

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de **PSICOLOGÍA**

**“PROPUESTA BAJO LA TÉCNICA MODELADO
PARA CONTROLAR LA AGRESIVIDAD EN
ESTUDIANTES DE UN COLEGIO PRIVADO DE
TRUJILLO”**

Tesis para optar el título profesional de:

Licenciada en Psicología

Autor:

Josselyn Vanessa Febres Ballon

Asesor:

Dra. Blanca Saravia Angulo

<https://orcid.org/0000-0001-8308-1210>

Trujillo - Perú

JURADO EVALUADOR

Jurado 1 Presidente(a)	Dra. Maria Ysabel Moya Chávez	17852965
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 2	Mg. Cesar Ruiz Alva	09126694
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 3	Dra. Romy Díaz Fernández	18180326
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

INFORME DE SIMILITUD



Document Information

Analyzed document	TESIS JOSSY FEBRES.docx (D156166397)
Submitted	2023-01-17 17:55:00
Submitted by	blanca julissa saravia angulo
Submitter email	blanca.saravia@upn.edu.pe
Similarity	5%
Analysis address	blanca.saravia.delnor@analysis.arkund.com

Sources included in the report

SA	Universidad Privada del Norte / TESIS_FINAL_NovoaAstoNathalySolange (3).docx Document TESIS_FINAL_NovoaAstoNathalySolange (3).docx (D145047747) Submitted by: kathia.olortegui@upn.edu.pe Receiver: kathia.olortegui.delnor@analysis.arkund.com	 1
SA	Universidad Privada del Norte / PROPUESTA DE ADIESTRAMIENTO EN INOCULACIÓN DEL ESTRÉS PARA DISMINUIR EL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE TRUJILLO (2).docx Document PROPUESTA DE ADIESTRAMIENTO EN INOCULACIÓN DEL ESTRÉS PARA DISMINUIR EL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE TRUJILLO (2).docx (D151023702) Submitted by: edwar.sancheza@upn.pe Receiver: edwar.sancheza.delnor@analysis.arkund.com	 5
SA	Universidad Privada del Norte / TESIS MILAGROS VALDERRAMA 2022.docx Document TESIS MILAGROS VALDERRAMA 2022.docx (D130494322) Submitted by: susan.galoso@upn.pe Receiver: susan.galoso.delnor@analysis.arkund.com	 1
SA	Universidad Privada del Norte / 13 T2 Aida Portocarrero Pinedo.docx Document 13 T2 Aida Portocarrero Pinedo.docx (D120273487) Submitted by: carlos.lara@upn.pe Receiver: carlos.lara.delnor@analysis.arkund.com	 1
SA	Universidad Privada del Norte / TESISTA WENDOLYN BASILIO _ Revisado.docx Document TESISTA WENDOLYN BASILIO _ Revisado.docx (D143024195) Submitted by: susan.galoso@upn.pe Receiver: susan.galoso.delnor@analysis.arkund.com	 5
SA	Universidad Privada del Norte / Informe de Tesis Anghely - Final.docx Document Informe de Tesis Anghely - Final.docx (D130895592) Submitted by: lorena.frias@upn.pe Receiver: lorena.frias.delnor@analysis.arkund.com	 6

DEDICATORIA

A mis padres por haberme forjado como la persona que soy en la actualidad; muchos de mis logros se los debo a ustedes entre los que se incluye este. Su cariño, amor y apoyo incondicional, sentó en mi la base de mi superación y el poder alcanzar mis anhelos. A mis hermanas, quienes, aunque no estén físicamente conmigo, me brindan todo su amor a cada instante y hacen de mí una mejor persona.

AGRADECIMIENTO

Agradecer a mis formadores, personas de gran experiencia en el rubro quienes se han esforzado por ayudarme a llegar al punto en el que me encuentro.

El camino no ha sido para nada sencillo, pero gracias a las ganas de transmitirme sus conocimientos y dedicación que los ha regido, he logrado el objetivo de culminar mi tesis con éxito.

Tabla de contenido

JURADO EVALUADOR	2
INFORME DE SIMILITUD	3
DEDICATORIA	4
AGRADECIMIENTO	5
TABLA DE CONTENIDO	6
ÍNDICE DE TABLAS	7
RESUMEN	8
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN	9
1.1. Realidad problemática	9
1.2. Formulación del problema	18
1.3. Objetivos	18
1.3.1. Objetivo General	18
CAPÍTULO II: METODOLOGÍA	19
CAPÍTULO III: RESULTADOS	25
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	36
REFERENCIAS	40
ANEXOS	46

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla N°1: Número de estudiantes por sexo	19
Tabla N°2: Esquema de propuesta de un diseño de Modelado para controlar la agresividad en estudiantes de un Colegio Privado de Trujillo.	24
Tabla N°3: Nivel de agresividad general y por dimensiones en los estudiantes de un Colegio Privado de Trujillo.	26
Tabla N°4: Identificar los aspectos teóricos del modelo cognitivo conductual para controlar la agresividad en estudiantes de un Colegio Privado de Trujillo.	28
Tabla N°5: Validez de contenido para la calificación de las actividades metodológicas de la propuesta de intervención de la técnica de modelado.	30
Tabla N°6: Análisis reflexivo de la triangulación de las variables en estudio (agresividad, enfoque cognitivo conductual y técnica de modelado).	31

RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo diseñar una propuesta de la técnica de modelado basada en el enfoque cognitivo conductual para controlar la agresividad en estudiantes de un Colegio Privado de Trujillo. Se utilizó un diseño descriptivo-propositivo, de naturaleza cuantitativa que culminó con una propuesta de mejora, basada en un modelo teórico. La muestra estuvo conformada por 29 estudiantes con edades comprendidas entre 15 a 17 años, siendo 17 estudiantes del sexo masculino y 12 estudiantes del sexo femenino. Se utilizó como instrumento el Cuestionario de Agresividad Premeditada e Impulsiva en adolescentes por Andreu, R. (2010). Los resultados obtenidos, arrojaron que existe un nivel promedio de agresividad premeditada e impulsiva en los estudiantes de ambos sexos. Se concluyó, con el diseño de propuesta para controlar la agresividad en estudiantes de un Colegio Privado de Trujillo.

PALABRAS CLAVES: Agresividad Premeditada, Agresividad Impulsiva, Enfoque Cognitivo Conductual.

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

1.1. Realidad problemática

Actualmente, a nivel mundial, se ha evidenciado diversos casos sobre la conducta agresiva física y psicológica que presentan los adolescentes. Por ello, La Organización de las Naciones Unidas (2019), en su informe demostró que el 32% de estudiantes entre 12 a 17 años de 144 países, fueron víctimas de agresión al menos una vez al mes, el 32.4% una vez al año y el 36% ha ejercido el contacto físico en peleas con otros estudiantes. Así mismo, Infocorp Online (2019), afirma que el 11.2% de adolescentes confirman haber recibido golpes severos como empujones y patadas, ocasionando daños y obstrucción de los derechos humanos. A su vez, la Organización de las Naciones Unidas (2018), indicó que la población adolescente registra un 43% de violencia interpersonal, con incremento en los países pobres de América Latina. De hecho, el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (2017), reportó que cerca de 130 millones de alumnos entre 13 y 16 años han sufrido violencia verbal y física, siendo el problema más común en el contexto educativo.

En el Perú, el SiseVe (2019), en una encuesta dirigida a 35,000 colegios del sector privado y público afiliados a la detección de violencia escolar, encontraron más de 26,400 casos de agresión psicológica, física, verbal y sexual, con mayor incidencia en hombres por acto de acoso ejercido. Así también, el Ministerio de Salud (2017), en la revisión del documento técnico, halló la situación de salud en adolescentes, siendo más del 50% de casos por lesiones de agresión psicológica y física. Igualmente, el Instituto Nacional de Estadística e Informática (2017), en una encuesta para medir las conductas agresivas a estudiantes de 11 a 16 años, mostraron que el 40% fueron agredidos de forma física con jaloneos, patadas, manotazos, puñetazos y jalones de cabello, mientras que el 71.1% sufrió violencia psicológica en base a rechazos, insultos, burlas y miradas furiosas. El 75.7% de los hechos mencionados sucedieron en el salón de clases y afuera del colegio.

A nivel local, un estudio realizado por Siapo (2018), revela que estudiantes entre 13 a 15 años de un colegio privado en Trujillo, el 20% expone un nivel alto de agresividad impulsiva, el 80% un nivel medio y nadie mostró un bajo nivel. A su vez, los adolescentes de 16 y 17 años se encuentran dentro de un 78% de agresividad con nivel medio. Por otra parte, León (2017), comenta que, en un colegio del distrito de Trujillo, se encuentran las

barras bravas conformada por estudiantes de 3ero a 5to de secundaria, y tienen como propósito intimidar a sus demás compañeros en los recreos u horas de salida con amenazas, agresiones verbales, físicas y psicológicas, evidenciando la falta de control de impulsos.

En base a la proyección hacia el futuro, Ruales (2018), indica que la agresividad es un tema de alerta para las instituciones educativas con mayor frecuencia en la adolescencia. Por ello, si estos casos no son tratados desde su prevención, los estudiantes pueden ser incapaces de controlar sus propios impulsos y emociones negativas, creando una mala adaptación para el área social. Así mismo, Campos (2016), deduce que la falta de control de impulsos genera agresividad entre pares, ya sea de índole familiar, social o escolar. El adolescente que practica este tipo de conductas puede tener irritabilidad, desesperación, rabia no canalizada, agresiones severas, ideas de venganza entre otros factores.

De tal modo, Gonzáles et al., (2019), consideran el modelo cognitivo conductual como una fuente viable para resolver los casos de agresividad, puesto que, su proceso se basa en cambiar los pensamientos disfuncionales, equilibrar las emociones y controlar la conducta desadaptiva en las personas. Así, Guerra y Barrera (2017), mencionan que la técnica más eficaz para controlar la agresividad es el método del modelado, ya que la persona observa e imita un patrón de conducta ejemplar, con el fin de modificar su comportamiento con estrategias positivas para tener una mejor respuesta al medio. Además, expresa que tiene mayor eficacia en adolescentes, debido a que su conducta es influenciada por el entorno externo y es sencillamente modificable para obtener resultados exitosos.

Desde otra instancia, se describe como antecedentes las siguientes investigaciones:

A nivel internacional, Prieto (2015), en su investigación buscó comprobar la eficacia del tratamiento basado en la terapia cognitivo conductual para controlar la agresividad mediante la técnica del modelado en estudiantes que han sufrido maltrato intrafamiliar de una Institución Educativa Privada en Murcia, España. La metodología empleada fue de diseño experimental, de corte transversal, contando con una muestra de 24 participantes de 11 a 16 años de edad, el 52.2% fueron hombres y el 47.8% mujeres, El instrumento de medición fue el Child PTSD Symptoms Scale (CPSS), Children’s Depression Inventory (CDI) y el Child Behavior Checklist (CBCL). Los resultados demostraron que existe una diferencia significativa después de aplicar el tratamiento, ya

que, la sintomatología de los estudiantes se encontraba en un nivel moderado, sin embargo, tras el programa se obtuvo una conducta de nivel leve. En conclusión, la técnica del modelado logró un cambio significativo en los estudiantes para controlar la agresividad.

A nivel nacional, Bautista y Parihuamán (2021), en su estudio buscaron diseñar un programa cognitivo conductual bajo la técnica del modelado para reducir la agresividad en adolescentes de una Institución Educativa Privada de Chiclayo, Perú. El método utilizó un diseño descripto propositivo, contando con una muestra de 30 adolescentes hombres y mujeres de 12 a 16 años de edad, quienes se les aplicó el Cuestionario de Buss y Perry. Los resultados demostraron que la base del marco teórico del enfoque cognitivo conductual tuvo un sustento fundamental para ejercer el diseño de la técnica del modelado en 10 sesiones, puesto que, esta terapia controla los actos impulsivos y logra un aprendizaje cognitivo y buenas prácticas conductuales. En conclusión, la ejecución del programa tuvo impacto positivo reducir el nivel de agresividad física y verbal en adolescentes.

A su vez, Castillo (2021), en su investigación buscó hallar el nivel de agresividad en adolescentes de secundaria de una institución educativa en la ciudad de Cajamarca, Perú. El método utilizó un diseño descriptivo, contando con una muestra de 120 adolescentes de 4to y 5to año del nivel secundario con edades comprendidas entre 15 y 17 años, quienes se les aplicó como instrumento el Cuestionario de Agresividad SQ. Los resultados evidenciaron que el 42% de estudiantes se encuentran en un nivel alto de agresividad, el 38% en un nivel medio y solo el 21% demuestra un nivel bajo. En conclusión, la mayor parte de los estudiantes presentan un nivel alto de agresividad.

A la par, García et al., (2020), en su estudio buscaron establecer la eficacia del programa cognitivo conductual: Fortaleciéndome para controlar mi agresividad, en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Nuestra Señora de Fátima de Comas, Lima, Perú. El método utilizó un diseño experimental único y cuasi-experimental, contando con una muestra de 57 estudiantes de 5to año de secundaria de ambos sexos, quienes se les el Cuestionario de agresión AQ. Los resultados mostraron que el grupo control y experimental tuvieron índices similares en la agresividad, situándose en el nivel medio y nivel alto. Luego de la aplicación del programa, los índices difirieron significativamente, ya que ambos grupos redujeron su agresión a nivel bajo. En conclusión,

el programa tuvo una influencia significativa en los estudiantes para controlar las conductas agresivas mediante la técnica reestructuración cognitiva, autoinstrucciones y el modelado.

De tal modo, Casallo (2018), en su estudio buscó desarrollar un programa cognitivo conductual para controlar la agresividad en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa 9 de Julio UGE, Junín, Perú. El método utilizado fue de diseño cuasi experimental, contando con una muestra de 63 estudiantes, 31 para el grupo de pruebas y 32 para el de cierre, quienes se les aplicó como instrumento el Manual de Calificación y Diagnóstico de habilidades y el Cuestionario de Agresión Física y Verbal propuesto por Caprara y Pastorelli. Los resultados reflejaron que los datos del pre test demostraron que las habilidades sociales fueron deficientes con un nivel medio de conductas agresivas; no obstante, en el post test, se logró un cambio significativo en el desarrollo de habilidades y control de las conductas agresivas en lo alumnos. En conclusión, el programa cognitivo conductual tuvo efectos exitosos para controlar la agresividad en los estudiantes; las técnicas con mayor eficacia fueron el método de las autoinstrucciones y el modelado.

De hecho, Saucedo (2017), en su estudio buscó implementar un programa cognitivo conductual bajo la técnica del modelado para reducir la agresividad en estudiantes del nivel secundario del Colegio Público N ° 01 Pachacutéc, Lima, Perú. El método utilizó un diseño cuasi experimental, contando con una muestra de 26 estudiantes de 3er año de secundaria de ambos sexos entre 13 a 15 años, quienes se les aplicó la prueba no paramétrica de Mann Whitney. Los resultados demostraron que el 58% de los alumnos denotaron un nivel alto de agresión antes de la aplicación del programa; sin embargo, tras su aplicación, el total de estudiantes mostraron un cambio significativo al controlar la agresividad y mejorar su conducta. En conclusión, la aplicación del programa cognitivo conductual logró su objetivo al minimizar las conductas agresivas mediante la técnica del modelado.

De igual forma, Aguilar (2017), en su estudio buscó hallar la eficacia del programa cognitivo conductual bajo la técnica del modelado para las conductas agresivas en estudiantes del nivel secundario de una Institución Educativa Particular Harvard College, Piura, Perú. El método consideró un diseño experimental, de corte cuasi experimental, de tipo correlacional transaccional, contando con una muestra de 52 estudiantes de 4to año de secundaria de ambos sexos, 26 pertenecieron al grupo experimental y los otros 26 al control, quienes se les aplicó como instrumento el Inventario de Hostilidad de Agresividad

propuesto por Bussy Durkee. Los resultados reflejaron la existencia de la diferencia significativa luego del tratamiento, puesto que, ambos grupos obtuvieron un valor de $p > 0,05$. En conclusión, la implementación de la técnica del modelado dentro del programa cognitivo conductual fue eficaz para el control de impulsos en los estudiantes.

