identificación criterial. Abundan las definiciones relativas a la conducta socialmente habilidosa (Caballo, 1988, p.45).



#### G. El enfoque del entrenamiento de las habilidades sociales:

El enfoque del entrenamiento de las habilidades sociales como forma de solucionar o de prevenir muchos problemas psicosociales y clínicos tales como drogadicción, aislamiento y rechazo sociales, hándicaps o retrasos educativos, delincuencia, depresión, etc., constituye un ámbito claramente interdisciplinar en el que se hace absolutamente imprescindible la colaboración entre la psicología social y la psicología clínica (Moral y Ovejero, 1998, p.34).

El análisis de la adquisición y/o reformulación de destrezas sociales resulta sumamente pertinente para el objeto de estudio, máxime teniendo en cuenta el poder que se deriva de la retroalimentación ofrecida por el grupo de iguales en las interacciones sociales y la internalización de ciertas pautas de conducta, lo cual contribuye a dilucidar el posicionamiento personal de cada cual frente a las presiones y motivadores para el consumo de sustancias psicoactivas en un estadio conflictuado como la adolescencia (Moral y Ovejero, 1998, p.34).

Precisamente, una gran parte de los problemas de adaptación psicosocial de los adolescentes hunde sus raíces en la ausencia o el inadecuado uso de deficientes habilidades sociales necesarias para afrontar ciertas situaciones y para hacer frente a ciertos problemas (Caballo, 1988, p.45).

El hecho de que la conexión entre la posesión y el adecuado uso de una serie de habilidades sociales tenga implicaciones tan serias probablemente estribe en su estrecha relación con el apoyo social. Aquellos individuos que poseen unas más adecuadas habilidades sociales son precisamente los que obtienen más apoyo social de sus compañeros, lo que, a su vez, les hace sentirse más satisfechos y más seguros, de lo que se desprende una mejor integración en el grupo lo cual puede incidir sobre la productividad individual y grupal y el sentimiento de integración. La propia funcionalidad de las habilidades sociales ha sido demostrada, actuando como indicador inequívoco del ajuste psicosocial de los adolescentes (Monjas, 2002, p.65).

## 4.2. Marco Conceptual.

### 4.2.1. La agresión:

Buss (1969) define a la agresión como respuesta instrumental que proporciona castigo; tal es así que el término agresión incluye un gran número de respuestas agresivas. Todas las respuestas agresivas poseen dos características: 1. La descarga de estímulos nocivos y 2. Un contexto interpersonal. De modo, la agresión se define como una reacción que descarga estímulos nocivos sobre otro organismo (p. 54).

### 4.2.2. Conductas agresivas:

Las conductas agresivas son conductas intencionadas, que pueden causar daño, ya sea físico, verbal y psicológico, además son conductas observables como pegar a otros, burlarse de ellos, ofenderlos, tener rabietas o utilizar palabras inadecuadas para llamar la atención de los demás, pueden aprenderse por imitación u observación (Pérez, 2009, p.36).

### 4.2.3. Habilidades sociales:

Según Furnham (1992, citado en De Alba Galán, 2005) define a las “habilidades sociales como capacidades o aptitudes empleadas por el individuo cuando interactúa con otras personas en un nivel interpersonal” (p.41).

### 4.2.4. La adolescencia.

Morán y Ovejero (1998) definen a la adolescencia “como un periodo que abarca desde los 12 años a los 18 años aproximadamente, donde se manifiestan transformaciones o cambios fisiológicos y psicológicos” (p.24).

### 2.2.5. Social:

Para Maximova (1962) “define lo social como perteneciente o relativo a la sociedad. Recordemos que se entiende por sociedad al conjunto de individuos que comparten una misma cultura y que interactúan entre sí para conformar una comunidad” (p.32).

#### 2.2.6. Estrategia de Intervención de Habilidades Sociales:

Para Ballester y Gil (2002) “define como un conjunto de estrategias y técnicas de la terapia de la conducta o de otros acercamientos psicoterapéuticos que tienen como finalidad la mejora en la actuación social de un individuo y su satisfacción en el ámbito de las relaciones interpersonales” (p.38).

## **CAPITULO V. METODOLOGÍA.**

### 5.1. Hipótesis.

#### 5.1.1. Hipótesis General.

Si se elabora una estrategia de intervención de habilidades sociales, basada en la dinámica del proceso de contradicción entre la intencionalidad formativa y sistematicidad, entonces se disminuye las conductas agresivas en los adolescentes del Centro Poblado San Regis del Distrito de Saposoa Provincia de Huallaga - San Martín, 2015.

### 5.2. Variables.

a. Variable dependiente: Conductas agresivas.

b. Variable independiente: Estrategias de intervención de habilidades sociales.

#### 5.2.1. Definición conceptual.

a. Conductas agresivas:

Buss (1969) define a la agresión como respuesta instrumental que proporciona castigo; tal es así que el término agresión incluye un gran número de respuestas agresivas. Todas las respuestas agresivas poseen dos características: 1. La descarga de estímulos nocivos y 2. Un contexto interpersonal. De modo que la agresión se define como una reacción que descarga estímulos nocivos sobre otro organismo (p. 54).

b. Habilidades sociales.

Según Furnham (1992, citado en De Alba Galán, 2005) define a las “habilidades sociales como capacidades o aptitudes empleadas por el individuo cuando interactúa con otras personas en un nivel interpersonal” (p.41).

5.2.2. Definición operacional.

<b>VARIABLE DEPENDIENTE</b>	<b>DIMENSIÓN</b>	<b>INDICADORES</b>	<b>TÉCNICAS E INSTRUMENTO</b>	<b>FUENTE DE VERIFICACIÓN</b>	<b>ÍTEMS</b>
<b>CONDUCTAS AGRESIVAS</b>  REACCIÓN QUE DESCARGA ESTÍMULOS NOCIVOS SOBRE OTRO ORGANISMO	IRRITABILIDAD	IRRITABILIDAD, COLERA	ENTREVISTA	INFORMACIÓN DE LOS ADOLESCENTES	16 ITEMS
	AGRESION VERBAL	VERBAL			15 ITEMS
	AGRESION INDIRECTA	DOMINAR, HUMILLAR, MANIPULAR			15 ITEMS
	AGRESION FISICA	ACOMETIDAD ATAQUE, VIOLENCIA	TEST DE AGRESIVIDAD	INFORMACIÓN DE LOS AUTORIDADES DE LA COMUNIDAD, DE LOS CENTRO EDUCATIVOS	15 ITEMS
	RESENTIMIENTO	RESENTIMIENTO			15 ITEMS
	SOSPECHA	CREENCIA			15 ITEMS

VARIABLE INDEPENDIENTE	DIMENSIÓN	INDICADORES	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS	FUENTES DE VERIFICACIÓN
ESTRATEGIA DE INTERVENCIÓN DE HABILIDADES SOCIALES	PRIMERA FASE: DIAGNÓSTICO	ETAPA 1. PLANTEAMIENTO DE LA ESTRATEGIA  ETAPA 2. RECOGIDA DE INFORMACIÓN O SITUACIÓN PROBLEMÁTICA	ENTREVISTA	INFORMACIÓN DE LOS ADOLESCENTES

	SEGUNDA FASE: IMPLEMENTACIÓN	ETAPA 1. CONSTRUCCIÓN DEL PLAN DE INTERVENCIÓN	TEST DE HABILIDADES SOCIALES	INFORMACIÓN DE LOS PADRES DE FAMILIA
	TERCERA FASE: EJECUCIÓN	ETAPA 1. EJECUCIÓN DEL PLAN DE INTERVENCIÓN		INFORMACIÓN DE LOS AUTORIDADES DE LA COMUNIDAD, DE LOS CENTRO EDUCATIVOS
		ETAPA 2. ENTREGA Y DISCUSIÓN DE INFORME		
	CUARTA FASE: EVALUACIÓN	ETAPA 1. SEGUIMIENTO, MONITOREO Y EVALUACIÓN DE LA ESTRATEGIA		

### 5.3. Metodología.

#### 5.3.1. Tipo de Estudios.

Mixto: Se tendrá en cuenta la importancia de los datos tales como cualitativos como cuantitativos en el proceso de interpretación de interferencia de los datos obtenidos (Hernández, Fernández, y Baptista, 2010, p, 120).

#### 5.3.2. Diseño de Investigación: Explicativo - Propositivo.

- a. Explicativo: Pretenden establecer las causas de los sucesos de los fenómenos que se estudian. Su propósito es investigar por qué ocurren y en qué condiciones se manifiestan los fenómenos físicos y sociales. (Hernández, Fernández y Baptista, 2010, p. 94.).
- b. Propositivo: Porque es una actuación crítica y creativa, caracterizado por planear opciones o alternativas de solución a los problemas suscitados por una situación específica, en este caso se propone una estrategia de habilidades sociales (Hernández, Fernández, Y Baptista, 2010, p. 25).

El diseño utilizado fue el siguiente:

1. Observación.

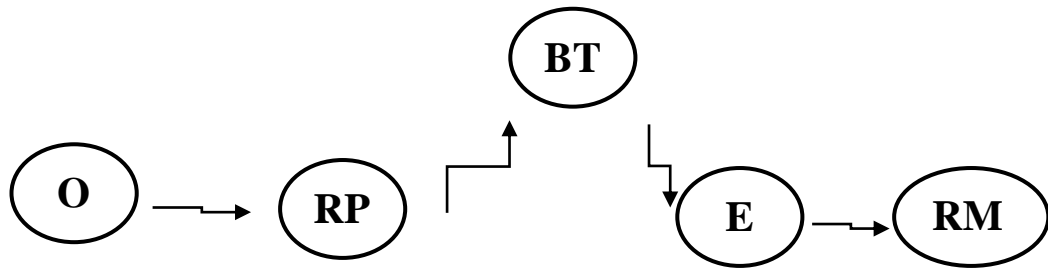
2. Realidad problemática : Identificar o detectar el problema de investigación, y diagnosticarlo.

3. Base teórica : Implementar el plan o programa y evaluar resultados.

4. Estrategia : Formulación de un plan o programa para resolver el problema o introducir un cambio.

5. Realidad mejorada : Es la retroalimentación, la cual conduce a un nuevo diagnóstico y una nueva espiral de reflexión y acción





**Dónde:**

- O** : Observador
- RP** : Identificar Realidad problemática
- BT** : Base teórica
- E** : Estrategia Habilidades Sociales.
- RM** : Realidad Mejorada

#### 5.4. Población - Muestra.

Conjunto de todos los elementos que forman parte del espacio territorial al que pertenece el problema de investigación que concuerdan con determinadas especificaciones. Es el universo conformado por 65 adolescentes del Centro Poblado San Regis del Distrito de Saposoa Provincia de Huallaga, incluye 43 adolescentes del sexo masculino y 22 adolescentes del sexo femenino, cuyas edades fluctúan entre los 12 hasta los 18 años.

#### Características de la Muestra.

**Tabla 1.** *Características de la Muestra Según Edad y Sexo.*

Característica	N	%
Sexo		
Varones	43	66.2
Mujeres	22	33.8
Edad		
12 - 14	38	58
15 - 18	27	42
Total	65	100

**Criterio de inclusión:**

Adolescentes del sexo femenino y masculino que tengan edades de 12 a 18 años respectivamente.

Adolescentes que pertenezcan al Centro Poblado San Regis del Distrito de Saposoa Provincia de Huallaga.

Adolescentes que no se encuentre recibiendo algún tipo de estratégico intervención en la actualidad.

Adolescentes que estuvieron presentes en la aplicación del instrumento.

**Criterio de exclusión:**

Adolescentes que no asistieron a la aplicación del instrumento.

5.5. Método de investigación.

2.5.1. Métodos Teóricos.

a. El Método Descriptivo.

Consiste en describir, analizar e interpretar sistemáticamente un conjunto de hechos o fenómenos y sus variables que les caracterizan de manera tal como se dan en el presente; apunta a estudiar el fenómeno en su estado actual y en su forma natural (Sánchez y Reyes, 2006, p. 50).

b. El Método Inductivo.

“Se aplica en método inductivo de lo particular a lo general de los datos a las generalizaciones no estadísticas y la teoría” (Hernández, Fernández y Batista, 2010, p.11).

c. El Método Deductivo.

“Se aplica en método deductivo de lo general a lo particular de las leyes y teoría a los datos” (Hernández, Fernández y Batista, 2010, p.11).

## 5.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.

### a. Técnicas:

La observación: Es un método de recolección de datos que consiste en el registro sistemático, válido y confiable de comportamientos y situaciones observables a través de esta técnica se obtuvo información conductual relevante durante las entrevistas, lo que permitió señalar cuales son las conductas más frecuentes que tiene los adolescentes. Es la captación de los medios circundantes a través de la vista formando imágenes de los caracteres más importantes e inician una conceptualización subjetiva. Esta técnica se la utilizará con el fin de poder obtener información positiva y directa del problema que se está estudiando de una manera sistematizada, profunda y controlada (Hernández, Fernández, Y Baptista, 2010, p. 252).

La entrevista psicológica: define la entrevista como otro instrumento de la técnica de observación mediante uso de la encuesta, pero esta vez dada de forma verbal por parte del informante, por ser una fuente primaria, se requiere de la elaboración de preguntas muy bien pensadas antes de estar los entrevistadores frente a los entrevistados, es decir, deben ser planificadas o estructuradas, de manera sistemática, aun cuando ellas pueden ser no estructuradas. Se logró obtener información de segunda fuente (padres de familia, tutores, alumnos), sobre la percepción que se tiene de los adolescentes. Es la comunicación interpersonal establecida entre el investigador y el sujeto de estudio a fin de conseguir respuestas verbales a las interrogantes planteadas del tema propuesto (Hernández, Fernández, Y Baptista, 2010, p.235).

Validez de expertos: grado en que un instrumento realmente mida la variable de interés, de acuerdo con expertos del tema (Hernández, Fernández, Y Baptista, 2010, p. 204).

### b. Instrumento:

Es el cuestionario, diseñado con preguntas, un conjunto de preguntas respecto de una o más variable que se va a medir (Hernández, Fernández, Y Baptista, 2010, p.199).

Se empleará el siguiente instrumento:

**FICHA TÉCNICA** : Cuestionario Modificado de Hostilidad Agresividad de Buss-Durkee.

- Nombre Original : Inventario de Hostilidad Agresividad de Buss-Durkee.
- Autor : Arnold Buss-Durkee.
- Adaptación Peruana : Carlos Reyes Romero.
- Administración : Individual, colectivo.
- Tiempo : 50 minutos
- Aplicación : Adolescentes y Adultos.
- Puntuación : Calificación Computarizada
- Tipificación : Baremos Peruanos
- Usos : Clínico, educativo.
- Materiales : Lápiz, borrador. Instrumento.

Las puntuaciones parciales por sub-test oscilan entre 0 a 15 (16 para irritabilidad), y de 15 a 91 la puntuación total.

El criterio para la clasificación de los sujetos ha sido establecido de la siguiente manera:

0	a	4	“Nivel Bajo”
5	a	9	“Nivel Medio”
10	a	15	“Nivel Alto”.

Los intervalos extremos de 0 a 4 y 10 a 15, indicarán una baja y alta agresividad respectivamente.

**Validez:**

Se trabajó con el índice de validez empírica del instrumento realizando un estudio en una muestra piloto, dividiendo los resultados totales del grupo en dos: alta y baja agresividad (de acuerdo al puntaje total).

### **Confiabilidad:**

Se utilizó el método de división por mitades, correlacionando en cada sub escalas reactivas impares con reactivos pares, con el procedimiento estadístico de Correlación producto momento de Pearson. Los coeficientes de correlación obtenidos para cada sub escala son los siguientes:

a. Escala de Irritabilidad	= 0.76
b. Escala de Agresión Verbal	= 0.58
c. Escala de Agresión indirecta	= 0.64
d. Escala de Agresión Física	= 0.78
e. Escala de Resentimiento	= 0.62
f. Escala de Sospecha	= 0.41

#### 5.7. Métodos de Análisis de datos.

En el análisis estadístico de la presente investigación se trabajó con el programa Microsoft Excel para crear una base de datos, luego se utilizó el programa estadístico SPSS versión 22, para realizar tablas de porcentaje para observar los niveles de la agresividad (Hernández, Fernández y Baptista 2010, p.32).

#### 5.8. Aplicación de principios éticos:

##### 5.8.1. Respeto por las personas:

Se basa en reconocer la capacidad de las personas para tomar sus propias decisiones, es decir, su autonomía. A partir de su autonomía protegen su dignidad y su libertad. El respeto por las personas que participan en la investigación (mejor “participantes” que “sujetos”, puesto esta segunda denominación supone un desequilibrio) se expresa a través del proceso de consentimiento informado, que se detalla más adelante. Es importante tener una atención especial a los grupos vulnerables, como pobres, niños, marginados, prisioneros. Estos grupos pueden tomar decisiones empujados por su situación precaria o sus dificultades para salvaguardar su propia dignidad o libertad (Martín, 2013, p.29).