A nivel local, Rojas (2018), en su investigación buscó ejecutar el programa: Ponle color a tu vida y llénalo de alegría, bajo las técnicas cognitivo conductuales para reducir la agresividad en adolescentes de una Institución Educativa Privada de Trujillo, Perú. El método utilizó un diseño cuasi experimental, contando con una muestra de 36 estudiantes del 3er año de secundaria entre 14 a 16 años, quienes se les aplicó el Cuestionario de Agresividad Premeditada e Impulsiva, CAPI-A. Los resultados reflejaron que el 72% de estudiantes tuvieron un nivel medio de agresividad antes de aplicar el programa; sin embargo, tras su aplicación de 12 sesiones, todos los estudiantes mostraron un cambio significativo en sus conductas. En conclusión, el programa basado en las técnicas cognitivo conductuales tuvo un logro significativo para reducir la conducta agresiva, siendo la técnica del modelado y la desensibilización sistemática las más eficaces para tratar estos casos.

Por otro lado, este estudio describe el marco teórico de las siguientes variables:

A) Agresividad:

Según Flores (2018), considera que la agresividad es un estado emocional relacionado a ciertas distorsiones cognitivas que impulsan a la persona a hacer daño a sí mismo o a los demás, ya sea de contacto físico, ataque verbal o manifestación relacional, con disposición persistente a tener una conducta agresiva en diversas áreas de la vida. Así mismo, Temblay (2017), deduce que es una tendencia a reaccionar de forma nociva a los estímulos que lo desafían, golpeando, ofendiendo, hostigando o provocando a los demás de manera premeditada, con el fin de lastimar a otros que se sienten dispuestos a enfrentarlo. De igual modo, Malca (2018), menciona que la agresividad es el sentimiento de responder violentamente a otros de forma física o psicológica, puesto que está ligada a los mecanismos de afrontamiento en base a las potentes amenazas del medio, siendo inapropiada debido a que es también autodestructiva, no realista y de naturaleza física.

A la par, Giménez (2014) indica que la agresividad en las escuelas realiza acciones que ostentan una intención impulsiva directa hacia la comunidad educativa como los estudiantes, maestros, directores, personal subalterno o padres de familia. Estas agresiones se manifiestan dentro del aula de clases, como en los exteriores de los colegios. Por ello, se clasifican como conductas dañinas al inicio de los sentimientos de exclusión comunitaria, la exposición de contenido violentos a los adolescentes que observan los medios de comunicación, así como los videojuegos y la personalidad imponente hacia los demás. En cuanto a la agresividad en adolescentes, su objetivo es deteriorar intencionalmente la salud física y psicológica de otros alumnos. Dichas conductas se derivan de 2 motivaciones: a) defenderse a una provocación, debido a la interpretación de intenciones prejuiciosas hacia otros y b) anticipar un beneficio controlado por los refuerzos externos, tales como pertenecer a un estatus social, u ocupar la posición de líder (Estévez y Jiménez, 2015).

En base a las dimensiones de la agresividad, se muestran las dos siguientes:

Primero, la agresividad premeditada, es un patrón dirigido a la obtención de una meta, que no solo busca perjudicar a otras personas, sino que intenta lograr beneficio de ello; en tal sentido, la planificación previa tiene que ser ejecutada con el fin de dañar a los demás, por medio de deterioros verbales, psicológicos y físicos. Los indicadores de esta fase son las conductas agresivas con planificación previa y un objetivo determinado (Bautista, 2016).

Segundo, la agresividad impulsiva requiere de un propulsor, debido a que es una reacción no controlada, originada de emociones como ira o furia contraída, por lo cual busca agredir a otro como respuesta ante un pequeño estímulo insultante u ofensivo acompañado de expresiones en el rostro como miedo, irritabilidad u hostilidad. El indicador es las conductas agresivas reactiva por un impulsor (Bautista, 2016).

B) Modelo Cognitivo Conductual:

Según Céspedes (2017), refiere que la terapia es una guía de tratamiento que analiza los pensamientos negativos, los estados emocionales y las respuestas fisiológicas disfuncionales para transformarlas por unas que sean más adecuadas y que puedan combatir el problema central. Igualmente, Vernon y Doyle (2017), explican que la terapia trabaja en el área cognitiva en base a los pensamientos, y el área conductual, como las reacciones o respuestas al medio con el fin de que la persona tenga un mejor estado anímico en el tiempo

presente. Así mismo, López (2016), indica que la terapia actúa en la consciencia de la persona, detectando cómo uno mismo piensa de su interior, así como el medio que lo rodea, y cómo todo ello influye en los sentimientos, emociones, pensamientos y conductas.

A su vez, la terapia se basa en los siguientes supuestos: a) las personas no son simples receptores de los estímulos externo, sino logran activar su propia realidad, b) las cogniciones desatan las emociones y conductas haciéndolas dependientes a ellas, c) las personas pueden llegar a denotar sus contenidos cognitivos, d) el cambio de pensamiento es fundamental para el proceso de mejora (Acuña, 2018). Así también, las características de la terapia se basan en el alivio de los pensamientos y la conducta disfuncional, su abordaje debe ser educacional y activo. Las aplicaciones de las técnicas se rigen en el análisis del problema y la experiencia de soluciones para controlar la situación adversa. La eficacia de los procesos terapéuticos ayuda a verificar los resultados de una evaluación que determine el progreso del tratamiento y a comparar los resultados previos con los posteriores (Caballero y Caballero, 2019).

Por ello, se describe las cuatro dimensiones de la terapia cognitivo conductual:

Primero, el cognitivo promueve a que la persona conscientemente aprenda a escuchar sus pensamientos automáticos. Aquí se detecta lo que uno piensa sobre si y el medio externo, siendo caracterizada por almacenar ideas reflejadas en la acción de conductas inmediatas. Los indicadores son los pensamientos y las creencias distorsionadas (González et al., 2017).

Segundo, el área fisiológica es un proceso relacionado al funcionamiento adecuado de los sistemas y sentidos de nuestro cuerpo. Es relevante que tanto el cuerpo y la mente tengan un mecanismo adaptable a la realidad, para analizar el significado el mundo y obtener un aprendizaje. Los indicadores son las respuestas fisiológicas (González et al., 2017).

Tercero, las emociones son el estado anímico que expresan enérgicamente los pensamientos o creencias, y va acompañado de una activación fisiológica. Es importante equilibrarlas para evitar conductas impulsivas o inadaptadas al mundo que los rodea. Los indicadores son las emociones y los sentimientos (González et al., 2017).

Cuarto, la conductual identifica las reacciones o respuestas que tienen las personas frente al problema. Se detecta cuáles son los comportamientos, se formula una hipótesis sobre la conducta ejercida y luego se describen según su intensidad y nivel de gravedad. Los indicadores de esta fase son las acciones menos útiles o beneficiosas (González et al., 2017).

C) Técnica de Modelado:

Según Belando (2017), lo define como un proceso de aprendizaje por observación, con el fin de imitar la conducta de un patrón ejemplar que dé solución a un tema determinado. Su adquisición terapéutica tiene como fin controlar los pensamientos, modificar la conducta y regular la emoción. De tal forma, Oropeza (2017), menciona que es una estrategia terapéutica que impulsa al aprendizaje observado para imitar el modelo generando una nueva conducta. Su utilidad se basa en aquellos casos en que la conducta no es aprendida por las propias habilidades de la persona y requiere de estímulos externos. Así, Albor (2016), afirma que la técnica guarda relación con el aprendizaje social, vicario, observacional y por imitación, y tienen el mismo propósito de adquirir nuevos comportamientos e influenciar las consecuencias de la conducta del modelado en el aprendizaje del observador.

Posee 5 funciones: a) se aprende nuevos comportamientos, b) inhibe la realización del comportamiento en relación a las consecuencias del modelado, c) incita la práctica de otras conductas, d) motiva a la ejecución de la reproducción conductual, e) cambia el estado emocional (Bonilla, 2014). De igual modo, existen factores que influyen en la técnica del modelado: a) características del modelo: son los factores que influyen en el aprendizaje por observación, puesto que, se basan en la similitud con el que observa, tiene un valor eficaz para el imitador, además de un prestigio del modelado al lograr una eficacia al ejecutar la conducta, b) características del observador: sus capacidades cognitivas no son deterioradas, contiene un nivel de habilidades que incrementan la conducta imitada reforzando la atención y retención de la memoria (Woolfolk, 2014).

Por ello, se describe las cuatro dimensiones de la técnica del modelado:

Primero, la atención se expresa como un proceso atencional que ejecuta el observador en sesiones terapéuticas que sean adaptables al desarrollo de las consecuencias del modelo. La conducta mostrada debe estar diseñada al tema que se desea tratar, ya sea para controlar los pensamientos y el comportamiento, así como regular la emoción. Los indicadores son la relevancia, valencia afectiva, complejidad de la conducta y la prevalencia (Solórzano, 2018).

Segundo, la retención promueve la capacidad de codificar de forma simbólica la conducta a modelar para ser reproducida con éxito. A su vez, recopila la representación verbal, puesto que, para imitar un patrón externo es importante representarla en imágenes o verbalmente sin que el modelo esté presente. El repaso cognitivo del modelo ayuda al mantenimiento del aprendizaje en su significado y relacionado a aprendizajes previos. Los indicadores son codificación simbólica y representación verbal (Solórzano, 2018).

Tercero, la reproducción genera un esquema de dramatización según lo observado en el modelo para transformar el aprendizaje en conducta. El observador debe tener la capacidad de retener e imitar la información; luego de su ejecución, se comparan los resultados con el esquema deseado y se analizan las correcciones para moldear la emoción y conducta ideal. Los indicadores son atender, retener, almacenar, recuperar y reproducir (Solórzano, 2018).

Cuarto, la motivación implica el seguimiento de las consecuencias de la conducta a través del reforzamiento directo o vicario o el auto refuerzo o extinción. El aprendizaje puede producirse por el valor funcional que la persona atribuya a la conducta adquirida. El indicador de esta fase es el reforzamiento vicario (Solórzano, 2018).

En base a lo mencionado, el siguiente trabajo se justifica a nivel teórico debido a la descripción teórica del lineamiento de las variables en base al marco teórico del enfoque cognitivo conductual para fundamentar teóricamente el proceso de la técnica del modelado, siendo de gran información para la elaboración de las dimensiones e indicadores que pertenecen a la propuesta de intervención. Se justifica a nivel metodológico debido al diseño de investigación descriptivo propositivo, haciendo uso de técnicas de recolección de datos, instrumento de medición y plataformas estadísticas para procesar las actividades metodológicas que serán sustento de la propuesta preventiva para mejorar la agresividad en estudiantes. Así mismo, se justifica a nivel práctico, dado que el desarrollo de este estudio tiene como fin diseñar una propuesta preventiva a través de la técnica del modelado para controlar los niveles de agresividad, siendo útil para la modificación del pensamiento y conducta, así como equilibrar las emociones, creando una vida adaptable del estudiante al medio externo. Finalmente, se justifica a nivel social, debido a que el diseño de la propuesta está dirigida a toda la comunidad estudiantil, social o familiar de cualquier edad que no tienen la capacidad de poder controlar su conducta impulsiva, siendo perjudicial para el área

interpersonal. Así, los profesionales de la salud mental u otros investigadores pueden ejercer la propuesta para reducir la agresividad en las personas y mejorar su calidad de vida.

1.2. Formulación del problema

¿Como una propuesta basada en la técnica del modelado controla la agresividad en estudiantes de un Colegio Privado de Trujillo?

1.3. Objetivos

1.3.1. Objetivo General

Diseñar una propuesta basada en la técnica de modelado para controlar la agresividad en estudiantes de un Colegio Privado de Trujillo.

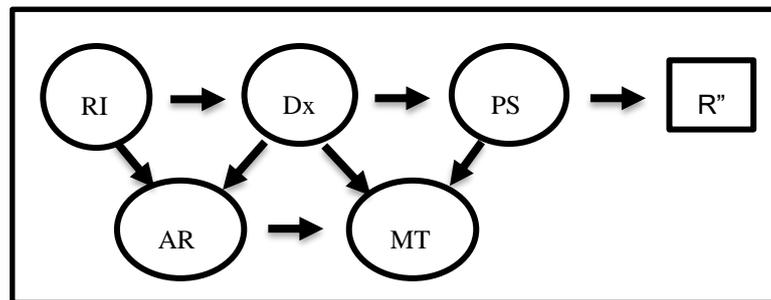
1.3.2 Objetivos específicos

- Identificar el nivel de agresividad general y por dimensiones en los estudiantes de un Colegio Privado de Trujillo.
- Identificar los aspectos teóricos del modelo cognitivo conductual para controlar la agresividad en estudiantes de un Colegio Privado de Trujillo.
- Obtener la validez de contenido para la calificación de las actividades metodológicas de la propuesta de intervención de la técnica de modelado.
- Analizar reflexivamente la triangulación entre las variables agresividad, enfoque cognitivo conductual y técnica de modelado.

CAPÍTULO II: METODOLOGÍA

2.1. Tipo de investigación

El tipo de investigación según su finalidad es de carácter práctico, dado que hace uso de una teoría para dar solución a un determinado problema; según su naturaleza es cuantitativo, porque utiliza un instrumento de medición para identificar el nivel de agresividad en estudiantes; según su carácter es propositiva puesto que concluye en una propuesta basada en una teoría escogida. Así también esta investigación es de diseño descriptivo propositivo, por el cual se tiene como diagrama el siguiente esquema:



Fuente: Aguado, A. (2014)

Dónde:

R1 = Realidad problemática

AR = Antecedentes relacionados con la realidad

Dx = Problemática del estudio de la realidad inicialmente observada

MT = Modelo teórico para transformar la problemática de la realidad inicial

PS = Propuesta de solución

R'' = Aspiración de la realidad mejorada

2.2. Población y muestra

El proceso y elaboración de esta investigación se desarrolló en la ciudad de Trujillo. En tal sentido, la población o universo de estudio fue constituida por 40 estudiantes pertenecientes al 5to año del nivel secundario de un colegio Privado de Trujillo.

Así mismo, la muestra estuvo conformada por 29 estudiantes que cursan el 5to año del nivel secundario, con edades comprendidas entre 15 a 17 años, siendo 17 estudiantes del sexo masculino y 12 estudiantes del sexo femenino de un colegio Privado de Trujillo.

Respecto a los criterios de selección de la muestra de estudio, se tomaron en cuenta las siguientes:

Criterios de inclusión:

- Estudiantes que tengan edades entre 15 a 17 años.
- Que pertenezcan al 5to año del nivel secundario.
- Estudiantes de ambos sexos.
- Estudiantes que cuenten con un aparato tecnológico y correo electrónico.

Criterios de exclusión:

- Estudiantes que entregan el cuestionario incompleto.
- Participantes que presenten alguna patología mental, ya que pueden generar alteraciones en el procesamiento de los resultados.

Tabla N°1

Número de estudiantes por sexo.

Sexo	N° de estudiantes	Porcentaje
Masculino	17	58.7%
Femenino	12	41.3%
Total	29	100%

Nota: Elaboración propia

Para esta investigación, se utilizó un muestreo no probabilístico por conveniencia. Por ello, Vásquez (2017), menciona que el proceso del muestreo no probabilístico no selecciona al azar a sus unidades de estudio, es decir, no se conoce la probabilidad de poder elegir a cada elemento de la población, debido a que no todos cuentan con la misma probabilidad de ser seleccionados para la muestra. La conveniencia es un tipo de muestreo dentro del muestreo no probabilístico que consiste en seleccionar a los participantes por su proximidad y acceso, siendo sencillo en corto tiempo sin utilizar algún método estadístico.

2.3. Técnicas e instrumentos de recolección y análisis de datos

La técnica que se utilizó dentro del proceso de investigación para la recolección de información fue la revisión documental e indagación de fuentes bibliográficas. Por ello, Gómez et al., (2017), mencionan que es una técnica de observación complementaria que almacena su información en un registro de acciones y programas, permitiendo abarcar mayor indagación que confirma la situación y características de un tema a investigar. Así, es una técnica que colecciona información con organización, análisis y presentación de resultados.

A su vez, para este estudio la técnica de recolección se basó en la recopilación de información teórica, en diversos textos que poseen la temática de agresividad para lo cual se realizaron fichas bibliográficas, textuales, con una idea analizada, que ayudaron en el proceso de elaboración del marco teórico del estudio, además sirvió para tener conocimiento del funcionamiento de la organización objeto de análisis.

2.4. Instrumento

El instrumento utilizado fue el Cuestionario de Agresividad Premeditada e Impulsiva en Adolescentes CAPI-A elaborado por su autor original José Manuel Andreu Rodríguez en el año 2010 en la ciudad de Madrid, España, quien aplicó el cuestionario a 825 adolescentes de 12 a 17 años. A su vez, fue adaptado en Perú por Edith Elizabeth Neira Beltrán en el año 2017, aplicando el instrumento a estudiantes del nivel secundario de un colegio Privado del distrito de Alto Trujillo. El objetivo del cuestionario es evaluar la agresividad premeditada e impulsiva en adolescentes; su administración es individual o colectiva dirigida a todos los adolescentes que presenten edades comprendidas entre 12 a 17 años, con un tiempo de 15 a 20 minutos de su aplicación.

En base a la estructura del instrumento, el número de ítems consta de 24 reactivos, utilizando la siguiente escala: “muy en desacuerdo”, “en desacuerdo”, “indeciso”; “de acuerdo” y “muy de acuerdo”, con la puntuación de calificación ascendente de 1 a 5. A su vez, se determina la puntuación sumando los puntajes obtenidos de los ítems que componen cada escala por separado. Posteriormente, se anota las puntuaciones directas (PD) y se consulta los baremos para verificar el percentil (Pc) de cada puntuación directa. Finalmente, los resultados se determinan en los siguientes niveles: muy bajo, bajo, promedio, alto y muy alto, que clasificarán el nivel de agresividad premeditada e impulsiva.

Así mismo, parte de dos dimensiones exploradas. La primera dimensión agresividad premeditada, refiere a la emisión de una respuesta planificada en la que el agresor elabora una estrategia para resolver un conflicto, teniendo como objetivo sacar algún beneficio tal como poder, estatus social, entre otros. Los ítems que pertenecen a esta área son: 1, 7, 9, 11, 13, 15, 17, 19 y 21. De igual modo, la segunda dimensión agresividad impulsiva es una respuesta no planificada, asociada a reacciones emocionales como la ira, miedo o irritabilidad, las cuales giran en torno a una provocación percibida, teniendo como meta causar algún daño a la víctima. Los ítems que componen a esta área son: 2, 6, 8, 10, 12, 16, 18, 20, 22, 23 y 24.

En cuanto a las propiedades psicométricas del instrumento original tenemos:

Validez:

a) Validez de Criterio:

Se correlacionó el CAPI-A con la Escala de Impulsividad de Barrat (BIS-11) y el Cuestionario de Agresividad reactiva/proactiva (RPQ). Se obtuvo como resultados, con la Escala (BIS-11) un puntaje de “r” de 0,418 y con la Agresividad reactiva RPQ arrojó una “r” de 0,230 y con la Agresividad proactiva RPQ arrojó un puntaje de “r” de 0,249. Por otro lado, los resultados para la escala de agresividad impulsiva con Impulsividad BIS-11 fueron de “r” de 0,419 y con la Agresividad reactiva RPQ obtuvo un puntaje de “r” de 0,210. Finalmente, con la Agresividad proactiva RPQ alcanzó una “r” de 0,157. Por tanto, ambos tipos de agresividad nos muestran que tienen correlaciones moderadas y bajas con los instrumentos. (Pariona, 2018)

b) Validez de Constructo:

Se obtuvo con el análisis factorial un modelo bidimensional, conformado por la agresividad premeditada de 11 ítems y la agresividad de 13 ítems. (Pariona, 2018).

Confiabilidad:

La escala de agresividad premeditada obtuvo una fiabilidad de 0.83, la cual se realizó a través del coeficiente alfa de Cronbach. Por otro lado, la escala de agresividad impulsiva fue de 0.82. (Pariona, 2018).

Propiedades psicométricas del instrumento adaptado:

Validez de constructo:

Se descubrió por medio del análisis factorial confirmatoria del cuestionario CAPI en adolescentes del distrito de Alto Trujillo, como resultados los indicadores de bondad de ajuste como el: CFI, IFI, GFI, los cuales fueron mayor a .8, considerándose aceptables. (Neira, 2017).

Confiabilidad:

Se determinó a través del método de consistencia interna de Omega, ya que el alpha otorga una estimación sesgada de la confiabilidad cuando las medidas de las variables son iguales. Es por ello, que para mantener una coherencia en el tipo de continuidad de los datos se optó por utilizar el coeficiente Omega. Para el estudio, se mostró en los hallazgos que el cuestionario de agresividad premeditada e impulsiva en adolescentes del distrito de Alto Trujillo es confiable, debido a que en la escala de agresividad premeditada se logró un valor de .612 (mínimamente aceptable) y en la escala de agresividad impulsiva un valor de .754 (muy respetable). (Neira, 2017).

2.5. Procedimiento

En cuanto al procedimiento de investigación, en términos generales, se buscó lograr la identificación de los niveles de conductas agresivas preestablecidas hasta el planteamiento del diseño de una propuesta preventiva que modifique la agresividad presente en los estudiantes de 5to año del nivel secundario de un Colegio Privado de Trujillo. En términos específicos, el procedimiento de la investigación fue el siguiente:

- **Fase de diagnóstico:** Para llevar a cabo la investigación de las variables de estudio, se elaboró una ficha de registro de datos para clasificar y organizar el contenido necesario de cada artículo científico o documento hallado de las diferentes bases de datos electrónicas. Así también, se procedió a describir la realidad problemática de la agresividad que existe en los estudiantes adolescentes y su conexión con la solución de mejora de la técnica del modelado. A su vez, para poder aplicar el instrumento de medición, se utilizó la plataforma virtual Google Forms para brindar el asentimiento informado que haga referencia a los aspectos éticos y la total confidencialidad por parte de los estudiantes para identificar el nivel de agresividad en la muestra seleccionada. Este formato permite que los estudiantes de forma voluntaria participen de la investigación teniendo en cuenta la información pertinente.
- **Fase de conceptualización teórica:** Como segunda fase, se procedió a la descripción de los antecedentes internacionales, nacionales y locales, así como la argumentación teórica de las variables de estudio, tomando como referencia los artículos científicos, libros actualizados y tesis de licenciatura, maestría o doctorado previamente seleccionados. Todo ello, sirvió para fundamentar detalladamente la definición, características, dimensiones e indicadores que engloban la agresividad, enfoque cognitivo conductual y la técnica del modelado.
- **Fase de diseño:** Finalmente, partiendo de los resultados obtenidos en las dos fases previas, se sistematizó la información diagnóstica y conceptual a fin de proponer un diseño descriptivo propositivo. Se tomaron en cuenta las dimensiones e indicadores de la técnica del modelado para determinar las sesiones de la propuesta que tienen como finalidad disminuir los niveles de agresividad de forma progresiva. Para ello, se utilizó el formato de jueces expertos para obtener la calificación de las actividades metodológicas, y a su vez, se tomó el Coeficiente V de Aiken para procesar dichos elementos que alcanzaron un nivel de validez en su totalidad. Por lo tanto, el diseño de la propuesta preventiva permite mejorar la conducta debido a su notable validez.

CAPÍTULO III: RESULTADOS

Tabla N°2

Esquema de propuesta de la Técnica de Modelado para controlar la agresividad en estudiantes de un Colegio Privado de Trujillo

Propuesta	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Objetivos dimensionales	Indicadores
Técnica de modelado	Según Belando (2017), lo define como un proceso de aprendizaje por observación, con el fin de imitar la conducta de un patrón ejemplar que dé solución a un tema determinado.	En la técnica de modelado, su adquisición terapéutica tiene como fin controlar los pensamientos, modificar la conducta y regular la emoción. (Belando, 2017)	Atención	Identificar la conducta de interés a modelar para incrementar el proceso de aprendizaje.	Relevancia. Valencia afectiva. Complejidad de la conducta. Prevalencia.
			Retención	Codificar simbólicamente la conducta a modelar para su imitación.	Codificar simbólicamente. Representación verbal.
			Reproducción	Reproducir la información relevante de la conducta a realizar a través de la capacidad de atender, retener, almacenar y recuperar.	Atender. Retener. Almacenar. Recuperar. Reproducir.

	Mantener la	
	conducta	
Motivación	modelo a través del	Reforzamiento vicario.
	reforzamiento	
	vicario.	

Como se puede observar en la tabla 2, la propuesta del diseño de la técnica de modelado se subdivide en cuatro dimensiones. La primera dimensión, es la atención, busca identificar la conducta de interés a modelar para incrementar el proceso de aprendizaje, tiene como indicadores la relevancia, la valencia afectiva, la complejidad de la conducta y prevalencia. La segunda dimensión, retención, está basada en codificar simbólicamente la conducta a modelar para su imitación y tiene como indicadores el codificar simbólicamente y la representación verbal. Como tercera dimensión, la reproducción, esta reproduce la información relevante de la conducta a realizar a través de la capacidad de atender, retener, almacenar y recuperar, teniendo como indicadores los mismos. Por último, en la cuarta dimensión, la motivación, busca mantener la conducta modelo a través del reforzamiento vicario, teniendo el mismo como indicador. (Para mayor descripción y detalle de la propuesta (Anexo 7).

Tabla N°3

Nivel de agresividad general y por dimensiones en los estudiantes de un Colegio Privado de Trujillo.

Escalas		Resultados		
		Agresividad premeditada	Agresividad impulsiva	Total
Muy bajo	N°	0	0	0
	%	0%	0%	0%
Bajo	N°	4	5	3
	%	13.8%	17.2%	10.3%
Promedio	N°	8	5	6
	%	27.6%	17.2%	20.7%
Alto	N°	15	18	19
	%	51.7%	62.0%	65.6%
Muy alto	N°	2	1	1
	%	6.9%	3.4%	3.4%
Total	N°	29	29	29
	%	100%	100%	100%

Nota: Base de datos del cuestionario aplicado a estudiantes de un Colegio Privado de Trujillo.

Como se puede observar en la tabla 3, los estudiantes de forma total obtuvieron como porcentaje mayor un 65.6% ubicándose en un nivel alto de agresividad; así mismo, el 20.7% alcanzó un nivel promedio, el 10.3% sostuvo un nivel bajo y el 3.4% un nivel muy alto. Respecto a la dimensión agresividad impulsiva, se halló como porcentaje mayor un 62.0% dentro de un nivel alto de agresividad, a su vez, se obtuvo una similitud alcanzada al 17.2% mostrando un nivel promedio y bajo, por último, el 3.4% reflejó un nivel muy alto. En base a la dimensión agresividad premeditada, se encontró como porcentaje mayor un 51.7% en un nivel alto, el 27.6% mostró un nivel

promedio, el 13.8% obtuvo un nivel bajo y el 6.9% un nivel muy alto. Todo ello, evidencia que los estudiantes presentan un nivel alto de agresividad.

Tabla N°4

Aspectos teóricos del Modelo Cognitivo Conductual para controlar la agresividad en estudiantes de un Colegio Privado de Trujillo

Aspecto Teórico	Definición Conceptual del Aspecto Teórico	Definición Operacional del Aspecto Teórico	Dimensiones del Aspecto Teórico	Indicadores del Aspecto Teórico
Modelo Cognitivo Conductual	Según Céspedes (2017), refiere que la terapia es una guía de tratamiento que analiza los pensamientos negativos, los estados emocionales y las respuestas fisiológicas disfuncionales para transformarlas por unas que sean más adecuadas y que puedan combatir el problema central.	Vernon y Doyle (2017), explican que la terapia trabaja en el área cognitiva en base a los pensamientos, y el área conductual,	Conductual	Acciones menos útiles a beneficiosas.
		como las reacciones o respuestas al medio con el fin de que la persona tenga un mejor estado anímico en el tiempo presente.	Cognitivo	Pensamientos. Creencias distorsionadas a adaptativas y funcionales.
			Emocional	Emociones. Sentimientos.
			Fisiológico	Respuestas fisiológicas, como sudoración, agitación, náuseas, poca energía, etc.

Como se puede observar en la Tabla 4, el aspecto teórico del Modelo Cognitivo Conductual se subdivide en cuatro dimensiones, siendo la primera lo conductual, lo cual hace referencia a acciones menos útiles a beneficiosas. La segunda dimensión hace referencia a lo cognitivo, que comprende los pensamientos, las creencias distorsionadas a adaptativas y funcionales. La tercera dimensión, siendo lo emocional, hace referencia a las emociones y sentimientos. De igual forma, la cuarta y última dimensión hace referencia a lo fisiológico, que incluye respuestas fisiológicas, como sudoración, agitación, náuseas, poca energía, etc.

Tabla N°5

Validez de contenido para la calificación de las actividades metodológicas de la propuesta de intervención de la técnica de modelado

Actividades metodológicas	Coherencia			Claridad		Relevancia	
	Total de acuerdos	V	Sig.(p)	Total de acuerdos	IA	Total de acuerdos	IA
1	5	1	.032*	5	1.00	5	1.00
2	5	1	.032*	5	1.00	5	1.00
3	5	1	.032*	5	8.00	5	1.00
4	5	1	.032*	5	1.00	5	1.00
5	5	1	.032*	5	1.00	5	1.00
6	5	1	.032*	5	1.00	5	1.00
7	5	1	.032*	5	1.00	5	1.00
8	5	1	.032*	5	1.00	5	1.00
9	5	1	.032*	5	1.00	5	1.00
10	5	1	.032*	5	1.00	5	1.00
11	5	1	.032*	5	1.00	5	1.00
12	5	1	.032*	5	1.00	5	1.00

La Tabla 5, hace referencia a la validez de contenido de la propuesta, basada en el juicio de 5 expertos, cuyas valoraciones fueron procesadas mediante el método estadístico V de Aiken. Los resultados reflejan que la totalidad de las actividades metodológicas que pertenecen a la técnica de modelado, presentan índices de acuerdo (IA) de 1.00 y ($p < .05$), esto indica que los componentes de las 12 actividades son considerados válidos, guardando una relación lógica con la variable fáctica.

Tabla N°6

Análisis Reflexivo de la triangulación de las variables en estudio (agresividad, enfoque cognitivo conductual y técnica de modelado)

	Fáctica	Teórica	Propuesta	Argumentación de análisis triangular
Variable	Agresividad	Enfoque Cognitivo Conductual	Técnica de Modelado	<p>Considerando que la agresividad es un estado emocional relacionado a ciertas distorsiones cognitivas que impulsan a la persona a hacer daño a sí mismo o a los demás, ya sea de contacto físico, ataque verbal o manifestación relacional, con disposición persistente a tener una conducta agresiva en diversas áreas de la vida. (Flores, 2018), se hace necesario frenar esta problemática en los estudiantes, a través del enfoque cognitivo conductual como una forma de tratamiento psicológico, que analiza los pensamientos negativos, los estados emocionales y las respuestas fisiológicas disfuncionales para transformarlas por unas que sean más adecuadas y que puedan combatir el problema central. (Céspedes, 2017), empleando el modelado como técnica que tiene como fin imitar la conducta de un patrón ejemplar que dé solución a un tema determinado, teniendo como adquisición terapéutica controlar los</p>

pensamientos, modificar la conducta y regular la emoción. (Belando, 2017)

Dimensiones	Agresividad Premeditada	Cognitivo	Atención	Siendo la agresividad premeditada un patrón dirigido a la obtención de una meta, que intenta lograr beneficio de ello, mediante la planificación previa que tiene que ser realizada con el fin de dañar a los demás, a través de deterioros verbales, psicológicos y físicos. (Bautista, 2016).; dándose a nivel cognitivo, donde se promueve que la persona conscientemente aprenda a escuchar sus pensamientos automáticos, detectando lo que uno piensa sobre sí mismo y el medio externo. (Ruíz et al., 2012), y las personas a nivel fisiológico presentan un mecanismo adaptable a la realidad permitiéndole analizar el significado del mundo interior y exterior. (Ruíz et al., 2012). Por ello, es necesario de un proceso atencional acorde al tema a tratar para controlar los pensamientos, y el comportamiento, así como también regular la emoción. (Solórzano, 2018). Además, la persona debe retener, codificando de forma simbólica el comportamiento a
		Fisiológico	Retención	

modelar para ser reproducida con éxito y recopilando la representación verbal, ya que para imitar un patrón externo es importante representarla en imágenes o verbalmente sin que el modelo este presente. (Solórzano, 2018).