#### 5.8.2. Beneficiencia:

La beneficiencia hace que el investigador sea responsable del bienestar físico, mental y social del paciente. De hecho, la principal responsabilidad del investigador es la protección del participante. Esta protección es más importante que la búsqueda de nuevo conocimiento o que el interés personal, profesional o científico de la investigación. Implica no hacer daño o reducir los riesgos al mínimo, por lo que también se le conoce como principio de no mal eficiencia (Martín, 2013, p.29).

#### 5.8.3. Justicia

El principio de justicia prohíbe exponer a riesgos a un grupo para beneficiar a otro, pues hay que distribuir de forma equitativa riesgos y beneficios. Así, por ejemplo, cuando la investigación se sufraga con fondos públicos, los beneficios de conocimiento o tecnológicos que se deriven deben estar a disposición de toda la población y no sólo de los grupos privilegiados que puedan permitirse costear el acceso a esos beneficios (Martín, 2013, p.29).

#### 5.8.4. Principio de no maleficencia.

‘Primum non nocere’, en primer lugar no hacer daño. Contenido en el Juramento Hipocrático, puede ser exigido de forma obligatoria. Si en cualquier situación o circunstancia no podemos hacer un bien debemos, al menos, no hacer un mal. Este principio prevalece cuando entra en conflicto con otros principios (Martín, 2013, p.30).

## **CAPITULO VI. LIMITACIONES DEL ESTUDIO.**

Toda investigación tiene riesgo y limitaciones, sin embargo, se ha procurado salvar una serie de circunstancias adversas con el fin de cumplir los propósitos del trabajo. Pese a ello consideramos que las más saltantes limitaciones fueron:

- Los resultados a las que se arriben pueden ser generalizados únicamente en la poblaciones con similares características a las del estudio; pero además sirve como base, modelo y referencia para la elaboración de nuevos estudios que se enfoquen en el mejoramiento de las conductas agresivas en los adolescentes de las edades y poblaciones similares a las del estudio.
- Escasos antecedentes locales sobre investigaciones realizadas con las variables de estudio. Lo que limitara las discusiones de los resultados de la investigación.
- La investigación cuenta con un tiempo limitado.
- Se contó con una población pequeña.
- El acceso a la población objeto de estudio se ve afectado por el investigador que no puede acceder a la misma, en ese sentido la investigación será propositiva, es decir será realizada a manera de propuesta para que los responsables de la población apliquen la estrategia de intervención.
- No contar con la permanencia de un Psicólogo especialista en temas de habilidades sociales y conductas agresivas, para la aplicación de la estrategia de intervención en la población seleccionada.

## CAPITULO VII. PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS.

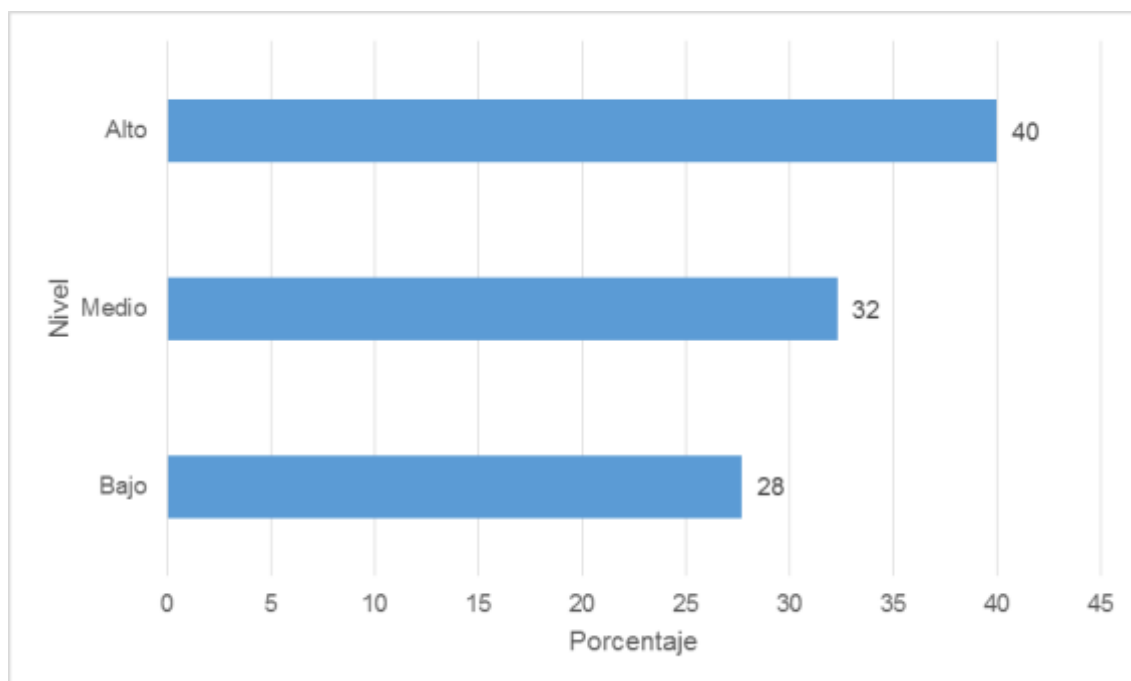
### 7.1. Descripción.

#### 7.1.1. Resultado sobre el nivel general de agresividad en los adolescentes.

**Tabla 2.** Nivel general de agresividad.

Agresividad	N	%
Alto	<b>26</b>	<b>40</b>
Medio	21	32
Bajo	18	28
Total	65	100

Se aprecia tendencia a un nivel alto de agresividad (40%), en los adolescentes del Centro Poblado San Regis del Distrito de Saposoa Provincia de Huallaga - San Martín.



**Figura1.** Niveles de agresividad en los adolescentes.

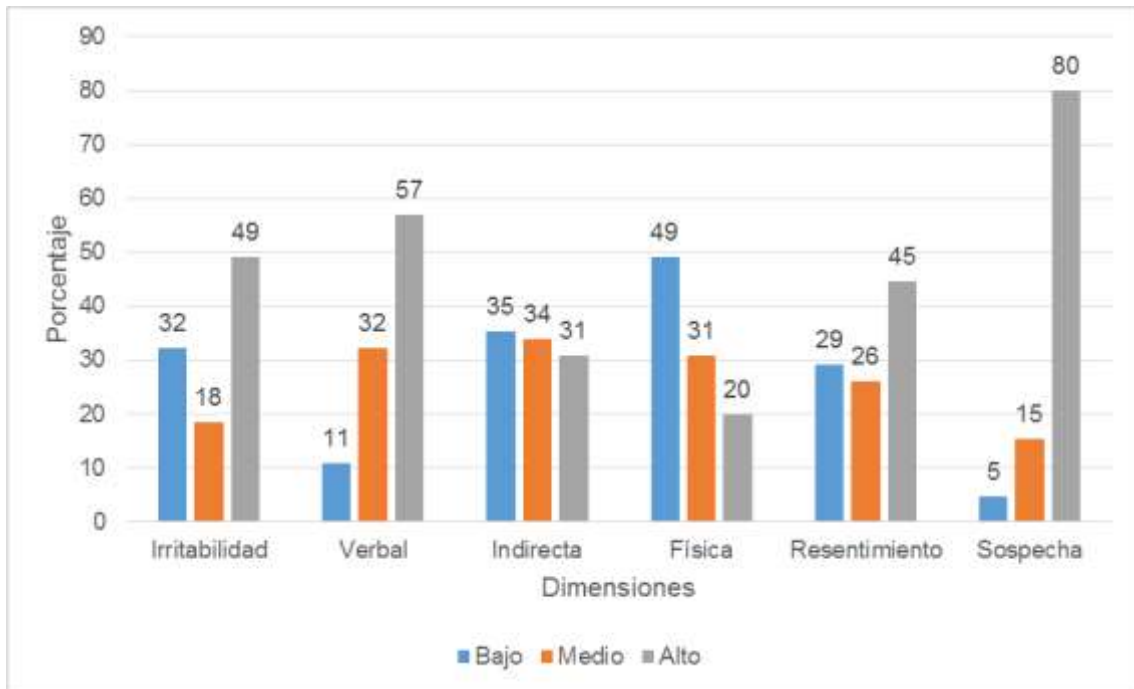


7.1.2. Resultado sobre los niveles de las escalas de agresividad en los adolescentes.

**Tabla 3.** Niveles de las escalas de agresividad.

<b>Escalas</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>Irritabilidad</b>		
Alto	<b>32</b>	<b>49</b>
Medio	12	18
Bajo	21	32
<b>Verbal</b>		
Alto	<b>37</b>	<b>57</b>
Medio	21	32
Bajo	7	11
<b>Indirecta</b>		
Alto	20	31
Medio	22	34
Bajo	<b>23</b>	<b>35</b>
<b>Física</b>		
Alto	13	20
Medio	20	31
Bajo	<b>32</b>	<b>49</b>
<b>Resentimiento</b>		
Alto	<b>29</b>	<b>45</b>
Medio	17	26
Bajo	19	29
<b>Sospecha</b>		
Alto	<b>52</b>	<b>80</b>
Medio	10	15
Bajo	3	5
<b>Total</b>	<b>65</b>	<b>100</b>

Se aprecia tendencia a un nivel alto de la escala de Sospecha (80%), Verbal (57%), Irritabilidad (49%) y Resentimiento (45%); un nivel bajo de la escala de Física (49%) e Indirecta (35%), en los adolescentes del Centro Poblado San Regis del Distrito de Saposoa Provincia de Huallaga - San Martín.



**Figura2.** Niveles de las escalas de agresividad en los adolescentes.

## 7.2. Discusión.

Esta investigación ha permitido elaborar una estrategia de intervención de habilidades sociales, sustentada en la dinámica del proceso para la disminución de las conductas agresivas en los adolescentes del Centro Poblado San Regis del Distrito de Saposoa Provincia de Huallaga - San Martín.

Buss (1969) define a la agresión como respuesta instrumental que proporciona castigo; tal es así que el término agresión incluye un gran número de respuestas agresivas. Todas las respuestas agresivas poseen dos características: 1. La descarga de estímulos nocivos y 2. Un contexto interpersonal. De modo que la agresión se define como una reacción que descarga estímulos nocivos sobre otro organismo. Asimismo, Furnham (1992, citado en De Alba Galán, 2005) define a las habilidades sociales como capacidades o aptitudes empleadas por el individuo cuando interactúa con otras personas en un nivel interpersonal.

Estas teorías son reforzadas con los datos hallados en la presente investigación, donde existe una tendencia de un nivel alto de agresividad (40%), lo que significa que los adolescentes tienden a presentar mal humor con relativa facilidad, presentan sentimientos persistentes de disgusto o enfado hacia alguien por considerarlo causante de cierta ofensa o daño sufridos, y que se manifiesta en palabras o actos de hostilidad. Estos resultados concuerdan con Borrego y León (2003) quienes afirman en su investigación que aquellos adolescentes que son poco benevolentes tiene altas posibilidades a desencadenar conductas hostiles y agresivas. De igual forma Matalinares et al., (2010) mencionan que la agresividad de los estudiantes también se muestra diferente en función del sexo, al hallarse diferencias significativas en la subescala de agresividad física entre varones y mujeres, por lo que es importante realizar la estrategia de intervención de habilidades sociales ya que tiene un impacto positivo en cuando a la disminución de las conductas agresivas en los adolescentes.

Finalmente Mustaca (2004), menciona que en el campo de las habilidades sociales, las intervenciones son procedimientos que integran un conjunto de

técnicas derivadas de la teoría del aprendizaje social, de la psicología social, de la terapia cognitiva y de la modificación de la conducta.

Se diferencian respecto de otros tipos de intervenciones porque:

- 1) Se orientan a ampliar los repertorios de los comportamientos que tienen los sujetos, lo que supone el desarrollo de nuevas habilidades y comportamientos alternativos.
- 2) Se basan en la colaboración activa de los sujetos participantes en las intervenciones, más allá de su aceptación y compromiso.
- 3) Son procedimientos psicoeducativos de formación más que técnicas terapéuticas.
- 4) Tienen la posibilidad de realizarse en grupos, aspecto que potencia la eficacia de dicho entrenamiento.

### 7.3. Construcción del aporte práctico.

“Estrategia de intervención de habilidades sociales para disminuir las conductas agresivas en los adolescentes del Centro Poblado San Regis del Distrito de Saposoa Provincia de Huallaga - San Martín, 2015”.

#### 7.3.1. Introducción.

La Estrategia de intervención de habilidades sociales para disminuir las conductas agresivas en los adolescentes del Centro Poblado San Regis del Distrito de Saposoa Provincia de Huallaga - San Martín, 2015, es un desafío tanto para las autoridades del Centro Poblado como para los padres de familia y directores de los centros educativos en general, para ello se trabajará con estrategias prácticas fundamentadas en literatura científica, que permite el desarrollo de la estrategia propuesta, utilizando como referente fundamental las teorías de Mustaca (2004), Casares (2002) y Ballester y Gil Llario (2002), posteriormente se exponen los elementos y los componentes de su estructura, así como las orientaciones metodológicas para su aplicación.

#### A. Fundamentación de la Estrategia de Intervención de Habilidades Sociales.

El sustento teórico fundamental de la estrategia de intervención de habilidades sociales para disminuir las conductas agresivas en los adolescentes del Centro Poblado San Regis del Distrito de Saposoa Provincia de Huallaga - San Martín, 2015, lo constituyen los aportes teóricos tanto de Mustaca (2004), quien hace referencia que las estrategias de intervenciones de habilidades sociales son un conjunto de técnicas, sesiones referentes al aprendizaje social, a la psicología social, a la terapia cognitiva como conductual. Se diferencian respecto de otros tipos de intervenciones porque: a) se orientan a ampliar los repertorios de comportamientos que tienen los sujetos, lo que supone el desarrollo de nuevas habilidades y comportamientos alternativos; b) se basan en la colaboración activa de los sujetos participantes en las intervenciones, más allá de su aceptación y compromiso; c) son procedimientos psicoeducativos de formación más que técnicas terapéuticas y d) tienen la posibilidad de realizarse en grupos, aspecto que potencia la eficacia de dichos entrenamientos. Asimismo, el autor Giardini Murta (2005), menciona en su teoría que la estrategia de intervención de habilidades sociales se presenta en tres fases: intervención en prevención primaria están dirigidas a personas que no presentan problemas interpersonales pero que están expuestas a factores de riesgo, el objetivo central es mejorar las habilidades sociales como factor de protección, disminuyendo las conductas agresivas en las personas. La secundaria está dirigido a grupos con problemáticas interpersonales expuestos a factores de riesgo, por ejemplo, adolescentes con comportamientos altos de agresividad. Y por último la terciaria está encaminado a disminuir las consecuencias de déficits en habilidades sociales como por ejemplo, los adolescentes y adultos con trastornos disociales y/o agresivos.

Finalmente las estrategias de intervención de habilidades sociales son experiencias de aprendizajes, que corregir aquellas conductas disfuncionales tales como la agresividad, con la finalidad de mejorar ejecuciones correctas (Ballester y Gil Llarío, 2002).

B. Estructura de la Estrategia de Intervención de Habilidades Sociales para disminuir las Conductas agresivas.

La estrategia está estructurada en cinco etapas: La etapa I de Diagnóstico, La etapa II Objetivo general, La etapa III de Planeación estratégica está dividida en dos momentos: Planificación de recursos y métodos para viabilizar la ejecución de la dinámica y ejecución de la dinámica, que se subdivide en dos subprocesos, definido a partir de las cualidades que adquiere la dinámica concebida en su caracterización gnoseológica. En cada etapa están definidos los objetivos y acciones correspondientes, también encontramos La etapa IV instrumento y finalmente Etapa V determinación de los criterios de evaluación.

### 7.3.2. Etapa I: Diagnóstico.

La estrategia de intervención en habilidades sociales contribuye a disminuir las conductas agresivas en los adolescentes del Centro Poblado San Regis del Distrito de Saposa Provincia de Huallaga - San Martín, 2015, parte de la realización de un diagnóstico encaminado a la determinación de las necesidades de esta formación. Este diagnóstico sustenta además las otras etapas de la estrategia, teniendo en cuenta que constituye un punto de partida para el establecimiento de la lógica de la dinámica del proceso de formación investigativa para el desarrollo de la competencia investigativa. Para ello mencionaremos algunos inadecuados comportamientos sociales, lo que genera conductas agresivas en los adolescentes que pertenecen al Centro Poblado tales como:

Sus niveles de agresividad se encuentran incrementados a medida que van creciendo, ya que suelen ser impulsivos, con escasa capacidad de reflexión, falta de control de la ira, muestran frialdad, poca empatía, suelen expresarse con una actitud a la defensiva, suelen estar mal humorados y con poca tolerantes a la frustración. Algunos de ellos presentan deterioros en las actividades académicas, puesto que su rendimiento es muy bajo, sus relaciones interpersonales en la escuela son inadecuadas, suelen tener problemas con sus compañeros de estudios, donde suelen pelearse, discutir, entre otros.

Asimismo, suelen ser violentos con su entorno familiar, donde discuten con sus progenitores, no obedecen, suelen ser rebeldes, las normas y el respeto en la familia no suele ser de gran importancia para los adolescentes, y estas situaciones con el transcurso del tiempo pueden ir incrementando. Finalmente en su entorno social, los adolescentes suelen no respetar a sus mayores, no suelen ser educados, más bien, ser violentos verbalmente, en ocasiones se pelean entre adolescentes en la misma calle, y molestan a sus compañeras que pasan a su alrededor, acosándolas en ocasiones.