Agresividad Impulsiva	Emocional	Reproducción	Al ser la agresividad impulsiva una respuesta a un propulsor, debido a que es una reacción no controlada, proveniente de emociones como ira o furia contraída, que busca agredir a otro como respuesta ante un pequeño estímulo insultante u ofensivo acompañado de expresiones en el rostro como miedo, irritabilidad u hostilidad. (Bautista, 2016).; es afectada a nivel emocional, ya que requiere de equilibrio para evitar conductas impulsivas o inadaptadas al mundo que lo rodea. (Ruiz et al., 2012).; y también, a nivel conductual, dado que se identifica las reacciones o respuestas frente al problema. (Ruiz et al., 2012). Por lo tanto, es necesario la reproducción para generar un esquema de dramatización según lo observado en el modelo para transformar el aprendizaje en conducta, después de haber desarrollado la atención y retención (Solórzano, 2018). Además, se requiere de motivación, para
	Conductual	Motivación	

realizar el seguimiento de las consecuencias de la conducta a través del reforzamiento directo o vicario. (Solórzano, 2018).

Como se puede observar en la tabla 6, existe un análisis reflexivo triangular entre la variable agresividad, enfoque cognitivo conductual y la técnica del modelado. A su vez, el primer grupo dimensional demuestra que existe un análisis reflexivo entre la agresividad premeditada, el área cognitiva y la atención; el segundo grupo dimensional abarca la agresividad premeditada, además del área fisiológica y la retención; el tercer grupo dimensional denota un análisis entre la agresividad impulsiva, el área emocional y la reproducción. Finalmente, el cuarto grupo dimensional expresa una conexión notable entre la agresividad impulsiva, el área conductual y la motivación. Todo ello, evidencia un análisis triangular entre las variables y a nivel dimensional.

CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

4.1. DISCUSION

La intención principal e importante de este trabajo de investigación es la de diseñar una propuesta basada en la técnica de modelado para mejorar el control de la agresividad en estudiantes de un Colegio Privado de Trujillo; hallándose para ello un esquema informativo respecto a la propuesta, en el cual se muestra una definición conceptual y operacional, considerando las características y procedimientos necesarios para su aplicación. Así mismo, se plantearon aspectos dimensionales, como la Atención, Retención, Reproducción y Motivación, los cuales presentan de 1 a 5 indicadores, cada uno con sus propios objetivos propuestos con el fin de lograr el control de los niveles de agresividad. Todo lo expuesto puede ser corroborado con lo planteado por Saucedo (2017) quien concibe la técnica de modelado como un procedimiento que controla la agresividad y mejora la conducta de los estudiantes. Además, se considera la investigación de Bautista y Parihuamán (2021), quienes buscaron diseñar un programa cognitivo conductual bajo la técnica del modelado para reducir la agresividad en adolescentes demostrando que según los resultados obtenidos, la ejecución del programa tuvo impacto positivo para reducir el nivel de agresividad física y verbal en adolescentes.

Al realizar el primer objetivo específico de identificar el nivel de agresividad general y por dimensiones en los estudiantes de un Colegio Privado de Trujillo, se obtuvo que, de forma total alcanzaron un porcentaje mayor de 65.6% dentro de un nivel alto de agresividad. Así mismo, la dimensión agresividad premeditada obtuvo un 27.6% en un nivel alto, y en la dimensión agresividad impulsiva, el 62.0% alcanzó un nivel alto. Esto quiere decir que, la mayor parte de los estudiantes se encuentran en un nivel alto de agresividad, con una práctica de agresividad premeditada e impulsiva en un alto nivel. En contraste a estudios similares, Castillo (2021), en su investigación buscó hallar el nivel de agresividad en adolescentes de una Institución Educativa, contando con una muestra de 120 adolescentes de 4to y 5to año del nivel secundario; los resultados evidenciaron que el 42% de estudiantes se encuentran en un nivel alto de agresividad, mientras que solo el 21% demuestra un nivel bajo.

Como segundo objetivo, se identificó los aspectos teóricos necesarios del enfoque Cognitivo Conductual para proponer un diseño de intervención para controlar la agresividad en los estudiantes, es así que, se tomó como referente un modelo teórico que logre cumplir con una definición conceptual y una operacional clara y coherente junto con una organización dimensional que a su vez es complementaria, y que colabora en la elaboración de un plan de trabajo funcional que mejore la situación problemática descrita anteriormente. Esto se constata con Casallo (2018) quien en su estudio buscó desarrollar un programa cognitivo conductual, donde obtuvo resultados exitosos para controlar la agresividad a través de distintas técnicas. De igual manera, se considera a Aguilar (2017), quien en su estudio buscó hallar la eficacia del programa cognitivo conductual bajo la técnica del modelado para las conductas agresivas en estudiantes del nivel secundario, obteniendo como resultado una diferencia significativa luego del desarrollo del programa; puesto que, la implementación de esta técnica fue eficaz para lograr manejar el control de impulsos en los participantes.

Como tercer objetivo, se buscó determinar la validez de contenido de la propuesta de trabajo en base a la técnica de modelado haciendo uso de la V de Aiken con la validación de 5 jueces y obteniendo como resultados los índices de acuerdo (IA) de 1.00 y ($p < .05$), lo cual indica que el diseño de intervención planteado cumple con los aspectos estratégicos necesarios que logren una mejora respecto a los niveles de agresión en los estudiantes, haciendo del uso de esta técnica como válida y eficaz, y que puede ser aplicada dentro del programa para frenar la problemática de agresividad. Esto puede ser corroborado con lo mencionado por Aiken (1985) quien indica que el Coeficiente de validez de contenido permite cuantificar la relevancia de cada ítem respecto de un dominio de contenido formulado por N jueces, el valor oscila desde 0 hasta 1 en donde 1 indica un perfecto acuerdo entre los jueces respecto a la mayor puntuación de validez de los contenidos evaluados.

Finalmente, como cuarto objetivo específico, se buscó analizar reflexivamente la triangulación entre las variables fáctica, teórica y propositiva, hallando que existe un análisis reflexivo entre la agresividad, cognitivo conductual y la técnica del modelado. Así, se logró una conexión entre el primer grupo dimensional de agresividad premeditada, fisiológico y atención; el segundo grupo dimensional obtuvo una triangulación reflexiva

entre la agresividad premeditada, cognitivo y retención; el tercer grupo dimensional sostuvo una conexión entre la agresividad impulsiva, conductual y la reproducción; por último, el cuarto grupo dimensional presenta un análisis triangular entre la agresividad impulsiva, emocional y la motivación. Esto significa que, existe un análisis reflexivo entre las variables y sus dimensiones. Por ello, Gonzáles et al., (2019) indica que, el modelo cognitivo conductual resuelve los casos de agresividad mediante la técnica del modelado, puesto que, la persona es capaz de observar e imitar una conducta ejemplar, siendo de suma importancia para controlar la conducta agresiva.

4.2. CONCLUSIONES

- Se diseñó una propuesta de trabajo bajo el uso de la técnica de modelado para mejorar el control de la agresividad en una población de estudiantes de un Colegio Privado de Trujillo.
- En base al nivel de agresividad general y por dimensiones en los estudiantes se obtuvo que, el 65.6% se encuentra dentro de un nivel alto de agresividad. Así mismo, la dimensión agresividad premeditada alcanzó un 27.6% y la dimensión agresividad impulsiva, un 62.0%, representando ambas un nivel alto. Todo ello indica que, los estudiantes presentan conductas agresivas previamente planificadas para ejecutarlas contra sus compañeros. Por ello, ello se necesita reforzar las relaciones interpersonales y el compañerismo en aula mediante el diseño de la técnica del modelado para controlar la agresividad en su alto nivel.
- Los componentes teóricos del modelo cognitivo conductual en contraste con el uso de la técnica del modelado permite proponer un diseño de intervención congruente, integral y eficaz para el mejor manejo de impulsos y respuestas ante situaciones estresantes o frustrantes.
- El diseño de una propuesta basado en el uso de la técnica del modelo y los aspectos interactivos del enfoque cognitivo conductual presenta un contenido valido para el manejo de la agresividad en los estudiantes.
- Por último, existe una triangulación reflexiva entre la agresividad, el enfoque cognitivo conductual y la técnica del modelado, además de sus grupos dimensionales. Por ello, la argumentación teórica del enfoque cognitivo conductual promueve el diseño de la técnica del modelado, con el fin de cambiar el pensamiento erróneo, equilibrar las emociones y modificar la conducta agresiva para crear relaciones interpersonales efectivas.

REFERENCIAS

- Acuña, F. (2018). *Terapia cognitivo conductual aplicada a primigestas con ansiedad clínicamente significativa*. [Tesis de maestría no publicada, Universidad de Panamá] Repositorio Institucional – Universidad de Panamá. <http://up-rid.up.ac.pa/1317/1/francia%20acu%C3%B1a.pdf>
- Aguilar Espinoza, M. C. (2017). *Programa cognitivo conductual y disminución de conductas agresivas en estudiantes de la institución educativa particular Harvard College de Piura* [Tesis de Maestría, Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo]. Repositorio Institucional - Universidad Priavada Antonio Guillermo Urrelo. <http://repositorio.upagu.edu.pe/bitstream/handle/UPAGU/708/MAIRA%20AGUILAR%20ESPINOZA%2C%20TESIS%20FINAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Albor, L. (2016). Sistematización de experiencias sociales . *Tejidos Sociales Revista Virtual*, 94(2), 1-128. <https://revistas.unisimon.edu.co/index.php/tejsociales/article/view/2769>
- Bautista Godínez, M. (2016). *Rasgos de personalidad y agresividad en hijos de familias desintegradas*. [Tesis de licenciatura, Universidad Rafael Landívar]. Repositorio Institucional – Universidad Rafael Landívar. <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesisjcem/2016/05/42/Bautista-Margarita.pdf>
- Bautista Laboriano, J. V., y Parihuamán Quispe, Y. M. (2021). *Programa cognitivo conductual para reducir conductas agresivas en adolescentes, Chiclayo* [Tesis de licenciatura, Universidad Juan Mejía Baca]. Repositorio Institucional – Universidad Juan Mejía Baca. <http://repositorio.umb.edu.pe:8080/jspui/bitstream/UMB/330/1/BAUTISTA%20JUDITH%20%26%20PURIHUAM%C3%81N%20YENNY%20-%20TESIS.pdf>
- Belando Montoro, M. R. (2017). Aprendizaje a lo largo de la vida. Concepto y componentes. *Revista Iberoamericana de Educación*, 75, 219-234. <https://rieoei.org/RIE/article/view/1255/4291>
- Bonilla, J. (2014). *Aprendizaje por imitación*. Educar, 10.

- Caballero Suárez, N. P., y Cballero Suárez, C. L. (2019). *Manual de intervenciones cognitivoconductuales aplicadas a enfermedades crónicas*. El Manual moderno. https://books.google.com.pe/books/about/Manual_de_intervenciones_cognitivo_co_ndu.html?id=YaZ8DwAAQBAJ&redir_esc=y
- Campos Naranjo, S. J. (2016). *La Universidad de las Artes en Ecuador: revolución o burocratización cultural* [Tesis de Maestría, Universidad Andina Simón Bolívar]. Repositorio Institucional - Universidad Andina Simón Bolívar. <https://repositorio.uasb.edu.ec/handle/10644/4877>
- Casallo Poma, L. (2018). *Desarrollo de las habilidades sociales para reducir conductas agresivas en la Institucion educativa "9 de julio" UGEL-Concepcion, Region Junin . Junin* [Tesis de Maestría, Universidad Nacional de Educación]. Repositorio Institucional – Universidad Nacional de Educación. <https://repositorio.une.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14039/2021/TD%20PE%201854%20C1%20-%20Casallo%20Poma.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Castillo Jorge, D. A. (2021). *Niveles de agresividad en tiempos de covid-19 en adolescentes de primero a quinto año de secundaria de una institución educativa en la ciudad de Cajamarca*. [Tesis de licenciatura, Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo]. Repositorio Institucional - Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo. <http://repositorio.upagu.edu.pe/bitstream/handle/UPAGU/2135/TESIS%20-%20DENIS%20CASTILLO%20JORGE%20%20oficial%202022.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Céspedes Vásquez, L. (2017). *Aplicación de un programa de terapia cognitiva conductual en adolescentes y jóvenes con depresión provenientes de la Universidad Privada San Juan Bautista* [Tesis de Maestría, Universidad Inca Garcilaso de la Vega. Lima]. Repositorio Institucional – Universidad Inca Garcilazo de la Vega. http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/2533/MAEST_TE_70_RAP_COGNI_TRANS_PSI COL%c3%93_PSIQUIA_LIDIA%20CESPEDES%20VASUQEZ.pdf?sequence=2&isAllowed=y
- Estévez López, E., y Jiménez Gutiérrez, T. I. (2015). Conducta agresiva y ajuste personal y escolar en una muestra de estudiantes adolescentes españoles. *Universitas*

Psychologica, 14(1), 11-114.
<https://www.redalyc.org/journal/647/64739086009/html/>

Flores Quispe, R. L. (2018). *Personalidad y agresividad en estudiantes de secundaria de Socos. Ayacucho* [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional - Universidad César Vallejo.
http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/29262/flores_qr.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2017, 12 de marzo). Una situación habitual: La violencia en las vidas de niños y adolescentes. *Unicef.org*.
<https://www.un.org/ruleoflaw/es/un-and-the-rule-of-law/united-nations-childrens-fund/>

García, E., Cruzata, A., Bellido, R., y Rejas, L. (2020). Disminución de la agresividad en estudiantes de primaria: El programa "Fortaleciendome. Propósitos y Representaciones, 8(2), e559. Doi: <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2020.v8n2.559>

Giménez, E. (2014). *Como disminuir la agresividad en los niños*. Buenos Aires: Editorial

Gómez, D., Carranza, Y, y Ramos, C. (2017). Revisión documental, una herramienta para el mejoramiento de las competencias de lectura y escritura en estudiantes universitarios. *Revista Chakiñan de Ciencias Sociales y Humanidades*, (1), 46-56.
http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S255067222017000300046

González Encinas, J., Saúl, L., y García, J. (2019). Revisión de la autocaracterización: una técnica narrativa constructivista. *Acción Psicológica*, 16(1), 105-128.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6935478>

González, D., Barreto, A., y Salamanca, Y. (2017). Terapia cognitiva. Antecedentes, teoría y metodología. *Revista Iberoamericana de Psicología: Ciencia y Tecnología*, 10(2), 99-107. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6642554>

Guerra, C., y Barrera, P. (2017). Psicoterapia con víctimas de abuso sexual inspirada en la terapia cognitivo-conductual centrada en el trauma. *Revista de psicología (Santiago)*, 26(2), 16- 28. doi: 10.5354/0719- 0581.2017.47952.

[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/27198/D%
c3%adaz_DSA.pdf?sequence=4&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/27198/D%c3%adaz_DSA.pdf?sequence=4&isAllowed=y)

Infocorp Online. (2019, 13 mayo). Nuevo informe de la UNESCO sobre violencia y acoso escolar. *Infocorp Online*. http://www.infocorp.es/view_article.asp?id=7936

Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2017, 22 de marzo). Situación de salud de los adolescentes y jóvenes. *INEI.org*. <https://bit.ly/2HJuSPF>

León, J. (2017, 20 de diciembre). Más de 5 mil 300 casos de violencia escolar se han reportado solo en el 2017. *La República*. [https://larepublica.pe/sociedad/1037072-
masde-5-mil-300-casos-de-violencia-escolar-se-han-reportado-solo-en-el-2016](https://larepublica.pe/sociedad/1037072-masde-5-mil-300-casos-de-violencia-escolar-se-han-reportado-solo-en-el-2016)

López, J. A. (2016). *Terapia cognitivo conductual para un episodio depresivo de un paciente adulto* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Federico Villarreal]. Repositorio Institucional – Universidad Nacional Federico Villarreal. <https://www.scielo.org.mx/pdf/rpcc/v8n1/2007-1833-rpcc-8-01-15.pdf>

Malca Espinoza, A. N. (2018). *Inteligencia emocional y conductas agresivas en estudiantes de secundaria turno tarde, Institución Educativa Ramón Castilla – Ugel 02 – Lima* [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional – Universidad César Vallejo. http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/26678/Malca_EAN.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Ministerio de Salud. (2017). *Situación de Salud de los Adolescentes y Jóvenes en el Perú*. (1a ed). Ministerio de Salud: Lima

Neira Beltrán, E. (2017). Propiedades psicométricas del cuestionario de agresividad premeditada e impulsiva en adolescentes de secundaria del Distrito Alto Trujillo [Tesis de Licenciatura, Universidad Cesar Vallejo] https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/691/neira_be.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Organización de las Naciones Unidas. (2019, 08 de enero). La violencia y el acoso escolares son un problema mundial, según un nuevo informe de la UNESCO. *Unesco.org*.

<https://es.unesco.org/news/violencia-yacoso-escolares-son-problema-mundial-segun-nuevo-informe-unesco>

Organización de las Naciones Unidas. (2018, 12 de marzo). Protección de los niños contra el acoso. *Unesco.org*.

<https://www.acnur.org/fileadmin/Documentos/BDL/2016/10749.pdf>

Oropeza, M. (28 de enero de 2017). Teoría del Aprendizaje por Imitación de Albert Bandura. https://prezi.com/x_gdozdt2oa7/teoria-del-aprendizaje-por-imitacion-de-albertbandura/?webgl=0

Pariona Auccasi, V. (2018). Propiedades psicométricas del cuestionario de agresividad premeditada e impulsiva en adolescentes de instituciones educativas de Lima Sur [Tesis de Licenciatura, Universidad Autónoma del Perú] <https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/518/PARIONA%20AUCCASI%2c%20VERONICA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Prieto Larrosa, M. (2015). *Eficacia de la Terapia Cognitivo Conductual (TCC) y de la TCC-Focalizada en el Trauma en Infancia Maltratada* [Tesis de licenciatura, Universidad de Murcia]. Repositorio Institucional – Universidad de Murcia. <https://www.tesisenred.net/bitstream/handle/10803/373197/TMPL.pdf?sequence=1>

Rojas Zegarra, M. (2018). *Distorsiones cognitivas y conducta agresiva en jóvenes y adolescentes: Análisis en muestras comunitarias y de delincuentes*. Personalidad, Evaluación y Psicología Clínica I, España.

Ruales Guerrón, E. C. (2018). *Niveles de agresividad en estudiantes de música del Conservatorio Superior Nacional de Música, Lima-Perú* [Tesis de licenciatura, Universidad Central del Ecuador]. Repositorio Institucional - Universidad Central del Ecuador. <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/14480/1/T-UCE-0007-PC032-2018.pdf>

Saucedo Sánchez, D. Y. (2017). *Programa “Nos respetamos” para disminuir agresividad en Tutoría en estudiantes de tercero de secundaria de la red N°01 Pachacútec, Ventanilla – 2017. Lima* [Tesis de Maestría, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional – Universidad César Vallejo.

https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/6209/Saucedo_SDY.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Siapo Desposorio, K. A. (2018). *Agresividad en adolescentes infractores del centro juvenil de diagnóstico y rehabilitación* [Tesis de licenciatura, Universidad Alas Peruanas]. Repositorio Institucional – Universidad Alas Peruanas. https://repositorio.uap.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12990/6542/Tesis_Agresividad_Adolescentes_Infractores_centro_juvenil.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- SiseVe. (2019, 31 de octubre). 155 casos de bullying contra escolares en dos meses. *SiseVe.org*. <https://www.siseve.pe/web/App/Index>
- Solórzano, L. (2018). *El Rol en la Familia: Roles Familiares*. Medicos familiares, 5.
- Temblay, R. (2016). *Enciclopedia sobre el desarrollo de la primera infancia*. México D.F.: Junji Mwm y unicef
- Universidad Pontificia Comillas (s.f). Técnicas del Modelado. [https://www.studocu.com/es/document/universidad-pontificia-comillas/teoria-y-práctica-cognitivo-conductual/técnicas-de-modelado/2436893](https://www.studocu.com/es/document/universidad-pontificia-comillas/teoria-y-practica-cognitivo-conductual/técnicas-de-modelado/2436893)
- Vásquez, M. (2017). Muestreo probabilístico y no probabilístico. <https://www.gestiopolis.com/wp-content/uploads/2017/02/muestreo-probabilistico-no-probabilistico-guadalupe.pdf>
- Vernon A., & Doyle, K. (2017). *Cognitive Behavior Therapies: a guidebook for practitioners*. New York, USA: Amer Counseling Assn
- Villena, N. (s.f). Procedimientos para Desarrollar, Mantener y Reducir Conductas.[Universidad Camilo José Cela]. [https://www.magister.es/grado/materiales5/Menciones%20NO%20UCJC/Intervenciónc3%B3n%20educativa/TEMA%204%20UCJC%20\(1\).pdf](https://www.magister.es/grado/materiales5/Menciones%20NO%20UCJC/Intervenciónc3%B3n%20educativa/TEMA%204%20UCJC%20(1).pdf)
- Woolfolk, A. (2014). *Manual de Estilos de Aprendizaje*. biblioteca.ucv.

ANEXOS

Anexo N°1: Asentimiento Informado

Cuestionario de Agresividad Premeditada e Impulsiva (CAPI-A)

ASENTIMIENTO INFORMADO:

Declaro que he sido informado (a) e invitado (a) a participar en una investigación denominada "Propuesta basada en la técnica del modelado para controlar la agresividad en estudiantes de un Colegio Privado de Trujillo".

Entiendo que uno de los principales objetivos del presente estudio es conocer el nivel de agresividad premeditada e impulsiva para fines investigativas, y sé que mi participación se llevará a cabo de manera virtual a través de la plataforma de Google Forms, en la cual consistirá en responder una cuestionario que demorará alrededor de 15 a 20 minutos. La responsable me ha explicado que la información registrada será confidencial, y que los nombres de los participantes no aparecerán en el estudio, permaneciendo en su total anonimato, esto significa que las respuestas serán procesadas por porcentajes sin identificar la identidad de las personas que pertenecen a cierto nivel de agresividad. Asimismo, sé que puedo negar la participación o retirarme en cualquier etapa de la investigación, sin expresión de causa ni consecuencias negativas para mí.

 febresjosselyn@gmail.com (no compartidos) 

[Cambiar de cuenta](#)

[Siguiente](#) [Borrar formulario](#)

¿Quiero participar del cuestionario del presente estudio? *

Si, acepto de forma voluntaria

No deseo participar del presente estudio

Anexo N°2: Matriz de Consistencia

Título: “Propuesta basada en la técnica de modelado para controlar la agresividad en estudiantes de un Colegio Privado de Trujillo”				
PROBLEMA	OBJETIVOS	VARIABLES	METODOLOGÍA	POBLACIÓN-MUESTRA
¿Cómo una propuesta basada en la técnica del modelado controla la agresividad en estudiantes de un Colegio Privado de Trujillo?	Diseñar una propuesta basada en la técnica de modelado para controlar la agresividad en estudiantes de un Colegio Privado de Trujillo.	VARIABLE FÁCTICA Agresividad	La presente investigación, según su finalidad es de carácter práctico, dado que hace uso de una teoría para solucionar un determinado problema; según naturaleza es cualitativa puesto que analiza y explica una realidad de forma descriptiva; según su carácter es propositiva ya que finaliza en una propuesta basada en la teoría escogida	POBLACIÓN La población está conformada por 40 estudiantes de quinto de secundaria de ambos sexos de un Colegio Privado de Trujillo.
	OBJETIVOS ESPECIFICOS	VARIABLE TEÓRICA Enfoque cognitivo conductual		MUESTRA La muestra está conformada por 29 estudiantes de ambos sexos de un Colegio Privado de Trujillo. El muestreo es no probabilístico por conveniencia.

	<p>para controlar la agresividad en estudiantes de un Colegio Privado de Trujillo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Obtener la validez de contenido para la calificación de las actividades metodológicas de la propuesta de intervención de la técnica de modelado. • Analizar reflexivamente la triangulación entre las variables agresividad, enfoque cognitivo conductual y técnica de modelado. 			
--	--	--	--	--

Anexo 3: Matriz de Operacionalización

Título: “Propuesta basada en la técnica de modelado para controlar la agresividad en estudiantes de un Colegio Privado de Trujillo”				
VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES
VARIABLE PROPOSITIVA: Técnica de Modelado	Según Belando (2017), lo define como un proceso de aprendizaje por observación, con el fin de imitar la conducta de un patrón ejemplar que dé solución a un tema determinado. Su adquisición terapéutica tiene como fin controlar los pensamientos, modificar la conducta y regular la emoción.	La investigación se desarrollará en base a una serie de investigaciones de análisis de la técnica del modelado en psicoterapia.	Atención	<ul style="list-style-type: none"> • Relevancia • Valencia afectiva • Complejidad de la conducta • Prevalencia
			Retención	<ul style="list-style-type: none"> • Codificar simbólicamente • Representación verbal
			Reproducción	<ul style="list-style-type: none"> • Atender • Retener • Almacenar • Recuperar • Reproducir
			Motivación	<ul style="list-style-type: none"> • Reforzamiento vicario

VARIABLE TEÓRICA: Enfoque Cognitivo Conductual	Según Céspedes (2017), refiere que la terapia es una guía de tratamiento que analiza los pensamientos negativos, los estados emocionales y las respuestas fisiológicas disfuncionales para transformarlas por unas que sean más adecuadas y que puedan combatir el problema central.	Para la evaluación del enfoque cognitivo conductual será necesario contar con datos recolectados por diferentes investigaciones de estudio tanto nacionales como internacionales.	Conductual	<ul style="list-style-type: none"> • Acciones menos útiles a beneficiosas.
			Cognitivo	<ul style="list-style-type: none"> • Pensamientos • Creencias distorsionadas a adaptativas y funcionales
			Emocional	<ul style="list-style-type: none"> • Emociones • Sentimientos
			Fisiológico	<ul style="list-style-type: none"> • Respuestas fisiológicas, como sudoración, agitación, náuseas, poca energía, etc.

VARIABLE FACTICA Agresividad	Según Flores (2018), considera que la agresividad es un estado emocional relacionado a ciertas distorsiones cognitivas que impulsan a la persona a hacer daño a sí mismo o a los demás, ya sea de contacto físico, ataque verbal o manifestación relacional, con disposición persistente a tener una conducta agresiva en diversas áreas de la vida.	Para la investigación de la agresividad se utilizará un instrumento que mide dicha conducta.	Agresividad Premeditada	<ul style="list-style-type: none"> • Conductas agresivas con planificación previa y un objetivo determinado
	Agresividad Impulsiva		<ul style="list-style-type: none"> • Conductas agresivas reactivas por un impulsor 	

Anexo 4: Ficha técnica del Cuestionario de Agresividad Premeditada e Impulsiva

Nombre: CAPI-A. Cuestionario de Agresividad Premeditada e Impulsiva en Adolescentes

Autor: José Manuel Andreu Rodríguez

Aplicación: Individual y Colectiva

Ambito de aplicación: De 12 a 17 años

Duración: 10 a 15 minutos

Finalidad: Evaluación de la agresividad premeditada e impulsiva

Baremación: Baremos en percentiles de adolescentes por sexo y general

Propiedades psicométricas del instrumento original:

Validez de criterio: Se correlacionó el CAPI-A con la Escala de Impulsividad de Barrat (BIS-11) y el Cuestionario de Agresividad reactiva/proactiva (RPQ). Obteniendo como resultados, con la Escala (BIS-11) un puntaje de “r” de 0,418 y con la Agresividad reactiva RPQ un puntaje de “r” de 0,230 y con la Agresividad proactiva RPQ un puntaje de “r” de 0,249. Por otra parte, los resultados para la escala de agresividad impulsiva con Impulsividad BIS-11 fueron de “r” de 0,419 y con la Agresividad reactiva RPQ de “r” de 0,210. Por último, con la Agresividad proactiva RPQ alcanzó una “r” de 0,157. Esto quiere decir que, ambos tipos de agresividad nos muestran que tienen correlaciones moderadas y bajas con los instrumentos. (Pariona, 2018).

Validez de constructo: Se logró con el análisis factorial un modelo bidimensional, conformado por la agresividad premeditada de 11 ítems y la agresividad de 13 ítems. (Pariona, 2018).

Confiabilidad: La escala de agresividad premeditada alcanzó una fiabilidad de 0.83, la cual se realizó por medio del coeficiente alfa de Cronbach. Por otra parte, la escala de agresividad impulsiva fue de 0.82. (Pariona, 2018).

Propiedades psicométricas del instrumento adaptado:

Validez de constructo: Se descubrió por medio del análisis factorial confirmatoria del cuestionario CAPI en adolescentes del distrito de Alto Trujillo, como resultados los indicadores de bondad de ajuste como el: CFI, IFI, GFI, los cuales fueron mayor a .8, considerándose aceptables. (Neira, 2017).

Confiabilidad: Se estableció a través del método de consistencia interna de Omega, ya que el alpha otorga una estimación sesgada de la confiabilidad cuando las medidas de las variables son iguales. Es por ello, que para mantener una coherencia en el tipo de continuidad de los datos se optó por utilizar el coeficiente Omega. Se evidenció en los hallazgos que el cuestionario de agresividad premeditada e impulsiva en adolescentes del distrito de Alto Trujillo es confiable, debido a que en la escala de agresividad premeditada se logró un valor de .612 (mínimamente aceptable) y en la escala de agresividad impulsiva un valor de .754 (muy respetable). (Neira, 2017).

Anexo 5: Instrumento de evaluación

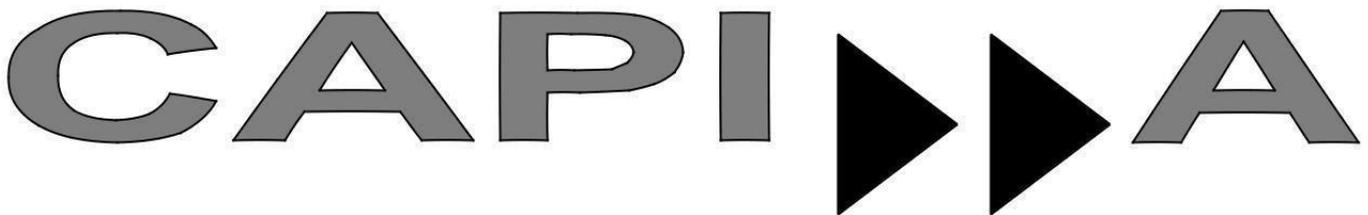
Cuestionario de Agresividad Premeditada e Impulsiva, Adaptado por Neira (2017)

Protocolo de Cuestionario de Agresividad Premeditada e Impulsiva

GRADO:

SECCIÓN:

EDAD:



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

1	2	3	4	5
Muy en Desacuerdo	En Desacuerdo	Indeciso	De Acuerdo	Muy de Acuerdo

Instrucción: Rodea con un circulo la alternativa elegida (1, 2, 3,4 o 5)

1	Creo que mi agresividad suele estar justificada	1	2	3	4	5
2	Cuando me pongo furioso, reacciono sin pensar.	1	2	3	4	5
3	Creo que la agresividad no es necesaria para conseguir lo que se quiera	1	2	3	4	5
4	Después de enfurecerme, suelo recordar muy bien lo que ha pasado.	1	2	3	4	5
5	Soy capaz de controlar mi deseo de agresividad.	1	2	3	4	5
6	Durante una pelea, siento que pierdo el control de mí mismo.	1	2	3	4	5
7	He deseado que algunas de las peleas que he tenido, realmente ocurrieran.	1	2	3	4	5
8	Me he sentido tan presionado que he llegado a reaccionar de forma agresiva.	1	2	3	4	5
9	Pienso que la persona con la que discutí realmente se lo merecía.	1	2	3	4	5
10	Siento que se me ha llegado a ir la mano en alguna pelea.	1	2	3	4	5
11	Ser agresivo me ha permitido tener poder sobre los demás y mejorar mi nivel social.	1	2	3	4	5
12	Me suelo poner muy nervioso o alterado antes de reaccionar furiosamente.	1	2	3	4	5
13	Conocía a muchas de las personas que participaron en la pelea.	1	2	3	4	5
14	Nunca he bebido o tomado drogas antes de pelearme con otra persona.	1	2	3	4	5
15	Algunas de las peleas que he tenido han sido por venganza.	1	2	3	4	5
16	Pienso que últimamente he sido más agresivo de lo normal.	1	2	3	4	5
17	Antes de pelearme con alguien, sé que voy a estar muy enojado.	1	2	3	4	5
18	Cuando discuto con alguien, me siento muy irritable.	1	2	3	4	5
19	A menudo mis enfados suelen dirigirse a una persona en concreto.	1	2	3	4	5
20	Creo que mi forma de reaccionar ante una provocación es excesiva y desproporcionada.	1	2	3	4	5
21	Me alegro de que ocurrieran algunas discusiones que he tenido.	1	2	3	4	5
22	Creo que discuto con los demás porque soy muy impulsivo.	1	2	3	4	5
23	Suelo discutir cuando estoy de muy mal humor.	1	2	3	4	5
24	Cuando me peleo con alguien, cualquier situación me hace explotar rápidamente.	1	2	3	4	5

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

Anexo 6: Formato de evaluación por Juicio de expertos

Evaluación por juicio de expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar “La técnica de modelado”. La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente.