1. Frente a lo mencionado anteriormente en esta etapa, se desarrollaran las siguientes acciones :

- Caracterizar a los adolescentes en cuanto al desarrollo cognitivo alcanzado por estos en el proceso de desarrollo de habilidades sociales.
- Identificar los aspectos que inciden en la apropiación de las habilidades sociales para una conducta integral de los adolescentes.
- Aplicar en la solución de problemas vinculados a las habilidades sociales dentro del proceso de desarrollo de habilidades sociales.

Y finalmente gracias a las acciones a desarrollar, los adolescentes lograrán incorporar conocimientos, habilidades y técnicas con las que logren controlar o evadir los eventos generadores de agresividad y mejorar su estado emocional, además adquirir las competencias necesarias para alcanzar un desarrollo personal, académico y social adecuado.

7.3.3. Etapa II: Planteamiento del objetivo general.

Contribuir mediante el desarrollo de estrategias psicológicas en la disminución de las conductas agresivas en los adolescentes del Centro Poblado San Regis del Distrito de Saposoa Provincia de Huallaga - San Martín, 2015.

7.3.4. Etapa III. Planeación estratégica.

Debido a que los adolescentes del Centro Poblado San Regis del Distrito de Saposoa Provincia de Huallaga - San Martín, 2015, presentan conflictos y hostilidad en la interacción social, y que necesitan una organización e integración

entre los mismos, se cree conveniente desarrollar fases y acciones psicológicas, en la estrategia propuesta, para ayudar a los adolescentes a disminuir sus niveles de agresividad, mejorando sus habilidades sociales, y puedan darse cuenta de los elementos mentales, emocionales y físicos de la agresividad, empleando las habilidades de afrontamiento cognitivo y de relajación con ellos mismos, entre otros. Además se plantea que la intervención propuesta les ayudara aumentar las conductas adaptativas y a disminuir las desadaptativas, prefiriendo elegir comportamientos adecuados, en vez de actuar de forma agresiva, impulsiva o autodestructiva.

Para ello se debe considerar el compromiso: tanto de las autoridades, como de los mismos padres de familia; ya que siendo en la familia el grupo social básico donde se producen los primeros intercambios de conductas sociales y afectivas, valores y creencias, que tienen una influencia muy decisiva en el comportamiento social de cada adolescente; y por qué no también el compromiso de las autoridades de los centros educativos en general quienes también influyen gran parte de la formación en los adolescentes, cuyo compromiso es asegurar el éxito de nuestro trabajo propuesto, donde estén dispuestos a trabajar en equipo y también aprender cada día más, para conocer el proceso de enseñanza y tener recursos y medios disponibles, empleando metodologías, objetivos, acciones y estrategias que sirvan para disminuir las conductas inadecuadas de agresividad de los adolescentes de dicha población y finalmente desarrollen relaciones sociales sanas.

Además, se propone inducir a los adolescentes que analicen interacciones sociales correspondientes a situaciones cotidianas, donde ensayarán diferentes modos de respuesta; asimismo las consecuencias derivadas de cada uno de ellos, donde adoptarán diferentes papeles: emisor, receptor u observador, posteriormente las observaciones y reflexiones realizadas desde cada uno de estos papeles y haciendo propuestas de mejora. De igual forma, se realizará discusiones y análisis que permitirá el aprendizaje de diferentes alternativas de pensamiento ante una misma situación, y de la anticipación de consecuencias probables. Las propuestas de prácticas en situaciones reales permiten la



generalización y consolidación de los aprendizajes. Por otro lado, se utilizará frecuentemente el "refuerzo social", proporcionando elogios verbales y gestuales, y la aprobación de las respuestas que pongan de manifiesto el uso de las habilidades adecuadas, con la finalidad de resolver o prevenir conflictos, tanto durante las fases de entrenamiento como en el desarrollo habitual de las interacciones sociales.

La estrategia de intervención se desarrollará a través de 05 fases propuestas, la cual está constituido por objetos y acciones:

### **Fase 01: "INTRODUCCIÓN DE LAS TÉCNICAS DE RELAJACIÓN".**

Cuyos objetivos son:

- Sensibilizar y concientizar a los responsables del Centro Poblado San Regis acerca de la ejecución de la estrategia de intervención de H.S, de preferencia que sean 3 docentes pedagogos o psicopedagogos, que conozcan sobre el tema de H.S, y que hayan trabajado con adolescentes, contando con la participación de un Psicólogo.
- Orientar a los participantes sobre las fases.
- Establecer reglas.
- Informar sobre las técnicas de relajación a los adolescentes del Centro Poblado San Regis, con niveles medios y altos de agresividad.

### **Acciones:**

1. El Psicólogo de apoyo explicará a los docentes seleccionados las fases de la estrategia de intervención, teóricas y prácticas en 3 días (Ver anexo 10).
2. Los docentes luego de ser sensibilizados y concientizados están en la capacidad de aplicar la estrategia de intervención donde iniciaran dando la palabra de la bienvenida, con una dinámica de presentación: "quisiera ser como", y se hace la entrega de solapines con sus respectivos nombres a cada participante.
3. Los docentes explicaran el cronograma de las actividades y los objetivos.
4. Los docentes establecen normas, juramentación y compromiso mediante la carta de compromiso. Se desarrolla un conversatorio sobre las técnicas de

relajación y su importancia, llenado de carteles con sus respuestas personales. **Finalmente se realiza la retroalimentación.**

### **Fase 02: “TÉCNICAS DE RELAJACIÓN – EXTREMIDADES SUPERIORES”.**

Cuyos objetivos son:

- Enseñar los ejercicios de tensión para el grupo muscular de extremidades superiores con la técnica de relajación muscular progresiva de Jacobson a los adolescentes del Centro Poblado San Regis, identificados con niveles medios y altos de agresividad.
- Dar a conocer habilidades cognitivas de afrontamiento sobre creencias irracionales ante la agresividad en los adolescentes del Centro Poblado San Regis, con niveles medios y altos de agresividad.

### **Acciones – Los docentes:**

1. Aplican la técnica de relajación con imagen.
2. Luego ejecutan las técnicas de relajación muscular de Jacobson (extremidades superiores), con imágenes.
3. Desarrollan un Socio drama: “casos de la vida real”, y analizar la obtención de los mismos.
4. Generan un conversatorio sobre las creencias irracionales y modo de afrontamiento.
5. Establecen una retroalimentación de lo aprendido de la fase y las conclusiones.

### **Fase 03: “TÉCNICA DE RELAJACIÓN - EXTREMIDADES INFERIORES”.**

Cuyos objetivos son:

- Enseñar los ejercicios de tensión para el grupo muscular de las extremidades inferiores a través de las técnicas de relajación muscular progresiva a los adolescentes, con niveles medios y altos de agresividad del Centro Poblado San Regis del Distrito de Saposoa.

- Incentivar habilidades cognitivas de afrontamiento sobre la psicoterapia racional emotiva ante la agresividad en los adolescentes del Centro Poblado San Regis, con niveles medios y altos de agresividad.

#### **Acciones – Los docentes:**

1. Aplican las técnicas de relajación muscular progresiva de Jacobson (miembros inferiores).
2. Explican el modelo ABC el modelo de la psicoterapia racional – emotiva.
3. Desarrollan 2 casos a los participantes, donde deben analizar y brindar sus conclusiones respectivas.
4. Realizan una retroalimentación de lo aprendido de la fase y las conclusiones.

#### **Fase 04: “AUTO-INSTRUCCIONES”.**

Cuyo objetivo es:

- Buscar que los adolescentes del Centro Poblado San Regis tomen en cuenta sus emociones y sus comportamientos agresivos que se pueden controlar a través de frases y pensamientos auto- inducidos

#### **Acciones – Los docentes:**

1. Realizan un socio drama: se pide a dos participantes que escenifiquen una situación en donde se desarrollan comportamientos agresivos, llevando a la reflexión para descubrir el porqué de su reacción agresiva.
2. Realizan un ejercicio de auto-instrucciones: se explicó a los participantes que las reacciones de ira pueden ser reducidas haciendo uso del auto-instrucción en los momentos en que se experimenta la sensación de ira. Registro de auto-instrucciones: se les entrega una copia a cada participante se pregunta si estos mensajes influirán en el control de sí mismo ante la agresividad.
3. Luego brindan la Ficha N° 2: representación de papeles de control de la agresividad (los participantes utilizarán mensajes auto-instructivos para cada situación), cada participante expondrá sus respuestas. Se

establece una retroalimentación de lo aprendido de la fase y las conclusiones.

#### **Fase 5: “META CUMPLIDA”.**

Cuyos objetivos son:

- Conocer las opiniones de los participantes sobre la experiencia de la intervención.
- Proceder con la clausura de las fases.
- Entregar certificados de participación a los adolescentes del Centro Poblado San Regis,
- Evaluación de lo aprendido

#### **Acciones:**

1. Realizan una apreciación de cada participante, dirá lo que opina, qué le ha parecido, si han cubierto sus expectativas.
2. Realizan un compartir con los participantes.
3. Entregan a cada participante un certificado por su participación.
4. Finalmente Evalúan el proceso de lo aprendido, con el Instrumento Rubrica (Ver anexo 09).

#### 7.3.5. Etapa IV. Instrumentación.

##### a. Aplicación:

- Se propone 5 fases en la estrategia de intervención, llevándose a cabo en el auditorio de la Municipalidad del Centro Poblado San Regis del Distrito de Saposoa Provincia de Huallaga – San Martín.

##### b. Duración:

- 1 mes y 3 días de aplicación Octubre – Noviembre del 2015 :
  - Primero el Psicólogo de apoyo sensibilizará y concientizará 3 días a los docentes seleccionados, sobre la estrategia de intervención propuesta.
  - Segundo los docentes seleccionados aplicarán la estrategia de intervención durante un periodo de 1 mes considerando 3 fases en

tres semanas y 2 fases en una semana, con una duración entre 90 a 120 minutos aproximadamente. Para realizar el trabajo grupal deben sub dividirse en 6 grupos de 10 personas y 1 grupo de 5 personas.

c. Participantes:

- 65 adolescentes cuyas edades fluctúan entre 12 a 18 años del Centro Poblado que incluyen adolescentes de la comunidad, centros educativos.

d. Responsable de la ejecución:

- Autoridades del Centro Poblado (alcalde, regidores, presidente de la ronda, entre otros), padres de familia, y autoridades de los centros educativos de secundaria (directores, docentes del plantel). **Los responsables de ejecutar la estrategia de intervención serian 3 docentes quienes se les orientaran y concientizarán de preferencia que sean docentes con estudios concluidos en pedagogía o psicopedagogía, que conozcan sobre el tema de habilidades sociales y que hayan trabajado con adolescentes.** Además se debe contar con la participación de un Psicólogo para que concientice a los docentes seleccionados sobre la estrategia de intervención propuesto.

7.3.6. Etapa V. Evaluación.

La evaluación se lleva a cabo durante todo el proceso del programa, con la finalidad de hacer reajustes si fueran necesarios y hacer conscientes a los adolescentes sobre sus limitaciones y avances.

La evaluación debe ser realizada:

1 mes y 3 días de aplicación Octubre – Noviembre del 2015:

- Primero el psicólogo de apoyo sensibilizará y concientizará 3 días a los docentes seleccionados, sobre la estrategia de intervención propuesta.
- Segundo los docentes seleccionados aplicarán la estrategia de intervención durante un periodo de 1 mes considerando 3 fases en

tres semanas y 2 fases en una semana, con una duración entre 90 a 120 minutos aproximadamente. Para realizar el trabajo grupal deben sub dividirse en 6 grupos de 10 personas y 1 grupo de 5 personas.

Se ejecutará en el auditorio de la Municipalidad del Centro Poblado San Regis del Distrito de Saposoa Provincia de Huallaga – San Martín. Se valorará sobre todo el proceso de aprendizaje, frente a una evaluación formativa.

La evaluación implica el nivel de logro con respecto a los objetivos planteados, y se orienta hacia la formación integral de los adolescentes en disminuir las conductas agresivas. Dicho mejoramiento de la disminución se pueden evaluar también a través de rubricas.

**La evaluación formativa:** es una actividad sistemática y continua, que tiene por objeto proporcionar la información necesaria sobre el proceso educativo, para reajustar sus objetivos, revisar críticamente los planes, los programas, los métodos y recursos, orientar a los/las estudiantes y retroalimentar el proceso mismo. Puede ser aplicada mediante diferentes estrategias tales como rubrica

**La rúbrica:** es una herramienta que ofrece a los adolescentes información acerca de las competencias que se esperan de ellos, junto con los “indicadores”, criterios o evidencias que le informan de lo qué tienen que hacer para lograr estas competencias (Cebrián ,2008.p.165). De esta forma los adolescentes antes del inicio del curso, de las tareas, de los proyectos, etc. disponen de una información más precisa y detallada. A la vez, y durante el proceso (sobre todo cuando es una rúbrica) pueden disponer de una comunicación más inmediata sobre sus avances.

La rúbrica consiste en una herramienta que ofrece a los adolescentes información acerca de las competencias que se esperan de ellos, junto con los “indicadores”, criterios o evidencias que le informan de qué tienen que hacer para lograr estas competencias (Cebrián ,2008, p. 134).

De esta forma los adolescentes antes del inicio del curso, de las tareas, de los proyectos, etc. disponen de una información más precisa y detallada.

## Ventajas de la rúbrica

- Por ser más interactivas,
- Mejor autonomía por parte de los adolescentes para visionar su estado de competencias adquiridas, y cuáles les queda aún por lograr en cualquier momento,
- Más posibilidades de colaboración en una misma rúbrica o en un mismo curso entre los responsables no importa el tiempo y el espacio.
- Más rapidez y automatización en la evaluación, etc.

La rúbrica es un proceso sistemático que permite obtener información continua y significativa, interpretar la información para conocer la situación del estudiante, con respecto a la construcción de su aprendizaje; formar juicios de valor con respecto a ese proceso y tomar decisiones válidas y oportunas para adecuar las intervenciones didácticas (Cebrián, 2008, p.8).

Es una herramienta de puntuación que enumera los criterios específicos para valorar un trabajo complejo, dicho de otro modo: lo que cuenta. También articula un gradiente de calidad para cada uno de los criterios, desde “flojo” hasta excelente. Su objetivo es diseñarla de manera que los adolescentes pueden ser evaluado claramente y cuáles son los criterios con los que se van a calificar un objetivo previamente establecido, un trabajo, una presentación o un informe escrito de acuerdo con el tipo de actividad que se desarrolle con los alumnos (Torres y Perera, 2010, p.15).

Con el fin de evaluar las competencias adquiridas por los adolescentes de una manera sistematizada y objetiva, y de proporcionar a los adolescentes los criterios de evaluación para regular su propio proceso de aprendizaje se confeccionó una rúbrica de evaluación, la cual se entregó previamente a la realización del trabajo. Proporcionar a los adolescentes una retroalimentación sobre su propia autoevaluación. Los adolescentes necesitan que los responsables les ayuden a conocer alcanzado los objetivos. Esto requiere mayor implicación y trabajo por parte del ponente dado que se necesita una, el papel del expositor es

indispensable para conseguir una autoevaluación precisa y objetiva y podría convertirse en un elemento central del proceso de aprendizaje.

Utilizar la rúbrica de evaluación como método formativo para garantizar el éxito del proceso de aprendizaje y, al mismo tiempo, como método de evaluación sumativa del trabajo realizado .La evaluación implica el nivel de logro con respecto a los objetivos planteados.

Finalmente, se propone **evaluar cada objetivo de las 5 fases** propuestas.

- La escucha activa y compromiso de los participantes.
- Realización de ejercicios adecuadamente de las extremidades superiores e inferiores.
- Atención y participación de los participantes.
- Trabajo en equipo.
- Autocontrol Emocional de los participantes.
- Participación activa a todos responsables y participantes.
- Se interesa por saber lo que hace y para qué lo hace.
- Aporta ideas y aplica su creatividad en la solución de la tarea.
- Respeta y valora la opinión de los demás.
- Es competente en saber decir lo que piensa sin herir a otra persona.
- Es capaz de solucionar los problemas de forma pacífica, aplicando las habilidades y estrategias estudiadas, siendo creativo en la solución.
- Es capaz de iniciar y mantener relaciones comunicativas saludables.
- Es capaz de expresarse de manera eficaz, entre otros.

Al finalizar las 5 fases propuestas, los adolescentes deberán haber adquirido conocimientos, habilidades, técnicas de manejo de emociones, que contribuyan a su buen desarrollo tanto personal como social.

#### 7.3.7. Valoración de la factibilidad y pertinencia de la estrategia.

Para la valoración cualitativa del aporte de la investigación; Estrategia



Intervención de habilidades sociales para disminuir las conductas agresivas en los adolescentes del Centro Poblado San Regis del Distrito de Saposoa Provincia de Huallaga – San Martín.