Agradecemos su valiosa colaboración.

1. DATOS GENERALES DEL JUEZ

Nombre del juez:	
Grado profesional:	Maestría () Doctor ()
Área de Formación académica:	Clínica () Educativa () Social () Organizacional()
Áreas de experiencia profesional:	
Institución donde labora:	
Tiempo de experiencia profesional en el área :	2 a 4 años () Más de 5 años ()

2. PROPÓSITO DE LA EVALUACIÓN:

- a. Validar las actividades y metodologías utilizadas en el programa o taller, por juicio de expertos.

3. DATOS DEL PROGRAMA/O TALLER TÉCNICA DE MODELADO

Nombre:	Técnica de modelado
Autores:	Albert Bandura
Aplicado:	Josselyn Vanessa Febres Ballón
Beneficiarios:	Estudiantes de un Colegio Privado de Trujillo
Metodología:	Colectiva
Tiempo de cada sesión:	30 minutos

4. SOPORTE TEÓRICO

Según Belando (2017), lo define como un proceso de aprendizaje por observación, con el fin de imitar la conducta de un patrón ejemplar que dé solución a un tema determinado. Su adquisición terapéutica tiene como fin controlar los pensamientos, modificar la conducta y regular la emoción. De tal forma, Oropeza (2017), menciona que es estrategia terapéutica que impulsa al aprendizaje observado para obtener comportamientos nuevos, reproduciendo la conducta de otras personas denominadas modelos. Su utilidad se basa en aquellos casos en que la conducta no es aprendida por las propias habilidades de la persona. Así, Solórzano (2018), afirma que la técnica guarda relación con el aprendizaje social, vicario, observacional y por imitación, y tienen el mismo propósito de adquirir nuevos comportamientos e influenciar las consecuencias de la conducta del modelado en el aprendizaje del observador.

Dimensiones que sustentan la técnica de modelado:

Dimensiones	Definición
Atención	Se expresa como un proceso atencional que ejecuta el observador en temas de sesiones terapéuticas que sean adaptables al desarrollo de las consecuencias del modelado. La conducta mostrada debe ser diseñada acorde al tema que se desea tratar ya sea para controlar los pensamientos y el comportamiento, así como regular la emoción. Los indicadores de esta fase son la relevancia, valencia afectiva, complejidad de la conducta y la prevalencia (Solórzano, 2018).
Retención	Promueve la capacidad de codificar de forma simbólica la conducta a modelar para ser reproducida con éxito. A su vez, recopila la representación verbal, puesto que, para imitar un patrón externo es importante representarla en imágenes o verbalmente sin que el modelo esté presente. El repaso cognitivo del modelo ayuda al mantenimiento del aprendizaje en su significado y relacionado a aprendizajes previos. Los indicadores son codificación simbólica y representación verbal (Solórzano, 2018).
Reproducción	Genera un esquema de dramatización según lo observado en el modelo para transformar el aprendizaje en conducta. El observador debe tener la capacidad de retener e imitar la información; luego de su ejecución, se comparan los resultados con el esquema deseado y se analizan las correcciones para moldear la emoción y conducta ideal. Los indicadores son atender, retener, almacenar, recuperar y reproducir (Solórzano, 2018).
Motivación	Implica el seguimiento de las consecuencias de la conducta a través del reforzamiento directo o vicario o el auto refuerzo o extinción. El aprendizaje puede producirse por el valor funcional que la persona atribuya a la conducta adquirida. El indicador de esta fase es el reforzamiento vicario (Solórzano, 2018).

5. PRESENTACIÓN DE INSTRUCCIONES PARA EL JUEZ:

A continuación, a usted le presento la técnica de modelado. De acuerdo con los siguientes indicadores califique cada una de las actividades metodológicas según corresponda.

Categoría	Calificación	Indicador
CLARIDAD Las actividades metodológicas se comprenden fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1 No cumple con el criterio	La actividad metodológica no es clara.
	2. Bajo Nivel	La actividad metodológica requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de las mismas.
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos de las actividades metodológicas.
	4. Alto nivel	La actividad metodológica es clara, tiene semántica y sintaxis adecuada.
COHERENCIA Las actividades metodológicas tienen relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	1. totalmente en desacuerdo (no cumple con el criterio)	La actividad metodológica no tiene relación lógica con la dimensión.
	2. Desacuerdo (bajo nivel de acuerdo)	La actividad metodológica tiene una relación tangencial /lejana con la dimensión.
	3. Acuerdo (moderado nivel)	La actividad metodológica tiene una relación moderada con la dimensión que se está midiendo.
	4. Totalmente de Acuerdo (alto nivel)	La actividad metodológica se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo.

RELEVANCIA Las actividades metodológicas son esenciales e importante, es decir debe ser incluido.	1 No cumple con el criterio	La actividad metodológica puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo Nivel	La actividad metodológica tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3. Moderado nivel	La actividad metodológica es relativamente importante.
	4. Alto nivel	La actividad metodológica es muy relevante y debe ser incluido.

Leer con detenimiento las actividades metodológicas y califica en una escala de 1 a 4 su valoración, así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinente

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

DIMENSIONES DEL INSTRUMENTO:

- Primera dimensión: Atención
- Objetivos de la Dimensión: Identificar la conducta de interés a modelar para incrementar el proceso de aprendizaje.

INDICADORES	Actividades metodológicas	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Relevancia	Observar con atención la conducta a modelar				
Valencia Afectiva	Identificar aquellas conductas que generen emociones negativas o positivas				

Complejidad de la conducta	Adecuar el nivel de complejidad a la competencia, conocimientos y capacidades del observador				
Prevalencia	Indicar la atención que se le está prestando a la conducta modelada				

- Segunda dimensión: Retención
- Objetivos de la Dimensión: Codificar simbólicamente la conducta a modelar para su imitación.

INDICADORES	Actividades metodológicas	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Codificar simbólicamente	Codificar simbólicamente la información para posteriormente ejecutar el modelo				
Representación verbal	Verbalizar lo que imaginan y piensan para llevar ello a la acción conductual				

- Tercera dimensión: Reproducción
- Objetivos de la Dimensión: Reproducir la información relevante de la conducta a realizar a través de la capacidad de atender, retener, almacenar y recuperar.

INDICADORES	Actividades metodológicas	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Atender	Observar detenidamente la conducta modelo, acciones y opiniones del modelo real o simbólico				

Retener	Conservar en la memoria la conducta modelo				
Almacenar	Prestar atención a la conducta modelo, para retener la información y sea fácil ejecutar lo observado				
Recuperar	Repetir la conducta modelo para que se procese más fácil y rápido				
Reproducir	Capacidad de poder reproducir, ensayar o practicar la conducta del modelo que se ha observado				

- Cuarta dimensión: Motivación
- Objetivos de la Dimensión: Mantener la conducta modelo a través del reforzamiento vicario.

INDICADORES	Actividades metodológicas	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Reforzamiento vicario	Imaginar las consecuencias de la conducta aprendida Conocer las consecuencias de la conducta aprendida				

 Firma de Evaluador N° C. Ps. P

Anexo 7: Propuesta

PROPUESTA

“Programa de Intervención en mejora a la Agresividad en estudiantes”

1. DATOS GENERALES

- 1.1. **Nombre de la Propuesta:** “Conociendo el ser y el hacer”
- 1.2. **Beneficiarios:** Estudiantes de un Colegio Privado de Trujillo
- 1.3. **Tiempo de duración:** 1 hora aproximadamente por sesión
- 1.4. **Tipo de aplicación:** Colectiva
- 1.5. **Responsable:** Josselyn Vanessa Febres Ballón

2. INTRODUCCIÓN

La Técnica de Modelado basada en la Terapia Cognitivo Conductual se aplicará para el caso de estudiantes de 5to año de nivel secundario de un Colegio Privado de Trujillo, que puedan mostrar tipos de conductas agresivas en su entorno o estar inmersos en un ambiente de agresividad; para estos casos se desarrollará un programa estructurado de 8 sesiones grupales semanales. en el que tanto padres como docentes aprenderán a potenciar las interacciones positivas de los estudiantes mediante refuerzos positivos y actividades compartidas. Asimismo, aprenderán a reprender actos agresivos frente a los jóvenes y a brindarles un contexto oportuno para desarrollarse sin ejecutar conductas disruptivas; así también los estudiantes aprenderán mediante la observación conductas favorables de convivencia sin agresividad.

La técnica de Modelado también llamada “Aprendizaje Observacional”, es una técnica perteneciente a la Terapia Cognitivo Conductual que es empleada para la imitación de una conducta ejecutada por un modelo, normalmente otra persona; necesitando de cuatro procesos que permitirán que el comportamiento se adquiera y se ejecute. La atención y la retención son necesarias para la adquisición de la conducta objetivo, mientras que la reproducción y la motivación lo son para la ejecución.

3. PLANTEAMIENTO DE LA NECESIDAD QUE RESPONDE LA PROPUESTA

Los centros educativos son el lugar donde mayor porcentaje de agresividad se ha identificado, evidenciando que la ausencia de un psicólogo en colegios es importante para tratar temas preventivos y de seguimiento referentes a la agresividad; por lo que, la ejecución de la presente propuesta permitirá a los estudiantes de nivel secundario de un Colegio Privado de Trujillo contar con un apoyo profesional que les permita manejar estos temas, lo cual será favorable para su desempeño académico, integración grupal y el desarrollo de su autoestima; se espera que estos estudiantes mejoren sus conductas a través de un tratamiento cognitivo conductual basado en la técnica de modelado.

4. OBJETIVOS

4.1. General:

- Determinar un programa de intervención integral basado en el uso de la técnica del modelado que permitan a los participantes desarrollar formas alternativas de conducta para mejorar los niveles de agresividad.

4.2. Especificos:

- ✓ Obtener información desde la forma de interacción entre los participantes, además de la práctica de actividades asociadas al uso de la técnica en situaciones de frustración para un mejor entendimiento de la intención de trabajo del programa propuesto.
- ✓ Crear un espacio de acción confiable y cómodo para la práctica de nuevas formas de respuesta frente a situaciones estresantes o frustrantes con el fin de mantener un control a nivel de impulsos de manera integral.
- ✓ Proponer ideas de trabajo dinámicas para trabajar la culpa y castigos en los participantes con el fin de mejorar el control de emociones y la forma de respuesta ante este tipo de situaciones.
- ✓ Brindar herramientas de control y relajación de sí mismos durante situaciones negativas para un mejor desarrollo en la forma de respuesta conductual como una opción alternativa para el mejoramiento del bienestar personal.

- ✓ Crear conciencia acerca de las consecuencias de mantener una actitud agresiva y proponer formas alternativas de conducta participativa dentro de las mismas para lograr una mejora en el bienestar personal.
- ✓ Crear un espacio de co-aprendizaje y acción para los participantes con el fin de reconocer lo aprendido durante el programa.
- ✓ Crear un espacio de acción y ejecución de lo aprendido con el fin de incrementar el uso de las habilidades y fortalezas frente a situaciones difíciles.
- ✓ Brindar información influyente en las futuras prácticas de las técnicas aprendidas durante el programa para incentivar la intención de cambio de respuestas más adecuadas ante diversas situaciones .

5. METODOLOGÍA

El presente programa está enfocado en brindar actividades lúdicas, dinámicas y significativas que permitan desarrollar y/o potenciar habilidades en manejo de sus conductas agresivas de manera que, se considera un mínimo de 8 sesiones, las cuales abordaran temas como: confianza en el grupo de trabajo, aprendizaje y practica de nuevas conductas, identificación de consecuencias, límites y control emocional frente a diferentes situaciones, motivación ante consecuencias positivas, identificación de roles adecuados e inadecuados y sobretodo la conciencización respecto a este tipo de situaciones con fin práctico y continuo incluso luego de la aplicación del programa.

➤ **Técnica de Modelado:** Es considerado un método de trabajo en intervención terapéutica en el cual se refuerzan aproximaciones de forma sucesiva ante una conducta meta. Esto se logra a través de los procesos de observación e imitación, de manera que, esto puede ejercer un efecto inhibitorio o desinhibitorio sobre alguna de las conductas que el sujeto ya posee (sea esto manifestado o no) dependiendo de las consecuencias que tenga esa conducta ejecutada u observada para el modelo. (Villena N. – *“Procedimientos para desarrollar, mantener y reducir conductas”*)

Bandura realizó diferentes experimentos y ejercicios que le permitieron establecer ciertos casos envueltos en la técnica de modelado, por lo tanto, esta técnica esta

construido sobre cuatro procesos, de los cuales, dos afectan la adquisición (atención y retención) y los otros dos a la ejecución (reproducción y motivación). La intención principal con esta técnica es la de adquirir o modificar cualquier tipo de comportamiento a través de una experiencia directa de manera que esta pueda ser susceptible de aprenderse o cambiar por la observación de la conducta de los demás.

(Ruíz, Díaz y Villalobos , 2012)

La Universidad Pontificia Comillas como parte de la formación académica en la Teoría y Práctica Cognitivo-Conductual brinda un resumen de acuerdo a los diferentes tipos de modelado según la forma de presentación:

- **Tipos de Modelado:**

- **De acuerdo del modelo:** puede ser modelado en vivo (estar expuesto ante el objeto temido, actividad o conducta a aprender) y simbólico (a través de textos, dibujos, muñecos o películas)
- **De acuerdo al número de observadores:** hablamos del modelado individual o en grupo.
- **De acuerdo a la competencia del modelo:** tenemos el modelo de dominio o *mastery* (el objetivo del modelado es incrementar el repertorio de habilidades o destrezas precisas – aprender a conducir, normas de comportamiento, hábitos de estudio, etc) y el modelo de afrontamiento o *copying* (inicialmente se comporta ante la situación fóbica o amenazante de manera similar al observador y gradualmente va teniendo mayor habilidad y destrezas).
- **Dependiendo de la conducta del observador:** modelado pasivo (el observador se expone al modelo, observa y aprende su conducta o pautas de acción- sin ayuda del terapeuta, lleva a cabo la conducta) o activo-participante (el observador atiende la conducta del modelo y la ejecuta con ayuda verbal y física si es necesario)
- **Dependiendo del número de modelos:** simple (considera el uso un solo tipo de modelado) o múltiple (considera el uso de dos a más tipos de modelado).

6. APLICACIÓN DE LA PROPUESTA

Primera Sesión:

- **Nombre de la sesión:** *“Una vista a lo conocido ”*
- **Descripción temática:** La base de cada trabajo de intervención, se enfoca en generar un espacio de confianza y colaboración entre los moderadores y los participantes; de manera que, se pueda obtener la información necesaria de acuerdo a la dinámica del grupo, el tipo de las relaciones establecidas, formas de conducta, pensamientos y la realidad en la que se encuentran. Comenzar con dinámicas y actividades que requieran la participación de todo el grupo a participar facilita el compromiso y la responsabilidad de los estudiantes para el desarrollo de la sesión. Con esto, se enfoca también el uso de la primera fase de la técnica del modelado: “La atención”, la cuál está asociada con captar todo tipo de información que será necesaria para mejorar o evolucionar ciertas actitudes, aptitudes, pensamientos y conductas dependiendo de las situaciones a presentar.
- **Técnica a trabajar:** Atención
- **Objetivo:** Obtener información desde la forma de interacción entre los participantes, además de la práctica de actividades asociadas al uso de la técnica en situaciones de frustración para un mejor entendimiento de la intención de trabajo del programa propuesto.
- **Propósito:** Establecer un ambiente de confianza con predisposición a la participación de los estudiantes para lograr adquirir la información necesaria acerca del grupo de estudiantes
- **Tiempo:** 50 min
- **Materiales:** Cronómetro, pack de útiles.

➤ **Inicio:**

Parte de esta propuesta de trabajo consiste en ir adaptando nuevas formas de pensar y actuar frente a situaciones que estén vinculadas con la agresividad en la etapa adolescente, esto sugiere, considerar temas como: tolerancia a la frustración, sentimiento de culpa y castigo, amor y aprobación; los cuales, serán desarrollados en diferentes sesiones a través del uso de la técnica del modelado.

Durante la primera etapa del programa, se brindara una pequeña introducción acerca de la situación problemática identificada; se hará mención del tipo de conductas registradas antes, durante y a consecuencia de la "situación problema" tanto a nivel general como en casos específicos. En contraste con esto, se realizará una lista de características de los personajes identificados y sus formas de pensar, las emociones que puedan sentir y el modo de respuesta en forma de conductas que se puedan dar. Para tener un balance y contraste de todo lo trabajado durante el programa de intervención, se entregará a cada uno de los estudiantes un pack de trabajo, el cual contiene: una pequeña agenda de anotaciones, dos lapiceros, una caja pequeña de colores, cuatro plumones de diferentes colores, post-it y algunas cartulinas rectangulares.

Una vez realizado esto, se pedirá como voluntarios a tres participantes para realizar la siguiente actividad que forma parte del punto inicial en el uso de la técnica del modelado: "Atencion". Esta primera parte estará enfocada en reconocer cuales son las respuestas alternativas más adecuadas frente a situaciones de estrés, de manera que, se buscará que los participantes puedan utilizar sus habilidades de percepción e intuición para lograr identificarlas y aprenderlas a futuro. Se presentarán situaciones reales con características usuales consideradas como "inadecuadas" o "poco útiles" para luego proponer las "más adecuadas" o "de mejor utilidad" frente a las mismas situaciones ejemplos.

Actividad #1: "¿Soy como escucho?" – Tolerancia a la Frustración

Uno de los moderadores brindara un papel con información a cada uno de los voluntarios. Este papel contiene escrita una frase u oración asociada a una emoción, de manera que, cada estudiante deberán actuar y/o decir la frase en modo de actuación, considerando el tono y volumen de voz, gestos, movimiento de cuerpo,

etc. La intención de este ejercicio es que los demás participantes puedan notar la diferencias entre uno y otro, y con esto, identificar el posible pensamiento, emoción y conducta de cada expositor. Se repartirá a los participantes tres post-it de un color diferente cada uno para que anoten toda la información según el actor presentado. (Post-it amarillo/Primer expositor - Post-it naranja/Segundo expositor - Post-it verde/Tercer). Para esto, se brindará un tiempo de 8 – 10 minutos.

➤ **Desarrollo:**

Continuando con la idea del ejercicio inicial, se pedirá a los demás participantes colocar los diferentes post-it en las cajas a presentar, cada una también de un color diferente. Una vez realizado esto, se tomarán como ejemplo alguno de los papeles de cada caja y se leerá frente a todo el grupo, esto será con el fin de construir “posibles perfiles” de personas frente a situaciones de frustración, además, se buscará un nombre representativo para cada personaje.

A partir de esto, el moderador dará como instrucción al público que busquen identificarse y/o elegir a alguno de los personajes para dramatizar una escena en donde actuarían como ellos. Esta actividad se realizará en parejas y aplicando la regla de 1 minuto.

“Regla de 1 minuto”: Consiste en que durante el tiempo de un minuto cronometrado, el estudiante pueda mostrarse como el personaje elegido en todos los aspectos: tono de voz, frases usuales, gestos, emoción, conducta, de manera que, su compañero pueda notarlo sin dificultad. Por tal motivo, el moderador pedirá a los participante colocarse en dos filas, una al frente de otra y comenzará el conteo del primer tiempo.

Una vez finalizado, se pedirá hacer un cambio de sitio siempre en dirección hacia la derecha contando dos espacios, de manera que cada uno tenga un compañero diferente esta vez. Aquí es donde comenzará el conteo del segundo tiempo de 1 minuto en donde la instrucción será la misma. Esto se repetirá una vez más y al finalizar, se pedirá a todos los asistentes sentarse en el suelo formando una media luna para el trabajo en conjunto frente a lo experimentado.

A continuación, el moderador leerá la siguiente pregunta y le pedirá a los participantes hacer una lista de eso:

“Considerando todo lo que has visto y escuchando el día de hoy, cual de los personajes consideras que se parece mas a ti? - ¿Es alguien que quisieras mantener durante los próximos 5 años? - ¿De qué manera te gustaría ser o no ser como ese personaje?”

Se brindará un espacio de 5-10 minutos para anotar las respuestas y se continuará con la parte final de la primera sesión.

➤ **Final:**

En uno de los muros del salón de clase, se decorará totalmente con cartulinas de colores diviendo la pared en dos partes, una de color amarillo y otra de color celeste. Cada una representará aquello que quisieran mantener consigo mismo, y del otro lado aquello que quisieran cambiar o mejorar a durante el desarrollo del programa o a futuro.

Al finalizar las actividades del día, se reflexionará acerca de lo trabajado, de manera que, en uno de los post-it amarillos , cada uno responderá a la interrogante:

“¿Qué fue lo que conociste o reconociste hoy que te llamó la atención?”

Se pedirá a cada uno de los estudiantes que coloquen el papel en una de las partes del muro según su preferencia.

Para finalizar, se indicará la tarea final, la cuál será necesaria para el desarrollo de la siguiente sesión:

Tarea 1: Según las situaciones, comportamientos y características de los diferentes personajes conocidos el día de hoy:

- 1. ¿Cuál de esos comportamientos o respuestas consideras que fueron reales y cuáles consideras que fueron exagerados?*
- 2. ¿Qué opción de respuesta o comportamiento podría darse en lugar de lo que viste? Imagina como crees que sería y menciona todos los detalles posibles*

Segunda Sesión:

- **Nombre de la sesión:** “*Mas allá de solo ver*”
- **Descripción temática:** Parte de mantener activa una forma de trabajo es el continuo desarrollo y práctica del mismo. Los seres humanos solemos aprender actitudes y comportamientos a medida en que las observamos en otros. Esta ha sido una forma de aprendizaje empírica desde que nacemos, sin embargo, con el paso del tiempo logramos modificarlas y evolucionar esa forma de comportamiento según sea o no conveniente para nosotros. En los adolescentes, esta forma de trabajo puede ser menos usual, ya que, el uso de la razón y todo lo que involucra emoción o beneficio del sí mismo, tiende a tener mayor influencia. Parte de lo que se busca realizar en esta sesión de trabajo es el hecho de crear un espacio de consciencia de lo que es “mejor o más útil e inteligente” hacer frente a situaciones de estrés, en medida en que les permita sentirse menos tensionados o irritados.
- **Fase del Modelado:** Atención-Retención-Reproducción
- **Objetivo:** Crear un espacio de acción confiable y cómodo para la práctica de nuevas formas de respuesta frente a situaciones estresantes o frustrantes con el fin de mantener un control a nivel de impulsos de manera integral.
- **Propósito:** Identificar las situaciones reales y proponer formas alternativas de acción frente a las mismas buscando presenciar un estado de calma y comodidad.
- **Tiempo:** 50 min
- **Materiales:** Cronómetro, pack de útiles.

▪ **Inicio:**

Como parte inicial y con intención de recuperar el ambiente de confianza a nivel grupal, se practicará una pequeña dinámica de relajación muscular guiada. Para esto, previamente al día de trabajo, se la solicitará a los estudiantes acudir con ropa cómoda y floja, además de, traer consigo un mat de yoga o colchoneta de ejercicio en donde puedan echarse. El moderador procederá a explicar y guiar los movimientos y estiramientos progresivamente según el conteo correspondiente, esto tendrá una duración de 15 minutos como máximo. Al finalizar la actividad, se pedirá a los participantes ubicarse en media luna para la siguiente fase.

▪ **Desarrollo:** *(Modelado coping o afrontamiento)*

La intención de ésta sesión es presenciar lo real, indentificar aquello que se debe modificar o mejorar y una vez aprendido, ejecutarlo. Se indicará a los estudiantes la instrucción inicial: dramatizar a su personaje elegido. Esta actividad tomará tiempo en desarrollarse, puesto que, se realizará de manera progresiva en tres niveles: el primer nivel será actuando el modo de comportarse desde una forma normal-tranquila, el segundo nivel considerará un modo medio-exagerado o fuerte y el tercer nivel será llegar al modo dramático - exagerado. Por tal motivo, se tomará como practica nuevamente la "regla de 1 minuto", en donde se pedirá a los estudiantes ubicarse en dos filas, una frente a otra, con el fin de conocer a su compañero/a de trabajo. Luego de esto, se indicará a la pareja de trabajo ubicarse en algún lugar de salón, en donde consideren sentirse mas cómodos y comenzar la dinámica de actuación durante el tiempo de 1 minuto completo cronometrado. Al ser un trabajo de tres niveles, el trabajo en parejas tendrá una duración de tres minutos en total, cada minuto contabilizado será un nivel diferente, el cuál como se mencionó anteriormente, se realizará de manera progresiva. Cabe mencionar que este ejercicio lo deberá realizar cada uno de los estudiantes, es decir, tres minutos en total por cada uno.

Al finalizar la primera dinámica, se pedirá a los estudiantes realizar un pequeño ejercicio de respiración y estiramiento progresivo durante 5-8 minutos con el fin de liberar la tensión o cansancio que pudo haberse generado durante el ejercicio anterior. Luego de esto, se indicará a todos sentarse en sus mismos lugares de trabajo durante ese momento.

El moderador realizará algunas preguntas:

- ✓ *“¿Cómo te sentiste durante este ejercicio como actor y como espectador?”*
- ✓ *“¿Cuál de los dos roles te gustó presenciar más?”*
- ✓ *“¿Qué tipo de pensamientos y sentimientos crees que pasaron por este personaje?”*
- ✓ *“¿Cómo te diste cuenta de eso?”*

Se pedirá la participación de alguno de los voluntarios y a continuación se preguntará:

“Considerando todo lo que has visto hoy y lo que tus compañeros han mencionado, ¿Crees que este personaje pueda usar algunas de las opciones que anotaste?”

En es momento, se solicitará a los estudiante, utilizar todo lo escrito en su agenda de notas y dramatizar el personaje elejido nuevamente con sus compañeros; sin embargo, en esta oportunidad, se pedirá a los participantes que durante un minuto puedan actuarlo con las nuevas alternativas de respuesta, las cuáles, deberán tener la intención de mantenerser en el nivel 1 o menos de 1. Esto significa, que al momento de interpretarlo, deberán mantener una actitud tranquila, calmada y sin sensación de cansancio, molestia o incomodidad, permitiendo al mismo tiempo, el poder afrontar aquella “situación frustrante” que está presenciando. Nuevamente se aplicará la dinámica de 1 minuto una sola vez cada uno.

Utilizando la información que quedó como tarea en la sesión anterior, se pedirá a los participantes representar el personaje previamente elegido y actuar el modo en que “éstos” se comportarían en situaciones de estrés considerando las nuevas actitudes y opciones de respuesta planteadas.

Se tomará como práctica la “*regla de 1 minuto*”, sin embargo en esta ocasión, se pedirá a los estudiantes ubicarse en dos filas, una frente a otra, con el fin de conocer a su compañero/a de trabajo. Luego de esto, se indicará a la pareja de trabajo ubicarse en algún lugar de salón, en donde consideren sentirse más cómodos y comenzar la dinámica de actuación durante el tiempo de 1 minuto completo cronometrado. Al ser un trabajo de tres niveles, el trabajo en parejas tendrá una duración de tres minutos en total, cada minuto contabilizado será un nivel diferente, el cuál como se mencionó anteriormente, se realizará de manera progresiva.

Durante el desarrollo de esta segunda sesión, se tomará como referencia el uso de la “Atención” - “Retención” y “Reproducción” de manera conjunta y continua. La primera, se verá reflejado en el momento en el que el estudiante pueda presenciar el ejemplo al momento de explicar la dinámica de trabajo: el segundo, cuando el estudiante identifique todos aquellos aspectos presenciados durante los niveles de actuación del personaje elegido, de manera que pueda utilizarlos al momento de la tercera parte, en donde se buscará que el participante pueda dramatizar sin dificultad el rol que eligió.

- **Final:**

Como parte final, se conversará acerca de lo trabajado durante el día, y se realizará una comparativa de la situación A (dramatización del personaje en los tres niveles) y la situación B (dramatización del personaje en el nivel más bajo), con el fin de identificar los nuevos pensamientos, sentimientos, sensaciones y conductas o modos de respuesta frente a las mismas situaciones. La intención de este contraste es aceptar aquellos pensamientos

negativos pero realistas y colaborar en reducir la exageración de lo que acontece para una mejor toma de decisiones al momento de accionar frente a estas situaciones de estrés.

***Tarea 2:** Se pedirá a los participantes realizar la misma práctica de interpretación consigo mismos en aquellas actitudes que hayan notado como “fuertes” o “exageradas” y buscar disminuirlos a un nivel 1 o menos 1. Esto se realizará durante una semana y media, hasta la próxima sesión de trabajo.*

Tercera Sesión:

- **Nombre de la sesión:** *“Mejorando hasta mi alcance ”*
- **Descripción temática:** Uno de los aspectos que forman parte motivadora para emitir respuestas de conducta agresivas, es el mal manejo del sentimiento de culpa y la necesidad de convertirnos en jueces frente a situaciones en donde alguien pueda ser el responsable y ser castigado. Por esta razón, se buscará utilizar diferentes estrategias de trabajo que le permitan a los estudiantes lograr ir mas allá del solo hecho de entender estas situaciones y puedan mejorar el modo de respuesta al proponer diferentes ideas, pensamientos o formas de ver lo que está sucediendo; además de, alejarse de la idea de ejercer poder o control total de algo que está fuera de sus manos y enfocarse en hacer lo que sea mas adecuado en beneficio de su bienestar personal.
- **Técnica a trabajar:** Atención-Retención-Reproducción-Motivación
- **Objetivo:** Proponer ideas de trabajo dinámicas para trabajar la culpa y castigos en los participantes con el fin de mejorar el control de emociones y la forma de respuesta ante este tipo de situaciones
- **Propósito:** Realizar una practica de comprensión y ejecución de acciones mas adecuadas frente a situaciones de culpa y castigo
- **Tiempo:** 50 min
- **Materiales:** Cronómetro, pack de útiles.

▪ **Inicio:**

Durante un periodo de 8 minutos, se realizará una dinámica de confianza entre los compañeros de grupos, el cual consistirá en hacer movimientos corporales a nivel de la música con los ojos cerrados. El compañero de trabajo irá indicando que parte del cuerpo deberá mover de manera progresiva, considerando que también será su "guarda espaldas" y que no choque con otro participante. La idea de este ejercicio es no solo mantener la confianza en el otro, sino también, buscar la oportunidad de sentir, actuar y prevenir en situaciones en donde no sabemos donde estamos. Una vez acabada la actividad, se hablará de lo que los estudiantes presenciaron y de lo experimentado durante la semana de práctica.

▪ **Desarrollo:**

"Castigo y Culpa"

(Modelado Simbólico)

Inicialmente se indicará a los estudiantes ubicarse en grupos de 4 o 5 integrantes. Se les brindarán diferentes imágenes en forma de rompecabezas y se pedirá a cada grupo que una cada una de las piezas. Al finalizar, cada uno tendrá una situación diferente en donde se presencian ejemplos de castigos y sentimientos de culpa, se solicitará a los participantes puedan describir la escena respondiendo a las siguientes interrogantes:

- ✓ *¿Qué sucede?*
- ✓ *¿Cómo sucede?*
- ✓ *¿Quiénes participan?*
- ✓ *¿Cómo actúan?*
- ✓ *¿Qué podrían estar pensando/sintiendo en ese momento?*

Esto se realizará a través de una ronda de pregunta al azar y durante un tiempo determinado con la intención de obtener respuesta rápidas y concisas.

Una vez concluido esta primera parte, se explicará la siguiente dinámica de colores.

Dinámica: “¿Con qué color me asocias?”

Como parte de la interpretación de la información, se pedirá a cada uno de los estudiantes mencionar todos aquellos pensamientos, sentimiento o sensaciones y conductas que hayan notado en los personajes de la historia armada según sea su grupo de trabajo. Cada uno de estos aspectos estarán clasificados según los diferentes colores de post-it que usarán: Pensamiento-Amarillo , Sentimiento-Naranja y Conducta-Verde.

Una vez terminado el tiempo, se pegará cada nota en el panel de colores llamado “TRI-MODELO”. Esta información recopilada permitirá a los moderadores utilizarlos como ejemplos o modelos de personajes para el próximo ejercicio.

Se explicará a los estudiantes acerca de lo que significa “El casito y la culpa” a modo de conclusión de lo anteriormente realizado. Se explicarán algunos ejemplos y razones del tipo de comportamientos de algunos personajes de las historias brindaras anteriormente y se brindará información de lo que usualmente sucede en estos casos, haciendo mención de lo que no se considera como adecuado o “útil” en este tipo de acontecimientos.