Se utilizó el criterio de expertos. Este método permitió determinar la factibilidad y pertinencia científico metodológica de la estrategia y además perfeccionar y enriquecer la propuesta. Se **seleccionaron 3 especialistas** que tuvieran relación directa con el tema de habilidades Sociales, con la formación investigativa. En su selección, fueron tomados en consideración, la experiencia profesional de 5 años como docentes pedagogos. Se aplicó una encuesta a fin de determinar el coeficiente de competencia, a partir de la integración de los cálculos de los coeficientes de conocimiento y argumentación para, sobre esta base, hacer la selección definitiva de los expertos. La imposibilidad de realizar réplicas en la aplicación de encuestas a los expertos conllevó a seleccionar la Metodología de la Preferencia, donde la consulta se realizó de forma individual, entregando a cada experto, por escrito, la Estrategia.

Para ello les piden que marquen con una cruz en una escala creciente de 0 a 10, el valor que corresponde con el grado de conocimiento e información que tienen sobre el tema de estudio. Por otra parte le da una tabla para obtener el coeficiente de argumentación. Los resultados para tres expertos (candidatos) es el siguiente

EXPERT O	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1							x			
2								x		
3									x	

$$Kc1 = 7 (0.1) = 7/10 = 0.7$$

$$Kc2 = 8 (0.1) = 8/10 = 0.8$$

$$Kc3 = 9 (0.1) = 9/10 = 0.9$$

	Exp 1			Exp 2			Exp 3		
	A	M	B	A	M	B	A	M	B
1	X					X			X
2		X				X		X	

3		X			X			X	
4	X					X		X	
5	X					X		X	
6		X			X		X		

$$K_a(1) = 0.2 + 0.5 + 0.05 + 0.05 + 0.05 + 0.05 = 0.9$$

$$K_a(2) = 0.2 + 0.4 + 0.05 + 0.05 + 0.05 + 0.05 = 0.8$$

$$K_a(3) = 0.3 + 0.5 + 0.05 + 0.05 + 0.05 + 0.05 = 1$$

$$K_1 = 1/2 (K_{c1} + K_{a1}) = 1/2 (0.7 + 0.9) = 0.8$$

$$K_2 = 1/2 (K_{c2} + K_{a2}) = 1/2 (0.8 + 0.8) = 0.8$$

$$K_3 = 1/2 (K_{c3} + K_{a3}) = 1/2 (0.9 + 0.1) = 0.9$$

Ahora bien si

- $0.8 \leq K \leq 1 \Rightarrow K \rightarrow$  alto, luego el experto 1 tiene competencia media
- $0.5 \leq K < 0.8 \Rightarrow K \rightarrow$  media, luego el experto 3 tiene competencia alta
- $0 \leq K < 0.5 \Rightarrow K \rightarrow$  bajo luego el experto 2 tiene competencia media

Luego el experto 1 tiene competencia media, el experto 3 tiene competencia alta y el experto 2 tiene competencia media

Entonces el investigador pudiera utilizar con toda seguridad al primero de los expertos y si el coeficiente de competencia promedio ( $K_p$ ) de todos los expertos posibles es alto, podría analizar la posibilidad de utilizar el tercero.

$$K_p = 1/3 (0.8 + 0.8 + 0.95) = 2.55 / 3 = 0.85$$

Para el caso de estos tres expertos no la utilizaría, pues  $K_p$  es alto. Los aspectos a evaluar fueron los siguientes: Pertinencia lograda en la selección de los fundamentos epistemológicos que sustentan la estrategia. Idoneidad de las acciones establecidas para la formación científica investigativa. Contribución de la estrategia a la formación de un profesional acorde a las demandas de la sociedad actual y futura. Contribución de la estrategia al desarrollo de competencias investigativas Estructura de la estrategia

En el cuadro se resumen los resultados para cada categoría según la opinión de los Expertos encuestados, los cuales evaluaron cada aspecto en las categorías de:

- Muy adecuado
- Bastante adecuado
- Adecuado
- Poco adecuado
- No adecua

#### 7.4. Ejemplificación de la Estrategia de Intervención de Habilidades Sociales.

La aplicación parcial de la estrategia de intervención se inició fines del mes de octubre del año 2015, donde se contó con la participación de un Psicólogo de la UGEL de la Provincia de Huallaga, quien fue solicitados por las autoridades del Centro Poblado, dicho profesional trabajó en la sensibilización y concientización hacia los docentes seleccionados, contando con 3 docentes pedagogo, donde mostraron interés y participación, trabajando a nivel teórico y prácticos durante los 3 días propuesto en el cronograma.

Posteriormente, Se entrevistó a los docentes respecto a la aplicación de la estrategia, donde mencionan que en la 1° fase: **“INTRODUCCIÓN DE LAS TÉCNICAS DE RELAJACIÓN”**, han observado interés, compromiso, participación en los 65 adolescentes de la muestra seleccionada, en la 2° fase: **“TÉCNICAS DE RELAJACIÓN – EXTREMIDADES SUPERIORES”**, han apreciado una predisposición a mejorar sus conductas, observando a los adolescentes, amables, solidarios, asertivos, conscientes frente a una situación de violencia, de igual forma en la 3° fase: **“TÉCNICA DE RELAJACIÓN - EXTREMIDADES INFERIORES”**, han observado aún más mejorías en las conductas, mostrando estabilidad emocional, relaciones sociales e interpersonales adecuadas entre sus compañeros y en su entorno familiar, en la 4° fase: **“AUTO-INSTRUCCIONES”** y la 5° fase: **“META CUMPLIDA”**, los docentes mencionaron que los adolescentes se dieron cuenta que sus emociones y sus comportamientos agresivos se pueden controlar. Por lo que se concluyen que la estrategia de intervención de HS propuesto, tiene un impacto positivo en cuando a la disminución de las conductas agresivas en los adolescentes del Centro Poblado San Regis del Distrito de Saposoa Provincia de Huallaga - San Martín, 2015, sugiriendo su aplicación total y su culminación.

## **CAPITULO VIII.**

### **8.1. CONCLUSIONES:**

- Se describió epistemológicamente, el proceso de desarrollo de habilidades sociales y su dinámica.
- Se constató las tendencias históricas del proceso de desarrollo habilidades sociales y su dinámica permitiendo entender cuáles eran las regularidades del proceso, según las leyes del desarrollo humano.
- Los adolescentes del Centro Poblado tienden a presentar mal humor con relativa facilidad, presentan sentimientos persistentes de disgusto o enfado hacia alguien por considerarlo causante de cierta ofensa o daño sufridos, y que se manifiesta en palabras o actos de hostilidad. Permitiendo diseñar la estrategia Intervención de Habilidades Sociales en cinco fases.
- Se obtuvo una tendencia general de un nivel alto de agresividad (40%), en los adolescentes del Centro Poblado.
- Se diseñó acciones que contribuyeron en el desarrollo de las habilidades sociales en los adolescentes del Centro Poblado San Regis del Distrito de Saposoa Provincia de Huallaga - San Martín, 2015.
- Dicha estrategia fue sometida a criterio de expertos, constatándose de la pertinencia de la propuesta, emitiendo los expertos una respuesta muy adecuada y dando la autorización para ser aplicada.
- Al ampliar la transformación en el proceso de desarrollo de habilidades sociales por lograr, se percibe un resultado positivo en la disminución de las conductas agresivas en los adolescentes del centro Poblado.

## 8.2. RECOMENDACIONES:

Las siguientes recomendaciones se han planteado para las autoridades del Centro Poblado (alcalde, regidores, presidente de la ronda, entre otros), padres de familia, y autoridades de los centros educativos de secundaria (directores, docentes del plantel), del Centro Poblado San Regis del Distrito de Saposoa de la Provincia de Huallaga - San Martín.

- Aplicar la estrategia de intervención a las nuevas generaciones de menores que estén entrando a la etapa de la adolescencia, quienes presenten conductas de agresividad.
- Culminar con la aplicación de la estrategia de intervención de Habilidades Sociales, con la finalidad de cumplir con el objetivo general propuesto.
- Brindar todas las facilidades tanto materiales como el lugar del local, para que siga la ejecución de la estrategia de intervención de Habilidades Sociales.
- Fomentar buenas habilidades sociales, que contribuyan a través de ejemplos o modelos a seguir en la disminución de las conductas agresivas en los adolescentes.
- Contar con la participación y el compromiso de los responsables de la ejecución de la estrategia de intervención, así como su población beneficiaria.
- Contar con la contratación permanente de un Psicólogo especialista del tema, con la finalidad de fortalecer la ejecución de la estrategia de intervención propuesto.
- Continuar con la investigación de este objeto de estudio de elaborar una estrategia de intervención de habilidades sociales, con la finalidad de diseñar acciones que posibiliten en la disminución de las conductas agresivas en los adolescentes y/o otros factores que influyen.

## **CAPITULO IX. MATERIALES DE REFERENCIA.**

### 9.1. Referencias Bibliográfica.

- Ballester, R. & Gil Llario, M. (2002). *Habilidades sociales. Teoría, estrategia, investigación e intervención*. Madrid: Síntesis.
- Borrego, C. y León, U. (2003). "Relación entre nivel de Creencia en la Benevolencia Humana y el nivel de agresividad en adolescentes asistentes regularmente a los centros de referencia de INABIF de Trujillo". Tesis para optar el título de Licenciado en Psicología. Universidad Privada Cesar Vallejo de Trujillo. Perú.
- Buss, A. (1969). *Psicología de la agresión*. Buenos Aires: Troquel.
- Caballo, V. (1988). *Teoría, evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. Valencia: Promolibro.
- Castrillón, M. y Vieco, D. (2002). Actitudes justificativas del comportamiento agresivo y violento en estudiantes universitarios de la ciudad de Medellín, Colombia. En *Revista de la Facultad de Salud Pública*, 20, (2), 51-66.
- Cebrian, M (2008). La evaluación formativa mediante e Rúbricas. *Rev. INDIVISA*, 4 (7), 197-208.
- Cristóforo, A. (2002). La noción de Intervención en el marco de la consulta psicológica, Diagnósticos e Intervenciones. Enfoques teóricos, Técnicos y Clínicos en la práctica psicológica. Montevideo: Psicolibros–waslala.
- Davis, Mckay y Eshelman (1985). *Técnicas de Autocontrol Emocional*. Buenos Aires: Martínez Roca.
- De Alba Galván, C. (2005). *Desarrollo de habilidades personales y sociales de las personas con discapacidad*. Buenos Aires: Nobel.
- Diccionario De Las Ciencias De La Educación (2009). *Las Ciencias De La Educación (3ª Edición)*. Bogotá: Océano.
- Diccionario De Pedagogía Y Psicología, (1999). *Pedagogía Y Psicología*. Buenos Aires: Cultural.
- Ellis., A (1955). La terapia racional emotiva. Recuperado de <http://www.cat-barcelona.com/pdf/biblioteca/terapia-racional-emotiva/tre7.pdf>.
- Giardini Murta, S. (2005). Aplicaciones de tratamiento en habilidades sociales: Análisis de Producto Nacional *Psicología: Reflexivo e crítica*, 18(2), 283-291.

- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2003). Metodología de la investigación (3ra. Ed.). México, Editorial Mc Graw Hill.
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2010). Metodología de la investigación (5ta. ed.). México, Editorial: Mc Graw Hill.
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2010). Metodología de la Investigación. (6º ed.). México, Editorial: Graw-Hill Interamericana.
- Hurlock, E. (2000). Psicología de la adolescencia. Buenos Aires: Paidós.
- Kaleel, A.; Justicia, F.; Benítez, J. y Pichardo, M. (2007). Incidencia de los malos tratos entre iguales en alumnos de Hebrón (Palestina). En Revista del colegio de psicología de Andalucía Occidental y la Universidad de Sevilla. Apuntes en psicología, 25, (2), 175-184.
- Larry, C. y De La Puente, M. (2004) El niño desobediente. Madrid: Pirámide.
- Martín (2013). Aplicación de los principios éticos a la metodología de la investigación. Artículo de reflexión: la pregunta de investigación. España 3 (1), 29- 30.
- Matalinares, M.; Arenas, C.; Sotelo, L.; Díaz G.; Dioses A.; Yaringaño, J.; Muratt, R.; Pareja, C. y Tipacti, R. (2010). Clima familiar y agresividad en estudiantes de secundaria de Lima Metropolitana. Revista IIPSI Facultad de Psicología UNMSM, 13 (1), 109 – 12.
- Martínez, N. y Sanz, M. (2001) Entrenamiento en habilidades sociales aplicado a jóvenes tímidos. Cuba: Universidad de Oriente.
- Maximova (1962). La Habilidad. Editorial Miñón. España: Valladolid.
- Morán, V y Ovejero, A. (1998) Mejora de habilidades sociales en adolescentes en riesgo Moral. Valencia: Promolibro.
- Monjas Casares, M. (2002). Programa de enseñanza de habilidades de interacción social (PEHIS) para niños y niñas en edad escolar. Madrid: CEPE.
- Murcia, H.; Reyes, A.; Gómez, L.; Medina, F.; Paz, B. y Fonseca, P. (2007). Caracterización familiar de escolares que presentan comportamiento hostil-agresivo en escuelas públicas y privadas del distrito central. En Revista de la facultad de ciencias médicas de la Universidad Autónoma de Honduras. Suplemento, 29, (1), 175-184.

- Mustaca, A. (2004). Tratamientos psicológicos eficaces y ciencia básica. Revista Latinoamericana de Psicología, 36 (1), 11-20.
- Núñez, S. y Varas, H (2009) Ciencias de la Naturaleza y Salud, Chile: Santillana.
- Olivares, J y Méndez., F (2010). Técnica de modificación de conducta. España: Biblioteca Nueva.
- Pérez, J. (2009). Agresividad infantil. Recuperado de <http://www.psicologotarragona.com/material/articulos/LA%20AGRESIVIDAD%20INFANTIL.pdf>.
- Relajación Progresiva de Jacobson (1888). Mediante el Trabajo Muscular y el Control de la Respiración, Recuperado de <https://estudiosengestalt.files.wordpress.com/2012/08/tc3a9cnica-de-relajacic3b3n-progresiva-de-jacobson.pdf>.
- Reyes, B. (2014). Desarrollo de habilidades personales y sociales de las personas con discapacidad. San Milla: Tutoría formación.
- Real Academia Español (2003). Proceso, Revista Español, 3 (1), 3- 26.
- Sánchez, H. y Reyes, C. (2006). Metodología y diseños en la investigación científica. (4ªed.). Lima: Visión Universitaria.
- Torres, G. y Perera. (2010). La rúbrica como instrumento pedagógico para la tutorización y evaluación de los aprendizajes en el foro online en educación superior. Revistas de Medios de Educación, 36 (1), 11-20.



9.2. Anexos.

**ANEXO 01**

*Índices de confiabilidad del Inventario de Agresividad*

Escala	Alfa de Cronbach	N de ítems	M	DE	EEM
Irritabilidad	.68	16	6.52	3.10	1.75
Verbal	.69	15	6.91	2.16	1.21
Indirecta	.68	15	5.58	2.35	1.33
Física	.71	15	4.42	2.94	1.57
Resentimiento	.67	15	6.48	3.03	1.74
Sospecha	.65	15	8.55	2.54	1.50
Total	.84	91	38.46	10.80	4.30

## ANEXO 02

*Índices de homogeneidad por escala y con el total de los ítems del inventario de Agresividad*

Ítem	Escala	Total	Ítem	Escala	Total	Ítem	Escala	Total	Ítem	Escala	Total	Ítem	Escala	Total	Ítem	Escala	Total
1	.23	.23	2	.22	.23	3	.27	.43	4	.26	.25	5	.40	.32	6	.33	.30
7	.22	.33	8	.23	.30	9	.28	.22	10	.22	.22	11	.24	.27	12	.27	.25
13	.24	.22	14	.26	.23	15	.42	.52	16	.33	.23	17	.28	.27	18	.28	.38
19	.41	.47	20	.29	.24	21	.21	.23	22	.28	.27	23	.43	.46	24	.46	.27
25	.25	.27	26	.29	.26	27	.23	.42	28	.65	.33	29	.35	.33	30	.25	.27
31	.28	.29	32	.23	.22	33	.21	.27	34	.25	.24	35	.24	.27	36	.20	.27
37	.44	.51	38	.29	.36	39	.27	.25	40	.47	.49	41	.27	.21	42	.21	.29
43	.25	.29	44	.23	.33	45	.21	.28	46	.27	.30	47	.37	.42	48	.26	.26
49	.27	.42	50	.24	.23	51	.25	.28	52	.28	.29	53	.32	.27	54	.20	.27
55	.23	.21	56	.23	.38	57	.30	.28	58	.31	.33	59	.46	.40	60	.40	.21
61	.52	.41	62	.30	.23	63	.25	.24	64	.51	.21	65	.42	.37	66	.27	.31
67	.46	.40	68	.25	.28	69	.46	.31	70	.39	.28	71	.28	.20	72	.38	.30
73	.34	.35	74	.21	.22	75	.29	.27	76	.47	.33	77	.47	.47	78	.47	.38
79	.30	.26	80	.28	.30	81	.50	.51	82	.31	.28	83	.23	.28	84	.36	.28
85	.47	.34	86	.24	.28	87	.28	.22	88	.26	.21	89	.27	.24	90	.27	.30
91	.27	.24															

**ANEXO 03***Normas del Inventario de Agresividad*

Pc	Irritabilidad	Verbal	Indirecta	Física	Resentimiento	Sospecha	Total
99	14	11	12	11	13	14	62
95	13	10	11	10	12	13	57
90	11	10	8	9	10	12	52
85	10	9	8	7	10	12	51
80	9	9	8	7	10	11	50
75	9	9	7	6	9	11	48
70	8	8	7	6	9	10	45
65	7	8	6	6	8	10	41
60	7	8	5	5	7	9	41
55	7	7	5	5	6	9	39
50	6	7	5	5	6	8	38
45	6	7	5	4	5	8	38
40	6	6	5	3	5	7	37
35	5	6	4	3	5	7	34
30	4	6	4	2	5	7	32
25	4	5	4	2	4	7	30
20	4	5	4	1	4	6	28
15	3	5	4	1	3	6	27
10	3	4	3	1	2	5	23
5	2	3	2	0	2	4	21
1	1	1	1	0	1	3	17
N	65	65	65	65	65	65	65
M	6.52	6.91	5.58	4.42	6.48	8.55	38.46
Me	6	7	5	5	6	8	38
Mo	7	8	5	1	5	7	38
DE	3.10	2.16	2.35	2.94	3.03	2.54	10.80
Mín	1	1	1	0	1	3	17
Máx	14	11	12	11	13	14	62

## ANEXO 04

### INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS

#### Inventario de Hostilidad Agresividad de Buss-Durkee.

EDAD:  
SEXO:

#### INSTRUCCIONES

En las siguientes páginas se le presenta una serie de frases sobre el modo como Ud., se comporta, como Ud., se y siente. Después de leer cada frase, debe decidir con un "CIERTO" o con un "FALSO", a aquella que represente su modo de actuar o sentir usualmente. Trate de responder rápidamente y no emplee mucho tiempo en cada frase; queremos su primera, reacción, no un proceso de pensamiento prolongado.

**ASEGURESE DE NO OMITIR ALGUNA FRASE.** Ahora trabaje rápidamente y recuerde de contestar todas las frases. **NO HAY CONTESTACIONES, "CORRECTAS" O "INCORRECTAS"**, sino simplemente una medida de la forma como Ud. Se comporta.

**Para responder, ponga un UNO (1) debajo de la columna "C" (cierto) o "F" (Falso).**

- 1 Pierdo la paciencia fácilmente, pero la recobro fácilmente.
- 2 Cuando desapruero la conducta de mis amigos (as) se los hago saber.
- 3 A veces hablo mal de las personas que no me agradan.
- 4 De vez en cuando no puedo controlar mi necesidad de golpear a otros.
- 5 Siento que no consigo lo que merezco.
- 6 Sé de personas que hablan de mí a mis espaldas.
- 7 Siempre soy paciente con los demás.
- 8 A menudo me encuentro en desacuerdo con los demás.
- 9 Nunca me molesto tanto como para tirar las cosas.
- 10 No tengo ninguna buena razón para golpear a los otros.
- 11 Otra gente parece que lo obtiene todo.
- 12 Me mantengo en guardia con gente que de alguna manera es más amigable de lo que esperaba.

C	F





- 83 Siento que no he recibido en la vida todas las recompensas que merezco.
- 84 Siento que existe mucha hipocresía entre la gente.
- 85 A veces me irritan las acciones de algunas personas.
- 86 Evito expresar lo que siento ante personas que me desagradan.
- 87 No soy de las personas que se desquitan una ofensa con las cosas de la gente.
- 88 Soy una persona que tiende a meterse en líos.
- 89 Comparado con otros, siento que no soy feliz en esta vida.
- 90 Pienso que las personas que aparentan amistad conmigo, son desleales en mi ausencia.
- 91 Se necesita mucho para irritarme.


PROPIEDAD DE ACP©

**Ψ PsychoMetric Ψ**

**ANEXO 05**

**MATRIZ DE CONSISTENCIA**

<b>DEFINICIÓN DEL PROBLEMA</b>	<b>OBJETIVOS</b>	<b>TÍTULO</b>	<b>VARIBLES</b>	<b>HIPÓTESIS</b>
Inadecuado comportamiento social, lo que genera conductas agresivas.	<p><b>General</b></p> <p>Elaborar una estrategia de intervención del desarrollo de habilidades sociales, basadas en la dinámica de proceso que tenga en cuenta la contradicción entre la intencionalidad</p>	<p><b><u>“ESTRATEGIA DE INTERVENCIÓN DE HABILIDADES SOCIALES PARA DISMINUIR LAS CONDUCTAS AGRESIVAS EN LOS</u></b></p>	<p><b>Variable Independiente</b></p> <p>Estrategias de desarrollo de habilidades</p>	<p><b><u>Hipótesis general:</u></b></p> <p>Si se elabora una estrategia de desarrollo de habilidades sociales basada en la dinámica del proceso que</p>



	<p>formativa y la sistematicidad, para disminuir las conductas agresivas en los adolescentes del Centro Poblado San Regis del Distrito de Saposoa Provincia de Huallaga - San Martín, 2015 .</p> <p style="text-align: center;"><b>Específicos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Caracterizar epistemológicamente, el proceso de desarrollo de habilidades sociales y su dinámica.</li> <li>- Determinar las tendencias históricas del proceso de desarrollo sociales y su dinámica.</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b><u>ADOLESCENTES DEL CENTRO POBLADO SAN REGIS DEL DISTRITO DE SAPOSOA PROVINCIA DE HUALLAGA - SAN MARTÍN, 2015”</u></b></p>	<p>sociales</p> <p style="text-align: center;"><b>Variable Dependiente</b></p> <p>conductas agresivas</p>	<p>tenga en cuenta la contradicción entre la intencionalidad formativa y sistematicidad, entonces se disminuye las conductas agresivas en los adolescentes del Centro Poblado San Regis del Distrito de Saposoa Provincia de Huallaga - San Martín, 2015”</p>
--	---	--	---	---

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Diagnosticar el estado actual de la dinámica del proceso de desarrollo de habilidades sociales en los adolescentes del Centro Poblado San Regis del Distrito de Saposoa Provincia de Huallaga - San Martín, 2015.</li>   <li>- Elaborar la estrategia de desarrollo de habilidades sociales.</li>   <li>- Determinar el nivel general de agresividad en los adolescentes del Centro Poblado San Regis del Distrito de Saposoa Provincia de Huallaga - San Martín, 2015.</li> </ul>			
--	---	--	--	--

	<ul style="list-style-type: none"><li>- Validar la estrategia de Habilidades Sociales, por el método de juicio de expertos.</li> <li>- Corroborar los resultados de la investigación mediante la ejemplificación parcial de la estrategia de desarrollo de Habilidades Sociales.</li></ul>			
--	--	--	--	--

**ANEXO 06**

**INSTRUMENTO DE VALIDACION NO EXPERIMENTAL POR JUICIO DE EXPERTOS**

<b>1. NOMBRE DEL JUEZ</b>		
<b>2.</b>	<b>PROFESIÓN</b>	
	<b>ESPECIALIDAD</b>	
	<b>GRADO ACADÉMICO</b>	MAGISTER EN PSICOLOGÍA CLÍNICA
	<b>EXPERIENCIA PROFESIONAL</b>	
	<b>CARGO</b>	
<p>Título de la Investigación: <b>“ESTRATEGIA DE INTERVENCIÓN DE HABILIDADES SOCIALES PARA DISMINUIR LAS CONDUCTAS AGRESIVAS EN LOS ADOLESCENTES DEL CENTRO POBLADO SAN REGIS DEL DISTRITO DE SAPOSOA PROVINCIA DE HUALLAGA - SAN MARTÍN, 2015”</b></p>		
<b>3. DATOS DEL TESISISTA</b>		
<b>3.1</b>	<b>NOMBRES Y APELLIDOS</b>	MERINO FARIAS , EDINSON JUNIOR
<b>3.2</b>	<b>PROGRAMA DE POSTGRADO</b>	MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA

<b>4. INSTRUMENTO EVALUADO</b>	1. Entrevista ( ) 2. Cuestionario ( x ) 3. Lista de Cotejo ( )	
<b>5. OBJETIVOS DEL INSTRUMENTO</b>	<u><b>GENERAL</b></u> Identificar las conductas agresivas general en los adolescentes.	
<b>INSTRUCCIONES</b>  En las siguientes páginas se le presenta una serie de frases sobre el modo como Ud., se comporta como Ud., se y siente. Después de leer cada frase, debe decidir con un "CIERTO" o con un "FALSO" a aquella que represente su modo de actuar o sentir usualmente. Trate de responder rápidamente y no emplee mucho tiempo en cada frase; queremos su primera, reacción, no un proceso de pensamiento prolongado.  <b>ASEGURESE DE NO OMITIR ALGUNA FRASE.</b>		
<b>N°</b>	<b>6. DETALLE DE LOS ITEMS DEL INSTRUMENTO</b>	Para responder, ponga un UNO (1) debajo de la columna "C" (cierto) o "F" (Falso).

<b>PREGUNTAS</b>	
1. Pierdo la paciencia fácilmente, pero la recobro fácilmente.	A(    )                  D (    ) SUGERENCIAS:
2. Cuando desapruero la conducta de mis amigos (as) se los hago saber.	A(    )                  D (    ) SUGERENCIAS:
3. A veces hablo mal de las personas que no me agradan.	A(    )                  D (    ) SUGERENCIAS:
4. De vez en cuando no puedo controlar mi necesidad de golpear a.	A(    )                  D (    ) SUGERENCIAS:
5. Siento que no consigo lo que merezco.	A(    )                  D (    ) SUGERENCIAS:
6. Sé de personas que hablan de mí a mis espaldas.	A(    )                  D (    ) SUGERENCIAS:
7. Siempre soy paciente con los demás.	A(    )                  D (    ) SUGERENCIAS:
8. A menudo me encuentro en desacuerdo con los demás.	A(    )                  D (    ) SUGERENCIAS:
9. Nunca me molesto tanto como para tirar las cosas.	A(    )                  D (    ) SUGERENCIAS:
10. No tengo ninguna buena razón para golpear a los otros	A(    )                  D (    ) SUGERENCIAS:
11. Otra gente parece que lo obtiene todo.	A(    )                  D (    ) SUGERENCIAS:
12. Me mantengo en guardia con gente que de alguna manera es más.	A(    )                  D (    ) SUGERENCIAS:

13. Soy más irritable de lo que la gente cree.	A( )	D ( )
	SUGERENCIAS:	
14. No puedo evitar entrar en discusiones cuando la gente no está de acuerdo conmigo.	A( )	D ( )
	SUGERENCIAS:	
15. Cuando me molesto, a veces tiro las puertas.	A( )	D ( )
	SUGERENCIAS:	
16. Si alguien me golpea primero, le respondo de igual manera y de inmediato	A( )	D ( )
	SUGERENCIAS:	
17. Cuando recuerdo mi pasado y todo lo que me ha sucedido, no puedo evitar sentirme resentido (a).	A( )	D ( )
	SUGERENCIAS:	
18. Creo que le desagrado a mucha gente.	A( )	D ( )
	SUGERENCIAS:	
19. Me "hierve" la sangre cada vez que la gente se burla de mí.	A( )	D ( )
	SUGERENCIAS:	
20. Yo exijo que la gente respete mis derechos.	A( )	D ( )
	SUGERENCIAS:	
21. Nunca hago bromas pesadas.	A( )	D ( )
	SUGERENCIAS:	
22. Quien sea que insulte a mi familia o a mí, está buscando pelea.	A( )	D ( )
	SUGERENCIAS:	
23. Casi todas las semanas encuentro a alguien que me desagrada.	A( )	D ( )
	SUGERENCIAS:	
24. Hay mucha gente que me tiene envidia.	A( )	D ( )
	SUGERENCIAS:	
25. Si alguien no me trata bien, no permito que eso me moleste.	A( )	D ( )
	SUGERENCIAS:	

26. Aun cuando estoy enfurecido no hablo lisuras.	A( )	D ( )
	SUGERENCIAS:	
27. A veces hago mal las cosas cuando estoy enojado (a).	A( )	D ( )
	SUGERENCIAS:	
28. Quien continuamente me molesto, está buscando un puñete en la nariz.	A( )	D ( )
	SUGERENCIAS:	
29. Aunque no lo demuestre, a vece siento envidia.	A( )	D ( )
	SUGERENCIAS:	
30. A veces tengo la sospecha de que se ríen de mí.	A( )	D ( )
	SUGERENCIAS:	
31. A veces me molesta la sola presencia de la gente.	A( )	D ( )
	SUGERENCIAS:	
32. Si alguien me molesta estoy dispuesto (a) a decirle lo que pienso.	A( )	D ( )
	SUGERENCIAS:	
33. A veces dejo de hacer las cosas cuando no consigo lo que quiero.	A( )	D ( )
	SUGERENCIAS:	
34. Pocas veces contesto, aunque me golpeen primero.	A( )	D ( )
	SUGERENCIAS:	
35. No sé de alguien a quien odie completamente.	A( )	D ( )
	SUGERENCIAS:	
36. Mi lema es "nunca confiar en extraños".	A( )	D ( )
	SUGERENCIAS:	
37. A menudo me siento como "pólvora a punto de estallar".	A( )	D ( )
	SUGERENCIAS:	



38. Cuando la gente me grita, les grito también.	A( )	D ( )
	SUGERENCIAS:	
39. Desde los 10 años no he tenido una rabieta.	A( )	D ( )
	SUGERENCIAS:	
40. Cuando verdaderamente pierdo la calma, soy capaz de cachetear a alguien.	A( )	D ( )
	SUGERENCIAS:	
41. Si permito que los demás me vean como soy, seré considerado difícil de llevar.	A( )	D ( )
	SUGERENCIAS:	
42. Comúnmente pienso, que razón oculta tendrán para hacer algo bueno por mí.	A( )	D ( )
	SUGERENCIAS:	
43. A veces me siento "acalorado" (a) y de mal genio.	A( )	D ( )
	SUGERENCIAS:	
44. Cuando me molesto digo cosas desagradables.	A( )	D ( )
	SUGERENCIAS:	
45. Recuerdo que estuve tan amargo que cogí lo primero que encontré a mano y lo rompí.	A( )	D ( )
	SUGERENCIAS:	
46. Peleo tanto como las demás personas.	A( )	D ( )
	SUGERENCIAS:	
47. A veces siento que la vida me ha tratado mal.	A( )	D ( )
	SUGERENCIAS:	
48. Solía pensar que la mayoría de la gente decía la verdad, pero ahora sé que estoy equivocado (a).	A( )	D ( )
	SUGERENCIAS:	
49. No puedo evitar ser rudo (a) con la gente que no me agrada.	A( )	D ( )
	SUGERENCIAS:	

50. No puedo poner a alguien en su lugar, aún si fuese necesario.	A( ) SUGERENCIAS:	D ( )
51. A veces demuestro mi enojo golpeando la mesa.	A( ) SUGERENCIAS:	D ( )
52. Si tengo que recurrir a la violencia física para defender mis derechos, lo hago.	A( ) SUGERENCIAS:	D ( )
53. Aunque no lo demuestre, me siento insatisfecho (a) conmigo mismo (a).	A( ) SUGERENCIAS:	D ( )
54. No tengo enemigos que realmente quieran hacerme daño.	A( ) SUGERENCIAS:	D ( )
55. No permito que muchas cosas sin importancia me irriten.	A( ) SUGERENCIAS:	D ( )
56. A menudo hago amenazas que no cumplo.	A( ) SUGERENCIAS:	D ( )
57. Cada vez que estoy molesto (a) dejo de hacer las tareas de mi casa.	A( ) SUGERENCIAS:	D ( )
58. Sé de personas que por molestarme, me han obligado a usar la violencia.	A( ) SUGERENCIAS:	D ( )
59. Hay personas a quienes les guardo mucho rencor.	A( ) SUGERENCIAS:	D ( )
60. Raramente siento que la gente trata de amargarme o insultarme.	A( ) SUGERENCIAS:	D ( )

61. Últimamente he estado algo malhumorado.	A( )	D( )
	SUGERENCIAS:	
62. Cuando discuto tiendo a elevar la voz.	A( )	D( )
	SUGERENCIAS:	
62. Me desquito una ofensa negándome a realizar las tareas.	A( )	D( )
	SUGERENCIAS:	
63. Quienes me insultan sin motivo, encontrarán un buen golpe.	A( )	D( )
	SUGERENCIAS:	
64. No puedo evitar ser tosco con quienes trato.	A( )	D( )
	SUGERENCIAS:	
65. He tenido la impresión de que ciertas personas me han tratado de sacar provecho.	A( )	D( )
	SUGERENCIAS:	
66. Me irrita rápidamente cuando no consigo lo que quiero.	A( )	D( )
	SUGERENCIAS:	
67. Generalmente oculto la pobre opinión que tengo de los demás.	A( )	D( )
	SUGERENCIAS:	
68. Cuando me molestan me desquito con las cosas de quienes me desagradan.	A( )	D( )
	SUGERENCIAS:	
69. Quien se burla de mis amigos (as) se enfrentará a golpes conmigo.	A( )	D( )
	SUGERENCIAS:	
70. Me duele pensar que mis padres no hicieron lo suficiente por mí.	A( )	D( )
	SUGERENCIAS:	
71. A veces desconfío de las personas que tratan de hacerme un favor.	A( )	D( )
	SUGERENCIAS:	