A partir de esto, se practicará la dinámica de 1 minuto. Se planteará una situación modelo para todos las parejas de trabajo, en donde cada estudiante escenificará el personaje de su elección considerando hacerlo con la mejor opción de respuesta o acción. Previo a esto, se leerá algunas de las notas pegadas en el muro con el fin de hacer contraste de información y proponer algunas opciones de respuesta alternativas frente a situaciones en donde presenciemos un “castigo” o “sentimiento de culpa”.

▪ **Final:**

Para finalizar la sesión de trabajo, se repetirá el mismo ejercicio de la “Regla de 1 minutos”, sin embargo, se realizará con la intención de

“Motivar” al compañero en aquello que considera aceptable o adecuado según el modo de responder frente a las situaciones planteadas anteriormente. Esto se desarrollará con el uso de la frase:

“Durante la dinámica, yo noté”

“Considero que fue útil/bueno/agradable”

“Creo que podría mejorarse/cambiarse por

Se agradecerá compartir el tiempo trabajado con su compañero y se concluirá la dinámica.

Cuarta Sesión:

- **Nombre de la sesión:** “*Pienso, luego hago*”
- **Descripción temática:** Otra de las razones que están asociadas al mantenimiento de las conductas agresivas, es el hecho de considerar anticipadamente ciertas situaciones como negativas a un nivel alto. Es decir, los adolescentes suelen responder, actuar o incluso sacar conclusiones de manera tan rápida e intuitiva, tan sólo con el hecho de ver algunas características o sucesos poco claros frente a las situaciones; de manera que, ya consideran a lo que “sucede” como un hecho catastrófico, malo, desafiante o hasta sobrepoderoso para afrontar, y el tipo de respuesta que suelen mostrar para evitar se “lastimados” o “sobrepasados” por estos hechos, es el de fuerza y/o agresión. La intención de las actividades a trabajar en esta sesión, estarán enfocados en equilibrar todos aquellos pensamientos anticipados, emociones y conductas predispuestas en los participantes para emitir un mensaje de control frente a futuras experiencias.
- **Técnica a trabajar:** Atención-Retención-Reproducción-Motivación
- **Objetivo:** Brindar herramientas de control y relajación de sí mismos durante situaciones negativas para un mejor desarrollo en la forma de respuesta conductual como una opción alternativa para el mejoramiento del bienestar personal
- **Propósito:** Identificar las situaciones negativas y proponer nuevas formas de acción adecuadas de manera progresiva.
- **Tiempo:** 50 min
- **Materiales:** Cronómetro, pack de útiles.

▪ **Inicio:**

“Acontesimientos negativos”

(Modelado Encubierto)

Dinámica del “In-sight”:

Durante el inicio de la sesión, el moderador solicitará a los participantes anotar en un post-it amarillo algún acontecimiento que consideren como “Negativo” y en donde tuvieron un comportamiento poco controlado. Se necesitara mencionar detalles específicos acerca de qué paso y cómo se vivenció.

La intención de esta información es para aclimatar a los participantes y trasladarlos hacia ese hecho elegido y junto con eso, recrear la situación para un mejor entendimiento de la siguiente dinámica.

Cada estudiante creará un personaje basado en ellos mismos considerando la misma situación elegida y creando el perfil real de que ahora “son” o al menos del “cómo son” durante ese momento. Esto tendrá una duración de 10 minutos y será guiado por uno de los moderadores, quien dará las instrucciones y resolverá las preguntas, en caso se den.

▪ **Desarrollo:**

Se tomará como referencia, la dinámica de 1 minuto con la intención de ir modificando el personaje del SÍ MISMO e ir adaptándolo a nuevos pensamientos y conductas frente a la situación planteada.

Se les brindará a cada uno de los estudiante un cinturón de cambios, el cual, tendrá un espacio rectangular que sostendrá una cartulina de color. Cada cartulina indica un tipo de actitud, el color amarillo significara “Lo que es” y el de color verde significa “Lo que está sucediendo”.

La intención de la dinámica es ir modificando ciertas conductas que puedan considerarse como poco adecuadas para usar y cambiarlas progresivamente con las “más adecuadas” para afrontar la situación problema. Esto será realizado a través de la actuación del personaje y el cómo se vaya cambiando dependerá de el feedback a mencionarse entre ambos compañeros de trabajo. Cabe mencionar que, uno de ellos al ser receptor y público personal de su compañero, deberá poner atención a lo que sucede y

utilizar su capacidad de prevención y predicción para poder brindarle ideas de cómo ir modificando la conducta y por ende, los pensamientos que surgan de ello.

A medida que la situación vaya mejorando o modificándose, los participantes podrán ir cambiando los tonos de amarillo y verde hasta llegar al color final, en caso de haber logrado el objetivo de la dinámica. Por otro lado, si se dan situaciones en dos alguno de los participantes, no logró llegar al color verde puro, no habría problema ni necesidad de emitir algún comentario desalentador. Recordar que la intención del trabajo es ir mejorando e ir adaptando, no es necesario obtener resultados inmediatos, mucho menos a la primera vez de practicar esta actividad.

- **Final:**

Al finalizar la actividad, se pedirá a los participante reunirse en el suelo formando una media luna. Se hablará un poco acerca de lo experimentado y de manera voluntaria, los estudiantes podrán también compartir sus opiniones. Una vez terminado esto, los moderadores mencionaran también algunas observaciones dadas durante la sesión de trabajo a modo de motivación y culminarán la actividad dando aplausos entre ellos y felicitando la disposición y energía para la sesión del día.

Quinta Sesión:

- **Nombre de la sesión:** “ *Cuidando respuestas* ”
- **Descripción temática:** Parte del tipo de situaciones en donde se presentan respuestas conductuales agresivas son los temas de parejas, ya sean estos experimentados o no en una relación conyugal, relación de padres, enamorados o novios, en amistades muy cercanas o en relaciones que no son relaciones formales. Dentro de este aspecto, hechos relacionados a los acuerdos o desacuerdos, sentimiento de rechazo y control del otro, etc; son parte del estímulo generador de sentimientos como: ansiedad, desesperación, ira, cólera, enojo, necesidad de control, aturdimiento, tristeza; de manera que, al no ser muy bien canalizado y comprendido en el momento, llega con el tiempo a ser parte permanente de la conducta de una persona. La intención de esta sesión de trabajo es no solo crear consciencia acerca de lo importante de buscar mejorar este tipo de situaciones; sino también, de practicar esta nueva forma de ver las cosas y buscar soluciones frente a eso.
- **Técnica a trabajar:** Atención-Retención-Reproducción-Motivación
- **Objetivo:** Crear consciencia acerca de las consecuencias de mantener una actitud agresiva y proponer formas alternativas de conducta participativa dentro de las mismas para lograr una mejora en el bienestar personal
- **Propósito:** Identificar aspectos a mejorar en las situaciones planteadas con el de poner en práctica el modo de buscar cambios en las tipos de conductas para una mejor resoluciones de problemas
- **Tiempo:** 50 min
- **Materiales:** Cronómetro, pack de útiles.

- **Inicio:**

"Amor y aprobación"

(Modelado Simbólico)

Se dará un breve conteo y resumen de todos los temas vistos hasta el momento, así mismo, se dará introducción del siguiente tema a trabajar a través de una serie de adivinanzas.

A través de unas diapositivas proyectadas en la pared, se darán pistas y frases o palabras clave para conocer el tema a tratar en sesión. Se pedirá la participación de los estudiantes para completar el nombre del tema.

- **Desarrollo:**

Se presentarán videos de casos reales y ficticios en dónde se presenten situaciones de rechazo y actitudes violentas en parejas. Previo a esto, se pedirá a los participantes a prestar mucha atención a los personajes y a tomar nota del tipo de características que presenta cada uno.

Una vez finalizada la actividad, se solicitará dividir la información en los tres post-it de colores: Pensamiento-Emoción y Acción, con el fin de crear los perfiles encontrados y como se asocia cada uno de estos aspectos.

Así mismo, se pedirá a los estudiantes que realicen una lista de conductas alternativas para estos personajes, con el fin de cambiar la situación final agresiva por una mas agradable, sana y adecuada. Se formarán grupos de 4 estudiantes, a quienes se les brindará un numero de orden a cada uno. A continuación, el moderador brindará las instrucciones para la siguiente dinámica:

" Cada estudiante tendrá un numero de orden, de manera que tendrán que estar atentos cuando los llame por ese número. Al sonar el silbato, el estudiante deberá correr hacia cualquiera de los otros grupos y sentarse, puesto que, será su nuevo grupo de trabajo. Haré lo mismo con los otros números y así sucesivamente. La idea es que

todos estén ubicados en un grupo diferente, por lo tanto, regresar a su grupo inicial no es una opción.”

Una vez finalizada la actividad, se comenzará a realizar el reparto de ideas y detalles. Cada integrante deberá mencionar todas aquellas “alternativas” planteadas en su grupo principal y comentarán acerca de que tan funcional o no puede ser utilizar esas propuestas y de la mismas manera, proponer formas en las que esas ideas pueden mejorar.

Esto se realizará por un tiempo promedio de 10 a 15 minutos. Al finalizar la actividad, todos regresarán a su grupo principal y se solicitará hacer un contraste de Iso eprfiles mostrados en los videos con las actitudes de mejora planteados. De ésta manera, se terminarán de complear el perfil de los personajes elegidos.

▪ **Final:**

Como parte final de la sesión, se realizará un pequeño ejercicio de la relajación progresiva muscular guiado y se brindará un tiempo de 5-8 minutos para que los estudiantes anoten las conclusiones o aprendizajes adquiridas durante la sesión.

Sexta Sesión:

- **Nombre de la sesión:** “*Aprender al hacer I*”
- **Descripción temática:** Una de las formas en las que podemos verificar que hemos adquirido un aprendizaje es a través de el “hacer” y “mostrar”. Es bien sabido que vale mas el ver y presenciar algo que solo escuchar que lo aprendió. Es por esto que, durante esta sesión de trabajo se buscará que todos los participante del programa puedan mostrar todo aquello que aprendieron y usar sus habilidades para poder ejecutar planes, actividades y buscar soluciones.
- **Técnica a trabajar:** Atención-Retención-Reproducción-Motivación
- **Objetivo:** Crear un espacio de co-aprendizaje y acción para los participante con el fin de reconocer lo aprendido durante el programa.
- **Propósito:** Brindar la oportunidad de reconocer lo aprendido y ejecutar actividades considerando las diferentes ideas de los participantes
- **Tiempo:** 50 min
- **Materiales:** Cronómetro, pack de útiles.

- **Inicio:**

Se realizará una dinámica corta de socialización, en donde, cada uno de los participantes completaran una pequeña encuesta virtual acerca de sus interés (anónima). Estos resultados serán proyectados en la pared con el fin de conocer la variedad de aspectos personales en el grupo de estudiantes y que tan relacionados o no están todos.

Se utilizarán estos aspectos en común para formar grupos, considerando un color diferente en casa uno de los mismo.

- **Desarrollo:**

Durante esta sesión de trabajo, serán los participantes quienes propongan una o más situaciones en dónde se pueda presentar respuestas o acciones agresivas ya sea en menor o mayor grado.

Para esto, los grupos formados se juntaran y desarrollaran todo lo aprendido durante esta sesión. Podrán utilizar el mismo tipo de actividades desarrolladas a lo largo del programa y/o crear una actividad nueva.

Se brindará un tiempo aproximado de 15-30 minutos para esto y será explicado para todo el grupo.

- **Final:**

Se hablará acerca de lo experimentado, haciendo mención de todo lo aprendido y se realizará un pequeño compartir.

Séptima Sesión:

- **Nombre de la sesión:** “*Aprender al hacer II*”
- **Descripción temática:** Una de las ventajas de realizar trabajos con práctica activa y continua es el hecho de permitir a los participantes desarrollar y potenciar habilidades y destrezas que puedan demostrar al ejecutar y en el “hacer”. Ésta es, cabe mencionar, una de las formas mas claras de saber si se logró aprender y comprender la intención de haber formado parte de la experiencia y del cómo eso incluye en uno mismo. Durante esta sesión de trabajo se buscará que sean los estudiantes mismos quiénes re-creen sus propias situaciones, problemas y soluciones, teniendo en cuenta todo lo trabajado hasta el momento.
- **Técnica a trabajar:** Atención-Retención-Reproducción-Motivación
- **Objetivo:** Crear un espacio de acción y ejecución de lo aprendido con el fin de incrementar el uso de las habilidades y fortalezas frente a situaciones difíciles.
- **Propósito:** Proponer un ambiente de trabajo dinámico en donde los estudiantes puedan buscar soluciones y proponer ideas alternativa de uso frente a situaciones que generen respuesta impulsivas
- **Tiempo:** 50 min
- **Materiales:** Cronómetro, pack de útiles.

- **Inicio:**

La sesión de trabajo comenzará con una actividad de relajación al aire libre. Esto consistirá en realizar diferentes estiramientos de forma individual y en parejas, de forma guiada y con música propicia a la situación.

- **Desarrollo:**

Durante el desarrollo de la sesión, se trabaja un decálogo o producto informativo de todo lo aprendido y practicado durante el programa.

La intención del trabajo es realizar un "Manual de opciones alternas" con los conocimientos y la experiencia desde el punto de vista del estudiante adolescente. Se le brindarán todos los materiales necesarios y el tiempo de 12-30 minutos.

Así mismo, al finalizar la actividad, se pedirá a cada uno de los grupos presentar su trabajo final y brindar un feedback por cada presentación.

- **Final:**

Se brindará un pequeño reconocimiento en forma de diploma para cada uno de los grupos, en el cuál, todos los estudiantes podrán anotar los aspectos positivos y útiles encontrados en sus trabajos.

Octava Sesión:

- **Nombre de la sesión:** *“Dejando Huella”*
- **Descripción temática:** La mejor forma de terminar una trabajo en conjunto y de conocer que tan efectivo o no fue, es preguntar acerca de aquello que notó, aquello que cambió algo y aquello que no logró o que no terminó de hacer. Al poder comparar esos aspectos informativos, se podrá ver la realidad de lo que fue su paso por el programa en el que participó. Como parte final del trabajo, se realizará esta comparativa desde la voz del participante y desde su propia experiencia.
- **Técnica a trabajar:** Motivación
- **Objetivo:** Brindar información influyente en las futuras prácticas de las técnicas aprendidas durante el programa para incentivar la intención de cambio de respuestas más adecuadas ante diversas situaciones
- **Propósito:** Identificar los logros y dificultades presenciadas durante el desarrollo del programa para buscar motivar en aquellos que aun se puede trabajar
- **Tiempo:** 50 min
- **Materiales:** Cronómetro, pack de útiles.

▪ **Inicio:**

Como parte final del trabajo propositivo, se tomará como punto principal el cambio que se dio a comparación a la primera sesión de trabajo. Para esto, se comenzará por ambientar a los participantes a ubicarse en el momento en que comenzó todo este programa con el fin de auto-describirse el cómo estaban, pensaban, sentían y actuaban en ese momento.

Esto se realizará a través de una actividad de relajación guiada por uno de los moderadores y tendrá una duración de 8-10 minutos.

▪ **Desarrollo:**

"Éxitos y Problemas en la Práctica"

Como parte importante de un programa de intervención, el realizar una comparativa del inicio y final del mismo, colabora en poder entender que tan funcional o no fue el desarrollo de todas las actividades planteadas, además de, poder identificar cuáles fueron los puntos influyente que posiblemente no permitieron desarrollar algún tema o ejecutar alguna dinámica de manera efectiva; por ende, hablar de esos logros y éxitos así como de las dificultades, es parte del proceso de aprender, conocer y mantener lo que fomenta un cambio y bienestar entre todos los participantes.

Para esta actividad, se pedirá a los estudiantes anotar el uno de los post-it, todos aquellos aspectos que consideran fueron éxitos logrados o conocidos, y por otro lado, en el de color naranja, aquellas dificultades y puntos en contra que notaron durante la práctica en las sesiones. Esto se dejará en las cajas de pensamientos e ideas que estarán en el centro del salón y luego, de manera anónima, se hablará de alguno de ellos.

- **Final:**

Al finalizar la sesión, se pedirá a todos los participantes estar atentos a las palabras de cierre del programa por parte de los mediadores. Cada uno de ellos, brindará a los participante un pequeños certificado de participación y entrenamiento como parte concluyente de su trabajo en el programa.