72. Tiendo a irritarme cuando soy criticado.	A( ) SUGERENCIAS:	D ( )
73. Prefiero ceder en algún punto de vista antes de discutir.	A( ) SUGERENCIAS:	D ( )
74. Con mis amigos acostumbro a burlarme de quienes no me agradan.	A( ) SUGERENCIAS:	D ( )
75. No hay otra manera de librarse de los sujetos, más que empleando la violencia.	A( ) SUGERENCIAS:	D ( )
76. Siento que los continuos fracasos en la vida, me han vuelto rencoroso (a).	A( ) SUGERENCIAS:	D ( )
77. Hay momentos en los que siento que todo el mundo está contra mí.	A( ) SUGERENCIAS:	D ( )
78. Soy de las personas que se exasperan ante la menor provocación.	A( ) SUGERENCIAS:	D ( )
79. . Tiendo a burlarme de las personas que hacen mal su trabajo.	A( ) SUGERENCIAS:	D ( )
80. Demuestro mi cólera pateando las cosas.	A( ) SUGERENCIAS:	D ( )
81. la mejor solución para colocar a alguien "en su lugar" es enfrentándolo a golpes.	A( ) SUGERENCIAS:	D ( )
82. Siento que no he recibido en la vida todas las recompensas que merezco.	A( ) SUGERENCIAS:	D ( )
83. Siento que existe mucha hipocresía entre la gente.	A( ) SUGERENCIAS:	D ( )

84. A veces me irritan las acciones de algunas personas.	A(    )	D (    )
	SUGERENCIAS:	
85. Evito expresar lo que siento ante personas que me desagradan.	A(    )	D (    )
	SUGERENCIAS:	
86. No soy de las personas que se desquitan una ofensa con las cosas de la gente.	A(    )	D (    )
	SUGERENCIAS:	
88. Soy una persona que tiende a meterse en líos.	A(    )	D (    )
	SUGERENCIAS:	
89. Comparado con otros, siento que no soy feliz en esta vida.	A(    )	D (    )
	SUGERENCIAS:	
90. Pienso que las personas que aparentan amistad conmigo, son desleales en mi ausencia.	A(    )	D (    )
	SUGERENCIAS:	
91. Se necesita mucho para irritarme.	A(    )	D (    )
	SUGERENCIAS:	

---

**Juez Experto - Colegiatura N°**

**ANEXO 07**

**CONSENTIMIENTO INFORMADO**

Yo,.....,  
identificado con DNI....., DECLARO:

Haber sido informado de forma clara, precisa y suficiente sobre los fines y objetivos que busca la presente investigación (especificar el nombre), así como en qué consiste mi participación.

Estos datos que yo otorgue serán tratados y custodiados con respeto a mi intimidad, manteniendo el anonimato de la información y la protección de datos desde los principios éticos de la investigación científica. Sobre estos datos me asisten los derechos de acceso, rectificación o cancelación que podré ejercitar mediante solicitud ante el investigador responsable. Al término de la investigación, seré informado de los resultados que se obtengan.

Por lo expuesto otorgo **MI CONSENTIMIENTO** para que se realice la Entrevista/Encuesta que permita contribuir con los objetivos de la investigación (especificar los objetivos de la investigación).

Saposoa, de del 2015. .

---

**FIMA**

---

**DNI**

## ANEXO 08

### ENCUESTA A EXPERTOS.

Estimado psicólogo (a):

Ha sido seleccionado en calidad de experto con el objetivo de valorar la pertinencia en la aplicación del modelo de la dinámica del proceso de formación de la competencia orientadora del psicólogo y su correspondiente estrategia didáctica. Las interrogantes están en función de evaluar la pertinencia científico-metodológica de la aplicación de los aportes teórico y práctico.

#### **I. Datos del experto:**

- **Nombre y Apellidos:**
- **Edad:**
- **Años de experiencia Psicólogo:**
- **Ocupación actual:**
- **Especialista en qué área:**
- **Grado Científico:**

II.-En la tabla que aparece a continuación se le propone una escala del 1 al 10, que va en orden ascendente del desconocimiento al conocimiento profundo. Marque la cuadrícula que considere se corresponde con el grado de conocimiento que usted como psicólogo conoce sobre el tema,: El experto deberá marcar una cruz en la casilla que estime pertinente, si conoce el tema de habilidades sociales.

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

III.- Marque con una cruz las fuentes que usted considera que han influido en su y Conocimiento sobre el tema, en un grado alto, medio o bajo

FUENTES DE ARGUMENTACION	GRADO DE INFLUENCIA DE CADA UNA DE LAS FUENTES EN SUS CRITERIOS		
	ALTO (A)	MEDIO (M)	BAJO (B)
1. Análisis Teóricos Realizados	0.3	0.2	0.1
2. Experiencia obtenida	0.5	0.4	0.2
3. Conoce Trabajos de autores nacionales	0.05	0.05	0.05
4. Conoce Trabajos de autores Extranjeros.	0.05	0.05	0.05
5. Conocimiento del estado actual del problema en el extranjero	0.05	0.05	0.05
6. Intuición	0.05	0.05	0.05
TOTAL	1	0.8	0.5



1. Considera que la selección de los fundamentos epistemológicos que sustentan la Estrategia es:

Muy Adecuada (5)	Bastante Adecuada (4)	Adecuada (3)	Poco Adecuada (2)	No Adecuada

2. La estructura de la estrategia es:

Muy Adecuada (5)	Bastante Adecuada (4)	Adecuada (3)	Poco Adecuada (2)	No Adecuada

3. Las acciones establecidas para la formación investigativa son:

Muy Adecuada (5)	Bastante Adecuada (4)	Adecuada (3)	Poco Adecuada (2)	No Adecuada

4. La estrategia contribuye a la formación de un profesional acorde a las demandas de la sociedad actual y futura de manera:

Muy Adecuada (5)	Bastante Adecuada (4)	Adecuada (3)	Poco Adecuada (2)	No Adecuada

5. El establecimiento de la estrategia propuesta para la formación investigativa Contribuye a eliminar las insuficiencias en la solución de problemas profesionales de los estudiantes de la carrera de psicología

Muy Adecuada (5)	Bastante Adecuada (4)	Adecuada (3)	Poco Adecuada (2)	No Adecuada

**ANEXO 09****RUBRICA**

<b>HABILIDADES SOCIALES</b>				
<b>PUNTAJE</b>		<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
<b>ES CONSCIENTE DE SU PROCESO DE APRENDIZAJE</b>	1. Reconoce las capacidades que tiene.			
	2. Expone las dificultades que se presentan en su aprendizaje.			
	3. Propone e implementa estrategias para resolución de sus dificultades.			
<b>PRESENTA MOTIVACIÓN EN EL TRABAJO</b>	1. su participación es activa en el grupo			
	2. aporta iniciativas propias en las tareas asignadas.			
	3. asume una posición crítica en las actividades del grupo.			
	1. Expone con dominio, claridad y participa activamente en las discusiones grupales y tutorías			

<b>DESARROLLA COMPETENCIAS COMUNICATIVAS Y ASERTIVAS</b>	2. Tiene capacidad de escucha, atenta y respetuosa			
	3. Sus escritos son claros coherente y lógicos.			

### NIVELES

#### ES CONSCIENTE DE SU PROCESO DE APRENDIZAJE:

0- 3 = Nivel Bajo

4-6 = Nivel Medio

7- 9= Nivel Alto

#### PRESENTA MOTIVACIÓN EN EL TRABAJO:

0- 3 = Nivel Bajo

4-6 = Nivel Medio

7- 9= Nivel Alto

#### DESARROLLA COMPETENCIAS COMUNICATIVAS Y ASERTIVAS:

0- 3 = Nivel Bajo

4-6 = Nivel Medio

7- 9= Nivel Alto

## ANEXO 10

### ESTRATEGIA DE INTERVENCIÓN

**Aplicación del Pres – Test.**

#### FASE N° 01:

#### “INTRODUCCIÓN DE LAS TÉCNICAS DE RELAJACIÓN”

##### A. DATOS GENERALES:

- **Lugar** : Auditorio de la Municipalidad Provincial del Centro  
Poblado San Regis del Distrito de Saposoa Provincia de  
Huallaga – San Martín (Auditorio de la Municipalidad).
- **Duración** : 90 minutos
- **Participantes** : 3 docentes pedagogos o psicopedagogos.
- **Responsable** : Psicólogo de apoyo.

##### B. OBJETIVO:

1. Sensibilizar y concientizar a los responsables del Centro Poblado San Regis acerca de la ejecución de la estrategia de intervención de Habilidades Sociales, de preferencia que sean 3 docentes pedagogos o psicopedagogos, que conozcan sobre el tema de habilidades sociales y que hayan trabajado con adolescentes, contando con la participación de un Psicólogo.

##### C. DESARROLLO:

- El Psicólogo de apoyo explicará a los docentes seleccionados las fases de la estrategia de intervención, teóricas y prácticas en 3 días.

**CRONOGRAMA PARA SENSIBILIZAR Y CONCIENTIZAR A LOS 3  
RESPONSABLES, BAJO LA CONDUCCIÓN DEL PSICÓLOGO  
PARTICIPANTE**

<b><u>SESIÓN 1</u></b>	<b><u>SESIÓN 2</u></b>	<b><u>SEMANA 3</u></b>
<b>DIA 1</b>	<b>DIA 2</b>	<b>DIA 3</b>
<b>29 de octubre del 2015</b>	<b>30 de octubre del 2015</b>	<b>31 de octubre del 2015</b>
Fase N° 1 “INTRODUCCIÓN DE LAS TÉCNICAS DE RELAJACIÓN”	Fase N° 2 “TÉCNICAS DE RELAJACIÓN – EXTREMIDADES SUPERIORES”	Fase N° 4 “AUTO- INSTRUCCIONES”.
Fase N° 2 “TÉCNICAS DE RELAJACIÓN – EXTREMIDADES SUPERIORES”	Fase N° 3 “TÉCNICA DE RELAJACIÓN - EXTREMIDADES INFERIORES	Fase N° 5 “META CUMPLIDA”.

## **TRABAJO CON LOS ADOLESCENTES**

### **1. DATOS GENERALES:**

<b>Lugar</b>	: Centro Poblado San Regis del Distrito de Saposoa Provincia de Huallaga – San Martín (Auditorio de la Municipalidad).
<b>Duración</b>	: 120 minutos
<b>Participantes</b>	: Los 65 Adolescentes del Centro Poblado.
<b>Responsables</b>	: 3 docentes pedagogos o psicopedagogos.

### **2. OBJETIVOS:**

- Orientar a los participantes sobre las fases a desarrollar.
- Establecer reglas.
- Informar sobre las técnicas de relajación a los adolescentes del Centro Poblado San Regis, con niveles medios y altos de agresividad.

### **3. MATERIALES:**

- Solapines.
- Plumones gruesos.
- Hojas impresas.
- Papelotes.
- Dibujo de paisajes para la relajación.
- Grabadora
- Cd. Con música de relajación
- Lapiceros.
- Alfombras o petates.

### **4. DESARROLLO:**

#### **Introducción:**

- Los Docentes dan las palabras de bienvenida.

**Dinámica de presentación “quisiera ser como...”:**

- Se pedirá que formen 6 grupos de 10 integrantes y 1 de 5 integrantes, al formar los grupo de forma ordenada se les pide que cada miembro de los grupos, piensen en un animal con el cual se identifiquen, después se les pedirá cada participante su nombre completo y luego que expliquen el por qué eligió ese animal, y el sonido de dicho animal que han elegido.

**Distribución de Solapines:**

- Se les entregará a cada participante un Solapin son sus respectivos nombres.

**Presentación de la Estrategia de Intervención:**

- Los docentes responsables en la ejecución presentaran la estrategia y el cronograma, explicando los objetivos de las fases, pidiendo la participación y el compromiso de los participantes, ya que ellos serán beneficiados.

**CRONOGRAMA DE EJECUCIÓN**  
**DE LA ESTRATEGIA DE INTERVENCIÓN DE HABILIDADES SOCIALES**

**MES DE NOVIEMBRE - 2015**

<b>SEMANA 1</b>	<b>SEMANA 2</b>	<b>SEMANA 3</b>	<b>SEMANA 4 – A</b>
<b>DIA 1</b>	<b>DIA 2</b>	<b>DIA 3</b>	<b>DIA 4</b>
<b>Sábado 7</b>	<b>Sábado 14</b>	<b>Sábado 21</b>	<b>Sábado 28</b>
Fase N° 1	Fase N° 2	Fase N° 3	Fase N° 4
“INTRODUCCIÓN DE LAS TÉCNICAS DE RELAJACIÓN”	“TÉCNICAS DE RELAJACIÓN – EXTREMIDADES SUPERIORES”	“TÉCNICA DE RELAJACIÓN - EXTREMIDADES INFERIORES”	“AUTO-INSTRUCCIONES”.
			
			<b>SEMANA 4 – B</b>
			<b>DIA 5</b>
			<b>Sábado 28</b>
			Fase N° 5
			“META CUMPLIDA”.



### **Establecimiento de normas grupales:**

- Se hablará sobre la importancia del establecimiento de normas grupales.
- Se les mostrará las reglas a cumplir, las mismas que serán reajustables y modificables, se pedirá a cada participante que comenten si están de acuerdo con lo acordado.
- En un paleógrafo se escribirán las normas que se acordaron democráticamente.

### **NORMAS DE LA ESTRATEGIA DE INTERVENCIÓN**

1. No se faltará a ninguna fase de la estrategia de intervención, salvo algún inconveniente justificado.
2. Se dará 5 minutos de tolerancia antes de empezar cada fase.
3. Los participantes que fomenten desorden se les sancionará, saliendo al frente a realizar una retroalimentación de todo lo aprendido en la fase.
4. Prohibido de llevar alimentos a las fases.
5. Respetar la participación de todos los participantes.
6. Colaborar entre ellos ante cualquier dificultad.
7. Entre otros que se acuerden.

### **Realización de Compromiso:**

- A cada participante se le asignará una hoja de compromiso, en donde ellos mediante un juramento se comprometan a cumplir las normas de convivencia durante las fases de la estrategia de intervención.

### **CARTA DE COMPROMISO.**

Yo,....., con..... años de edad, me comprometo a asistir todas las fases y a participar en la ESTRATEGIA DE INTERVENCIÓN DE HABILIDADES SOCIALES, porque considero que me será de gran utilidad para obtener habilidades a favor de mi desarrollo personal.

#### **Conversatorio sobre la Relajación:**

Se le entrega a cada participante una hoja donde pondrán sus respuestas, de las tres preguntas asignadas, las pegaran en el papelote a manera de lluvia de ideas.

Se les hace las siguientes preguntas a los participantes:

#### **¿Por qué es importante la relajación?**

La práctica de la relajación nos acerca a un estado interior de bienestar psicofísico:

- Mejora el funcionamiento y la resistencia del organismo en general.
- Neutraliza los trastornos originados por la hiperactividad o estrés.
- Elimina la tensión física, mental y emocional.
- Favorece la recuperación rápida de la fatiga y el descanso.
- Previene la hipertensión y el infarto.
- Combate el estrés, la ansiedad.
- Desarrolla la concentración.
- Previene la irritabilidad, el insomnio y la depresión.
- Tranquiliza, aclara, y profundiza la vida afectiva, así como los procesos mentales.

## **¿Qué haces para calmarte ante la agresión?**

Auto-instrucciones:

Mientras mantengas la calma, podrás controlar la situación.

Vamos a tomar las cosas sin exageración. No te salgas de tus casillas.

- Piensa en lo que quieres conseguir.
- No necesitas demostrarle nada a nadie.
- No hay motivo para molestarse.
- Busca las cosas positivas.
- No permitirás que esto te moleste.
- Probablemente no es feliz, por eso se muestra tan molesto.
- No puedes esperar que la gente actúe como tú quieras.
- Tus músculos están tensos. Es hora de relajarte.
- Probablemente está buscando que pierdas los papeles ¡...contrólate...!.
- Alto, Respira hondo varias veces.
- Intenta resolver el problema. Puedes tratar con respeto a esa persona.

## **¿Porque es importante la relajación en las personas con problemas de agresividad?.**

La relajación sirve como medio para aprender a controlar las reacciones emocionales y fisiológicas de la ira, y se señala progresiva, constituye el primer paso para el desarrollo de habilidades de afrontamiento por medio de la relajación.

Consideraciones previas para los ejercicios de relajación:

El entrenamiento en relajación debe llevarse a cabo a una habitación silenciosa, con temperatura agradable. El sujeto debe llevar ropa cómoda y suelta. Antes de la sesión, es conveniente que se quiten las gafas o lentes, zapatos, relojes, o cualquier otro objeto para reducir estimulaciones extrañas y permitir la libertad de movimientos.

Es importante evitar las interrupciones una vez iniciados los ejercicios de relajación: como timbre de teléfono, entrada de otras personas, visitas previas, comentarios, entre otros.

### **Ejercicios de Relajación:**

#### **a. Técnicas de respiración (Davis, Mckay y Eshelman, 1985).**

Unos hábitos correctos de respiración son muy importante para aportar al organismo el oxígeno necesario para su buen funcionamiento. Si la cantidad de aire que llega a los pulmones es insuficiente, la sangre no se va purificando adecuadamente y las células desecho que no se eliminan van intoxicando lentamente nuestro organismo. Una sangre insuficientemente oxigenada contribuye aumentar los estados de ansiedad, depresión y fatiga. El ritmo de vida actual favorece una respiración incompleta, superficial, que no utiliza toda la capacidad funcional de los pulmones.

El objetivo de las técnicas de respiración es facilitar el control voluntario de la respiración y automatizar este control para que pueda ser mantenido hasta en las situaciones de mayor estrés. Estas técnicas presentan la ventaja de su fácil aprendizaje y de que se pueden utilizar en cualquier situación para controlar la activación fisiológica.

**Toma de conciencia de las sensaciones:** En 1º lugar concentren su atención en el mundo exterior... diga: "soy consciente de...". Una vez que haya tomado conciencia de todo lo que rodea, dirija su atención a su cuerpo y sus sensaciones físicas, es decir a su mundo interior. Ahora preste atención a su mundo interno y a su mundo externo; pase de un tipo a otro de consciencia.

**Observación de la respiración:** Tiéndase en el suelo la alfombra y colóquese en la posición de cuerpo muerto, este es, piernas estiradas, ligeramente separadas, una de otra, las puntas de los pies ligeramente hacia afuera, los brazos a los lados del cuerpo sin tocarlo y con las palmas

de las manos mirando hacia arriba; los ojos cerrados. Dirija la atención a su respiración. Coloque una mano en el lugar del cuerpo que sube y baja cada vez que inspira y expira. Fíjese si este lugar se encuentra situado en el tórax; si es así, esto significa que no está ventilando totalmente los pulmones. Coloque suavemente las dos manos sobre el abdomen y observe los movimientos que realiza al respirar. Observe como su abdomen se eleva en cada inspiración y desciende en cada espiración. Es preferible respirar por la nariz más que por la boca; por tanto mantenga sus fosas nasales tan libres como puedan antes de realizar los ejercicios. Se mueve su tórax de su abdomen o por el contrario, está rígido. Dedique uno o dos minutos a dejar que el tórax siga los movimientos del abdomen.

**Técnica de respiración profunda:** Tiéndase en el suelo sobre la alfombra. Doble las rodillas y separe los pies unos 20 cm, dirigiéndoles suavemente hacia afuera. Asegúrese de mantener la columna vertebral recta. Explore su cuerpo en busca de signos de tensión. Coloque una mano sobre el abdomen y otra sobre el tórax. Tome aire lenta y profundamente, por la nariz y hágala llegar hasta el abdomen. El tórax se moverá solo un poco y a la vez que el abdomen. Cuando se haya relajado, sonría un poco, inhale aire por la nariz y sáquelo por la boca haciendo un ruido suave y relajante como el que hace el viento cuando sopla ligeramente. Con ello su boca y su lengua se relajarán. Haga respiraciones lentas, largas y profundas que eleven y desciendan el abdomen. Fíjese en el sonido y en la sensación que le produce la respiración a medida que va relajándose más y más. ¡Eso es! lo estás haciendo muy bien!, se deja la música de fondo mientras ellos respiran profundamente, alrededor de 3 minutos, posteriormente se les indica que vaya tomando conciencia de su cuerpo, del lugar en el que se encuentra, y a la cuenta de 1, 2, y 3 va abriendo lentamente los ojos.

**b. Relajación condicionada (Olivares y Méndez, 2010).**

La relajación condicionada consiste en asociar la relajación a una palabra que el sujeto se dice a sí mismo. El procedimiento que nosotros

emplearnos para condicionar palabras que evoquen relajación es similar al propuesto por Paul (1966). Una vez que el sujeto está completamente relajado, se le instruye para que centre su atención en la respiración y para que se repita mentalmente la palabra que prefiera, como calma, relax, tranquilidad, paz, entre otros, a cada espiración. Inicialmente el responsable dice en voz alta la palabra – señal coincidiendo con las cinco o diez primeras exhalaciones del adolescente, alargando la sílaba final y disminuyendo el volumen de su voz. Luego el sujeto se repite mentalmente veinte veces más la palabra- señal a cada nueva espiración. Para comprobar si la relajación ha quedado condicionada a la palabra- señal se le pide de malestar e incomodidad, que respire profundo y que se diga a sí mismo la palabra – señal cuando expulse el aire.

Presentan las siguientes instrucciones para la relajación condicionada; cierre los ojos lentamente, adopte una posición cómoda, vaya dejando atrás los ruidos distractores de ambiente, ahora concéntrese solamente en su respiración. Una vez que está relajado, haga una inspiración profunda, manténgala y después expulse el aire lentamente. Mientras está expulsando el aire intente imaginar todos sus músculos relajándose. Respire profundamente. Cuando empiece a exhalar pronuncie para sí mismo la palabra RELAX, muy lentamente, de forma que cuando llegue a la X haya recorrido todo su cuerpo relajándolo completamente, desde la cabeza hasta los dedos de los pies. Repita este proceso cinco veces. ¡Vamos!,... inhale, RELAXX exhale, ... inhale RELAXX exhale, ... Inhale, RELAXX exhale, ... inhale , RELAXX exhale, una vez más, ... inhale, RELAXX exhalé, muy bien. A partir de ahora cada vez que se sienta tenso se repetirá mentalmente la palabra RELAX a la vez que va sintiendo como una agradable sensación de relajación se va extendiendo por todo su cuerpo.

**c. Relajación con imagen (Olivares y Méndez, 2010).**

Se les entrega a todos los participantes una hoja con un dibujo (de preferencia imágenes relacionadas al campo, con un fondo musical de

pajaritos y sonido de las hojas de los árboles). Mientras se coloca una música de fondo bastante suave, se les pide a los participantes que solo se concentren en la figura que están observando. Durante 5 minutos observan el dibujo, luego se les quita los dibujos y se le pide que cierre sus ojos, tratando de acordarse de la figura y se le pide que cierre sus ojos, tratando de acordarse de la figura que acaban de observar, concentrándose en ella. Para esta tarea tiene 10 minutos. Luego cada uno compartirá que tan sencillo les fue concentrarse en el dibujo presente y ausente, que estrategia fue la que utilizaron para no distraerse y recordar bien el dibujo.



#### Retroalimentación:

- Se comenta sobre lo aprendido de la fase y las conclusiones respectivas.

## **FASE N° 02:**

### **“TÉCNICAS DE RELAJACIÓN – EXTREMIDADES SUPERIORES”**

#### **1. DATOS GENERALES:**

**Lugar** : Centro Poblado San Regis del Distrito de Saposoa Provincia de Huallaga – San Martín (Auditorio de la Municipalidad).

**Duración** : 120 minutos.

**Participantes** : Los 65 Adolescentes del Centro Poblado.

**Responsables** : 3 docentes pedagogos o psicopedagogos

#### **2. OBJETIVOS:**

- Enseñar los ejercicios de tensión para el grupo muscular de extremidades superiores con la técnica de relajación muscular progresiva de Jacobson a los adolescentes del Centro Poblado San Regis, identificados con niveles medios y altos de agresividad.
- Dar a conocer habilidades cognitivas de afrontamiento sobre creencias irracionales ante la agresividad en los adolescentes del Centro Poblado San Regis, con niveles medios y altos de agresividad.

#### **3. MATERIALES:**

- Hojas impresas.
- Lapiceros.
- Grabadora
- Cd. Con música de relajación

#### **4. DESARROLLO:**

##### **Técnica de relajación con imagen: (Olivares y Méndez, 2010).**

Se les entrega a todos los participantes una hoja con un dibujo (de preferencia imágenes relacionadas al campo, con un fondo musical de



pajaritos y sonidos, de las hojas de los árboles). Mientras se coloca una música de fondo bastante suave, se les pide a los participantes que solo se concentren en la figura que están observando. Durante 5 minutos observan el dibujo, luego se les quita los dibujos y se le pide que cierre sus ojos, tratando de acordarse de la figura que acaban de observar, concentrándose en ella, recordando cada detalle, imaginando que están en ese lugar, el facilitador ira describiendo detalladamente el clima, el color de las hojas, el sonido de los animales, etc. Por un espacio de 10 minutos.



### **Relajación muscular progresiva de Jacobson (1888):**

En esta fase se trabaja los 4 primeros grupos musculares (mano y antebrazo dominante, brazo dominante, mano y antebrazo no dominante, brazo no dominante).

Extremidades superiores: se les indica a los participantes que se empezará tensando la mano derecha, cerrando el puño, apretándolo más y más fuerte, observando la tensión que se produce al hacerlo, mantenerlo cerrado y fijarse en

la tensión que se ha desarrollado en el puño, apretándolo más y más fuerte, observando la tensión que se produce al hacerlo. Mantenerlo cerrado y fijarse

En la tensión que se ha desarrollado en el puño, en la mano y el antebrazo. Relajar y sentir la flacidez de la mano derecha. Repetir el proceso pero esta vez con la mano izquierda, por último las dos manos. Luego doblar los codos y tensar los bíceps. Tensar como se puede y reparar en la sensación de tensión. Relajarse y estirar los brazos, dejarlo relajados y observar la diferencia. El responsable finaliza la relajación mediante una cuenta atrás: cinco mueva las piernas; cuatro, mueva los brazos; tres, mueva el tronco; dos, mueva la cabeza, tino, abra los ojos; cero. Luego cada participante deberá comunicar toda sensación que tenga en sus brazos: hormigueo, pesadez, calor, entumecimiento. Finalmente se les asegura que la relajación se logra con la práctica.

Relajación muscular progresiva de Jacobson (1888): Primero se practican los 4 siguientes grupos musculares (hombros, pecho, espalda y estomago).

### **Hombros:**

La tensión de los músculos de los hombros es demostrada del siguiente modo: Poner los brazos en posición horizontal, extendiéndolos los brazos extendiendo, luego relaje,... una vez más, relaje. Ahora con los brazos extendidos, llévelos hacia arriba, en forma vertical, chocando con las puntas de las orejas, estire, tense,... relaje.

### **Espalda:**

Todos los participantes se encontrarán sentados en una silla. Los músculos de la espalda se contraen, arqueando hasta atrás las espina dorsal (luego soltarlos, relax). Luego se les dice a los participantes "incline hacia delante su cuerpo en la silla, apriete hacia adelante los hombros hasta que sienta que los músculos tiran fuertemente de la espalda. Note donde siente particularmente la tensión (en los hombros y algo más debajo de la mitad de la espalda). Relájese gradualmente llevando de nuevo el cuerpo hacia la silla buscando la posición de relajación.

Ahora note y sienta como se ha perdido la tensión en estos músculos. Ha desaparecido la tensión para dar lugar a la relajación, ahora están totalmente relajados. Experimente la diferencia entre la tensión y la relajación.

### **Abdomen:**

Tense fuertemente los músculos de su abdomen comprimiéndolos haciendo como si fuera a recibir un golpe en el estómago, tan duro como una tabla. Note donde siente la tensión (en el ombligo y alrededor de este, en un círculo de unos 10 cm de diámetro), relájelos gradualmente hasta que su estómago vuelva a la posición natural, sienta como estos músculos están perdidos, apagados, relajados. No olviden que la tensión en esa zona y la puedan relajar despacio hasta identificar los músculos que usted mismo está relajando.

### **Pecho:**

Tense y ponga rígido el pecho, intente constreñirlo como si quisiera reducir sus pulmones. Note donde siente la tensión (hasta la mitad de tórax y en la parte superior e inferior de cada pecho). Relaje gradualmente su tórax y note como se desaparece la tensión en estos músculos. Ahora inspire y llene de aire los pulmones, sostenga la respiración. Observe la tensión que se produce. Ahora espire haciendo que el tórax se deshinche y relaje, dejando que el aire vaya saliendo poco a poco. Continúe relajándose hasta que su respiración se produzca de una forma espontánea y agradable. Repita esto varias veces, observando como la tensión va desapareciendo de su cuerpo, a medida que el aire va siendo espirado. De a su cuerpo entero la oportunidad de relajarse, sienta la comodidad y la dureza, experimente la diferencia entre la tensión y la relajación.

### **Socio-drama:**

Cada grupo va a escenificar algunos ejemplos de personas que no tienen un control adecuado de su agresividad. Al final de cada presentación cada grupo tendrá que presentar 3 conclusiones en un paleógrafo sobre su socio-drama.

### **Caso 1: Pelea de barrio.**

A: ¿Sabías que tu ex enamorada están agarrando con una pata del otro barrio?. Ayer la hemos victo cuando pasamos por la tienda de la esquina.

B: ¿cómo?, ¡quién es ese imbécil! el que la afanaba cuando estaba conmigo?.

A: Si, el Juan.

B: ¡Huy yaa!, vamos a dar una vuelta por su casa.

\*A y B van caminando por la casa de C, y lo encuentran saliendo de la tienda.

A: Mira, mira ¡allí está!.

B: Se va y se le acerca, lo empuja y le comienza a reclamar ¡Oye tu que tienes, porque estas saliendo con mi Germa!.

C: Resígnate, ya perdiste, además soy mejor que tú y por eso está conmigo.

B: ¿Ah sí, mejor que yo?.

\*Empieza la pelea.

### **Conclusiones.**

### **Caso 2. Pelea entre hermanos.**

A: ¿Qué otra vez esto de almuerzo?.

B: ¿Qué querías?, ¿sopa de verduras?

A: claro, prefiero eso que cangrejos, vas a terminar caminando para atrás, marica de mierda.

B: Prefiero cangrejos que comer mote serrano de mierda.

A: ¿Qué dice huevón, si tú eres mi hermano, no ves tú cara?, eres más serrano que yo.

B: Le tira un manaso a "A", y empieza la pelea.

### **Conclusiones.**

### **Conversatorio: creencia Irracionales de Ellis (1955).**

Los docentes y los participantes se sientan en círculo y se les hace las siguientes preguntas a los participantes.

¿Qué son las creencias irracionales?.

Ellis sostiene que en nuestra sociedad, la familia y otras instituciones, directa o indirectamente, nos adoctrinan de tal modo que llegamos a creer una serie de ideas supersticiosas o sin sentido, las cuales le producen al ser humano trastornos emocionales. Según Ellis, estas creencias irracionales básicas y las consecuencias que de ellas se derivan son el origen fundamental de la mayoría de las perturbaciones emocionales.

¿En que nos perjudica tener creencias irracionales?.

- Incentiva las malas relaciones interpersonales.
- Genera problemas y no soluciones.
- Fomenta sentimientos negativos sobre nosotros mismos, determinadas situaciones o sobre otras personas.

Actividad:

Se le entrega a cada participante, una ficha N°1: Identificado mis creencias irracionales, en donde tendrá que escribir Si o No, según el pensamiento que considera que tiene.

Ficha N° 1. Identificando mis creencias.

Fecha.....

Instrucciones: Marca si o no, según los pensamientos que consideres que forman parte de ti.

La creencia:

1. Idea:  
Para ti es necesario ser amado y aprobado por todas las personas que te rodean. (....) .
2. Idea:  
Para ser valioso debo ser capaz de lograr metas en todos los aspectos posibles de mi vida. (....) .
3. Idea:  
Cierta clase de gente es mala y debe ser seriamente castigada por su crueldad. (....) .
4. Idea:  
Es terrible cuando las cosas no van por el camino que a uno le gustaría que vayan. (....) .
5. Idea:  
Las personas no tenemos la capacidad, de controlar nuestras penas y desgracias. (....) .
6. Ideas:  
Si algo es, o puede ser peligroso, me debo sentir terriblemente inquieto por ello y debo pensar continuamente en el peligro de que esto ocurra. (....) .
7. Idea:  
Es más fácil evitar, que afrontar ciertas responsabilidades y dificultades en la vida. (....) .
8. Idea:  
Está bien depender de los demás y necesitar a alguien más fuerte en quien confiar. (....) .
9. Idea:  
El pasado de uno es definitivo y decisivo, para el comportamiento actual, y algo que nos ocurrió alguna vez debe seguir afectándonos eternamente. (....) .
10. Idea:  
Uno debe sentirse muy preocupado por los problemas y las acciones de los demás. (....) .
11. Idea:  
Siempre existe una solución exacta, correcta y perfecta para los problemas humanos, y si esta solución perfecta no se encuentra, ocurre el desastre. (....) .

**Retroalimentación:**

- Se comenta sobre lo aprendido de la fase y las conclusiones respectivas.

## **FASE N° 03:**

### **“TÉCNICA DE RELAJACIÓN - EXTREMIDADES INFERIORES”**

#### **1. DATOS GENERALES:**

<b>Lugar</b>	: Centro Poblado San Regis del Distrito de Saposoa Provincia de Huallaga – San Martín (Auditorio de la Municipalidad).
<b>Duración</b>	: 120 minutos
<b>Participantes</b>	: Los 65 Adolescentes del Centro Poblado.
<b>Responsables</b>	: 3 docentes pedagogos o psicopedagogos.

#### **2. OBJETIVOS:**

- Enseñar los ejercicios de tensión para el grupo muscular de las extremidades inferiores a través de las técnicas de relajación muscular progresiva a los adolescentes, con niveles medios y altos de agresividad del Centro Poblado San Regis del Distrito de Saposoa.
- Incentivar habilidades cognitivas de afrontamiento sobre la psicoterapia racional emotiva ante la agresividad, en los adolescentes del Centro Poblado San Regis, con niveles medios y altos de agresividad.

#### **3. MATERIALES:**

- Hojas impresas.
- Lapiceros.
- Grabadora
- Cd. Con música de relajación

#### **4. DESARROLLO:**

Posteriormente se practican los 4 siguientes grupos musculares (muslo dominante, pierna dominante, pie dominante, muslo no dominante, pierna no dominante y pie no dominante).

#### **Miembros inferiores Relajación muscular progresiva de Jacobson (1888):**

Ahora vamos con las piernas. Aprieta fuerte el tobillo contra la silla, levante los dedos de modo que la pantorrilla y el muslo estén extremadamente tensos. Empuje fuerte el tobillo y levante los dedos. Ahora relájese. Otra vez apriete el mismo tobillo contra la silla levantando los dedos, de modo que la pantorrilla y el muslo estén extremadamente tensos. Empuje hacia abajo con el tobillo. Ahora relájese. Ahora, apriete el otro tobillo contra la silla y levante los dedos, de modo que la pantorrilla y el muslo estén extremadamente tensos; tire hacia abajo el tobillo, levante los dedos y apriete fuerte las piernas. Ahora relájese, ahora con las dos piernas juntas. Apriete los tobillos contra la silla, levantando y tensando los dedos lo máximo que pueda. Manténgase así y relájese.




**Psicoterapia Racional Emotiva de Ellis (1955):** Se les hace una breve introducción del tema:

El modelo (A-B-C): en el modelo de la terapia emotiva, A es acontecimiento activador, un suceso real y externo que se le presenta al sujeto B (belief=creencia), es la cadena de pensamientos (creencias irracionales) que la persona utiliza como respuesta a (A); es la valoración que hace el sujeto del evento acontecido. (C) representa la consecuencia emocional o conductual del sujeto. Para Ellis (C) no es consecuencia directa de (A), sino de (B), ya que dependiendo de la interpretación B que haga el sujeto del evento ocurrido A experimentara unas consecuencias emocionales u otras (C).

Consecuencias emocionales y conductuales de diferentes creencias activadas a partir de un mismo acontecimiento:



Ejemplo del ABC emocional

<p><b>A</b></p> <p><b>ACONTEC IMIENTO</b></p>	<p><b>B</b></p> <p><b>CREENCIA</b></p>	<p><b>C</b></p> <p><b>CONSECUENCIA</b></p>
<p><b>He perdido mi trabajo</b></p>	<p>Debo tener ese puesto de trabajo, no puedo vivir sin él, considero que es horrendo perderlo. Les he fallado a mi mujer y mi hijo, no merezco vivir. ¿Quién me va a dar trabajo a mí, con mi edad ?.</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Quedarse acostado en vez de buscar empleo.</li> <li>• Tristeza.</li> <li>• Llanto frecuente.</li> <li>• Falta de sueño y apetito.</li> </ul>
	<p><b>Me da igual conservar este puesto de trabajo</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Indiferencia</li> <li>• Búsqueda de un nuevo empleo.</li> </ul>
	<p><b>Me alegro de que me despidan. Ese puesto de trabajo era un mal rollo y el jefe un ogro. Yo merezco un trabajo mejor.</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Alivio y alegría</li> <li>• Búsqueda de un nuevo empleo.</li> </ul>

Como puede observarse claramente, la clave de las consecuencias emocionales y conductuales se encuentran en el tipo de creencias que se activan ante un acontecimiento dado. En el primer caso del ejemplo mostrado, se efectúan valoraciones negativas del acontecimiento y a ellas le siguen consecuencias emocionales y conductuales desadaptativas (depresión y afrontamiento pasivo de las circunstancias). En el segundo caso se da una valoración neutra, a lo que le sigue una consecuencia emocional más adaptativa (pues al menos no interfiere en la búsqueda de un nuevo trabajo). En el tercer caso, al acontecimiento activador le sigue una valoración positiva, que tiene como consecuencia emocional alivio y alegría y como consecuencia conductual la búsqueda de un nuevo empleo. Ellis mantiene que la gente tiene a atribuir C a A, esto es, la depresión y la pasividad al despido, en vez de atribuirlo a B, la valoración catastrófica de la pérdida del puesto de trabajo.

Hoja de trabajo: Situación N°01: A cada participante se le entregara la hoja de trabajo que consta de 3 ejemplos (escenificados en la sesión N° 2), en los cuales se trabaja la técnica TRE en situaciones de personas que no tiene un control adecuado de su agresividad. Al final cada participante tendrá la noción del trabajo en la técnica de terapia racional emotiva y se realizara una retroalimentación con todo el grupo en colaboración con los facilitadores.

## HOJA DE TRABAJO SITUACIÓN N° 1

Instrucción: Llena en blanco, según corresponda.

<p style="text-align: center;"><b>A</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Acontecimientos</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>B</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Creencias</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>C</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Consecuencias</b></p>
<p>Caso 1.</p> <p>Ex enamorado tiene una nueva relación</p>	<p>Caso 1.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Yo soy la única persona ideal para ella, no puede estar con nadie más.</li> <li>• Todavía sigo enamorado de ella y no puede aceptar perderla.</li> <li>• No acepto que mis amigos se burlen de mí.</li> </ul>	<p>Caso 1:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Golpea al actual enamorado de su ex.</li> <li>• Enfureceré.</li> </ul>
<p>Caso 2.</p> <p>Discuten sobre una falta en un partido de futbol.</p>	<p>Caso 2.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Yo tengo la razón.</li> <li>• Mi equipo es el mejor y está por encima de los demás.</li> <li>• El otro equipo es débil.</li> </ul>	<p>Caso 2.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Discusión verbal.</li> <li>• Pleito.</li> </ul>
<p>Caso 3.</p> <p>Siempre le preparan el plato favorito a mi</p>	<p>Caso 3.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mis padres prefieren a mi hermano que a mí.</li> </ul>	<p>Caso 3.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Discuten entre hermanos.</li> </ul>

## Hoja de trabajo situación N° 1

Instrucción: Llena las casillas en blanco, según corresponda.

hermano.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Mi hermano es mejor que yo</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Se golpean.</li></ul>
<b>A</b> <b>Acontecimientos</b>	<b>B</b> <b>Creencias</b>	<b>C</b> <b>Consecuencias</b>
Caso 1.  Ex enamorado tiene una nueva relación	Caso 1. <ul style="list-style-type: none"><li>•</li></ul>	Caso 1: <ul style="list-style-type: none"><li>• Golpea al actual enamorado de su ex.</li><li>• Enfureceré.</li></ul>
Caso 2.  Discuten sobre una falta en un partido de futbol.	Caso 2. <ul style="list-style-type: none"><li>• Yo tengo la razón.</li><li>• Mi equipo es el mejor y está por encima de los demás.</li><li>• El otro equipo es débil.</li></ul>	Caso 2. <ul style="list-style-type: none"><li>•</li></ul>
Caso 3.	Caso 3. <ul style="list-style-type: none"><li>• Mis padres prefieren a mi hermano que a mí.</li><li>• Mi hermano es mejor que yo</li></ul>	Caso 3. <ul style="list-style-type: none"><li>• Discuten entre hermanos.</li><li>• Se golpean.</li></ul>

Realizar la hoja de trabajo situación N°1 el ABC, emocional.

**Actividad:**

Los participantes deberán completar esta ficha. Se les proporciona los 2 casos, los cuales ellos deberían analizar con el ABC de la terapia racional emotiva.

**Caso 1.** José se compró una casaca muy bonita y costosa, tuvo que ahorrar durante 4 meses para poder comprársela, en eso su hermano Luis ve la casaca y la toma sin permiso, pues tiene una fiesta más tarde. En la fiesta de casualidad mancha la casaca con vino. Al día siguiente, la deja en el armario de José y este al enterarse se molesta mucho le reclama por tomar su casaca nueva y encima sin pedirle permiso, discuten fuertemente

**Caso 2.** Carlos va a un restaurante a cenar con su pareja, pide la cena al mozo, y este se distrae, demora en traerle su pedido y encima, confunde la orden, trayéndole otro plato de comida, Carlos reclama enfurecido por la pésima atención del lugar. Levantando la voz al mozo y le tira un vaso de agua a su camisa.

HOJA DE TRABAJO SITUACIÓN EL ABC EMOCIONAL  
INSTRUCCIÓN: COMPLETA LA FICHA CON LOS CASOS PROPUESTOS.

<b>A</b> <b>Acontecimientos</b>	<b>B</b> <b>Creencias</b>	<b>C</b> <b>Consecuencias</b>
Caso 1.	Caso 1.	Caso 1:
Caso 2.	Caso 2.	Caso 2.

**Retroalimentación:**

- Se comenta sobre lo aprendido de la fase y las conclusiones respectivas.

## **FASE N° 04:**

### **“AUTO-INSTRUCCIONES”**

#### **1. DATOS GENERALES:**

<b>Lugar</b>	: Centro Poblado San Regis del Distrito de Saposoa Provincia de Huallaga – San Martín (Auditorio de la Municipalidad).
<b>Duración</b>	: 120 minutos
<b>Participantes</b>	: Los 65 Adolescentes del Centro Poblado.
<b>Responsables</b>	: 3 docentes pedagogos o psicopedagogos.

#### **2. OBJETIVOS:**

- Buscar que los adolescentes del Centro Poblado San Regis tomen en cuenta sus emociones y sus comportamientos agresivos que se pueden controlar a través de frases y pensamientos auto- inducidos

#### **3. MATERIALES:**

- Hojas impresas.
- Lapiceros.

#### **4. DESARROLLO:**

##### **Socio-drama:**

El facilitador pedirá dos voluntarios para que representen la siguiente situación “Luis y Raúl”, „discuten por demostrar que su equipo de futbol es el mejor, de pronto Luis lo insulta diciéndole que es un idiota mal nacido. Luego de la representación se hará la siguiente pregunta para el aula ¿Cómo creen que reaccione Raúl frente a este insulto? ¿Qué pensara Raúl?, ¿qué creen que sentirá Raúl?.

El facilitador explicará que estas son situaciones donde la mayoría de los adolescentes pierden el control y terminan peleándose. Enfatizara lo conveniente que es identifica la causa la ira y lo lleva a perder el control?, a manera de reflexión para descubrir por qué reacciona violentamente. Quizás algunos pensamientos sobre experiencia en su pasado le molesta y ahora su reacción se debe a ello, más que a lo que la otra personas hizo o dijo.

### **Auto-instrucciones (explicación del tema).**

Cuando se realizan reflexiones en momentos de serenidad, sobre situaciones que nos han originado u originan con frecuencia estados de ira, podemos arribar a pensamientos que, a manera de órdenes, podemos brindarnos nosotros mismo, con la finalidad de lograr un mejor control en el momento que experimentamos la ira. A este tipo de pensamientos lo llamamos auto-instrucciones.

Se explicará a los participantes que las reacciones de ira pueden ser reducidas haciendo uso del auto-instrucción en los momentos en que se experimenta la sensación de ira. La función de esta auto-instrucciones será la de reemplazar aquellos pensamientos que, sin ningún análisis, esos momentos nos viene a la mente y que generalmente aumenta nuestra ira. Lo ideal es que empleemos este auto-instrucción con tal frecuencia, que lleguemos a hacerlas nuestras y podamos aplicárnoslas con el menor esfuerzo posible.

### **Registro de Auto-instrucciones:**

El facilitador entregará una copia del registro de auto-instrucciones a cada participante. Se preguntará a los participantes si consideran que decirse estos mensajes influirá en la agresividad, pedir comentarios y ejemplos.



## **REGISTRO DE AUTO-INSTRUCCIONES**

Instrucciones: intenta usar una de estas auto-instrucciones la próxima vez que sientas que te estas enfadado, hazlo tuyo.

1. Mientras mantengas la calma, podrás controlar la situación.
2. Vamos a tomar las cosas sin exageración. No te salgas de tus casillas.
3. Piensa en lo que quieres conseguir.
4. No necesitas demostrarle nada a nadie.
5. No hay motivos para molestarse.
6. Busca las cosas positivas.
7. No permitirás que esto te moleste.
8. Probablemente no es feliz, por eso se muestra tan molesto.
9. No puedes esperar que la gente actué como tú quieras.
10. Tus músculos están tensos. Es hora de relajarte.
11. Probablemente estas buscando que pierdas los papeles, contrólate.
12. Alto, respira hondo varias veces.
13. Intenta resolver el problema. Puedes tratar con respeto a esas personas.

## **Ficha N 2. Representación de papeles de control de la agresividad.**

El facilitador pedirá que se forme en grupos y que elijan un secretario y un coordinador. A continuación se le entregara una copia, a cada coordinador, sobre diversas situaciones. El objetivo es lograr un mejor control de la agresividad. Cada grupo decidirá qué mensaje auto-instructivo utilizara para cada situación. Puede utilizarse el registro de hoja de instrucciones o crear su propia auto-instrucción.

Se solicitará a cada coordinador que, dirigiéndose al pleno de aula, de lectura a sus respuestas.

Se culminará explicando que así como nuestros pensamientos espontáneos pueden incrementar nuestra cólera, también damos auto-instrucciones positivas pueden disminuir nuestras conductas de agresividad.

### **Despedida:**

Se les agradecerá a todos los participantes por su apoyo y compromiso con el programa, se les felicitará posteriormente cada participante comentara como le ha parecido la fase.

**FICHA 02. REPRESENTACIÓN DE PAPELES DE CONTROL DE AGRESIVIDAD**

Instrucciones: escribe las situaciones siguientes, y después decide que auto-instrucciones de afrontamiento usarías en cada caso.

Situación 1.

Tu compañero se come tu refrigerio.

¿ Qué mensaje de auto-instrucción utilizarías para controlar tu agresividad?.

.....  
.....

Situación 2.

Tu compañero te insulta delante de tú enamorada.

¿ Qué mensaje de auto-instrucción utilizarías para controlar tu agresividad?.

.....  
.....

Situación 3.

El profesor te acusa de copiarte y te quita el examen, no siendo cierto eso.

¿ Qué mensaje de auto-instrucción utilizarías para controlar tu agresividad?.

.....  
.....

Situación 4.

Tu hermano (a) se pone tu ropa nueva y la ensucia.

¿ Qué mensaje de auto-instrucción utilizarías para controlar tu agresividad?.

.....  
.....

Situación 5.

Ves a tu enamorada besándose con otro.

¿ Qué mensaje de auto-instrucción utilizarías para controlar tu agresividad?.

.....  
.....

Situación 6.

Tu grupo de amigos te condiciona para que puedas continuar en el grupo, a que le demuestres que puedes tomar licor hasta embriagarte y a hacer uso de otras drogas.

¿ Qué mensaje de auto-instrucción utilizarías para controlar tu agresividad?.

.....  
.....

Situación 7.

Vas a la tienda y el vendedor te dice que tus monedas son falsas y no te las devuelve.

¿ Qué mensaje de auto-instrucción utilizarías para controlar tu agresividad?.

.....  
.....

## **FASE N° 05:**

### **“META CUMPLIDA”**

#### **1. DATOS GENERALES:**

<b>Lugar</b>	: Centro Poblado San Regis del Distrito de Saposoa Provincia de Huallaga – San Martín (Auditorio de la Municipalidad).
<b>Duración</b>	: 90 minutos
<b>Participantes</b>	: Los 65 Adolescentes del Centro Poblado.
<b>Responsables</b>	: 3 docentes pedagogos o psicopedagogos.

#### **2. OBJETIVOS:**

- Conocer las opiniones de los participantes sobre la experiencia de la intervención.
- Proceder con la clausura de las fases.
- Entregar certificados de participación a los adolescentes del Centro Poblado San Regis.
- Aplicación de Post Test.

#### **3. MATERIALES:**

- Hojas impresas.
- Fotocopias.
- Grabadora.
- Cd. De música.
- Gaseosa y galletas.
- Lapiceros.

#### 4. DESARROLLO:

- **Apreciación de la estrategia de intervención:** cada participante, dirá lo que opina de las fases, que le ha parecido, si ha cumplido sus expectativas.
- **Retroalimentación:** se hacen diversas preguntas en papelitos sobre los temas tocando en las fases, cada participante elige una pregunta y deberá responderla.
- **Compartir:** se le realizará un compartir entre los asistentes.
- **Certificados:** a cada integrante se le entregará un certificado por su participación.

### **CERTIFICADO**

Otorga a: .....

Por su importancia participación en la estrategia de intervención, realizando los días  
....., con la finalidad de obtener habilidad a favor de sus desarrollo  
personal

Saposa,.....

## 5. EVALUACIÓN:

INDICADOR	TÉCNICA	INSTRUMENTO
<input type="checkbox"/> Reconocer cuan optimista es el adolescente.	Evaluación	Rúbrica