

UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUIZ GALLO

**FACULTAD DE CIENCIAS HISTÓRICO SOCIALES Y
EDUCACIÓN**

UNIDAD DE POSGRADO

PROGRAMA DE MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA



TESIS

Propuesta de un programa Cognitivo Conductual en agresividad de
adolescentes del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación de Chiclayo,
2023.

Presentada para obtener el Grado Académico de Maestra en Psicología con
mención en Psicología Clínica

Investigador (a): Bach. Vidal Tarazona, Naty Trinidad

Asesor (a): Dra. Tello Flores, Raquel Yovana

Lambayeque - Perú


2023

Propuesta de un programa Cognitivo Conductual en agresividad de adolescentes del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación de Chiclayo, 2023.

Tesis presentada para obtener el Grado Académico de Maestra en Psicología con mención en Psicología Clínica.



Vidal Tarazona Naty Trinidad
Investigador



Dr. Castro Kikuchi Jorge Isaac
Presidente



M.Sc. Smith Maguiña Carola Amparo
Secretario



Dra. Ríos Rodríguez Martha
Vocal



Dra. Tello Flores, Raquel Yovana
Asesor



UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUIZ GALLO
FACULTAD DE CIENCIAS HISTÓRICAS SOCIALES Y EDUCACIÓN
UNIDAD DE INVESTIGACIÓN



ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS
N°867-VIRTUAL

Siendo las **09:00 horas**, del día **lunes 13 de noviembre de 2023**; se reunieron **vía online mediante la plataforma virtual Google Meet**: <https://meet.google.com/bvz-nqgp-thq>, los miembros del jurado designados mediante **Resolución N°1296-2023-V-D-FACHSE**, de fecha **28 de junio de 2023**, integrado por:

Presidente	: Dr. Jorge Isaac Castro Kikuchi.
Secretaria	: M.Sc. Carola Amparo Smith Maguiña.
Vocal	: Dra. Martha Rios Rodríguez.
Asesor Metodológico	: Dra. Raquel Yovana Tello Flores.
Asesor Científico	: _



La finalidad es evaluar la Tesis titulada: **“PROPUESTA DE UN PROGRAMA COGNITIVO CONDUCTUAL EN AGRESIVIDAD DE ADOLESCENTES DEL CENTRO JUVENIL DE DIAGNÓSTICO Y REHABILITACIÓN DE CHICLAYO, 2023”**; presentado por la tesista **NATY TRINIDAD VIDAL TARAZONA**, para obtener el **Grado Académico de Maestra en Psicología**, mención: **Psicología Clínica**.

Producido y concluido el acto de sustentación, de conformidad con el Reglamento General de Investigación (aprobado con Resolución N°184-2023-CU de fecha 24 de abril de 2023); los miembros del jurado procedieron a la evaluación respectiva, haciendo las preguntas, observaciones y recomendaciones al(os) sustentante(s), quien(es) procedió(eron) a dar respuesta a las interrogantes planteadas.

Con la deliberación correspondiente por parte del jurado, se procedió a la calificación de la Tesis, obteniendo un calificativo de **(18) (DIECIOCHO)** en la escala vigesimal, que equivale a la mención de **MUY BUENO**

Siendo las 9:56 am horas del mismo día, se dio por concluido el acto académico online, con la lectura del acta y la firma de los miembros del jurado.

Dr. Jorge Isaac Castro Kikuchi

PRESIDENTE

M.Sc. Carola Amparo Smith Maguiña

SECRETARIA

Dra. Martha Rios Rodríguez

VOCAL

OBSERVACIONES:

DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD

Yo, Vidal Tarazona Naty Trinidad, investigadora principal, y Dra. Raquel Yovana Tello Flores asesor del trabajo de investigación “Propuesta de un programa Cognitivo Conductual en agresividad de adolescentes del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación de Chiclayo, 2023”; declaramos bajo juramento que este trabajo no ha sido plagiado, ni contiene datos falsos. En caso se demostrará lo contrario, asumo responsablemente la anulación de este informe y por ende el proceso administrativo a que hubiera lugar. Que pueda conducir a la anulación del título o grado emitido como consecuencia de este informe.

Lambayeque, 02 de agosto del 2023

A handwritten signature in blue ink, enclosed within a large, hand-drawn oval. The signature appears to read 'Vidal'.

Vidal Tarazona, Naty Trinidad
Investigador principal

A handwritten signature in blue ink, consisting of stylized, overlapping loops.

Dra. Tello Flores, Raquel Yovana
Asesor

DEDICATORIA

A mi amada hija, María José, regalo divino que ha nacido para motivar mi crecimiento, proyectar mis decisiones y sostener mi energía y alegría en este camino que cambió con ella.

AGRADECIMIENTOS

Al artífice de todo lo posible, Dios Padre amoroso y bondadoso que siempre me ha mostrado su rostro misericordioso. A mis amados padres que, a lo largo del camino, siempre expresaron su amor y confianza que sirvió de aliciente en las dificultades. A mi querido hermano quien depositó su confianza y recursos en mi educación y crecimiento. A mi esposo, a mi hija, familiares y amigos que siempre me animaron a seguir creciendo personal y profesionalmente. A mi asesora de tesis, por su gran profesionalismo y calidad humana. Gracias a cada uno de ustedes.

ÍNDICE

ÍNDICE DE TABLAS	i
ÍNDICE DE FIGURAS	ii
RESUMEN	1
ABSTRACT	2
INTRODUCCIÓN.....	3
CAPITULO I: DISEÑO TEÓRICO	8
1.1 Antecedentes de la Investigación.....	8
1.2 Bases teóricas.....	13
1.2.1 Agresividad.....	13
1.2.2 Dimensiones según Buss y Perry.....	13
1.2.3 Teorías de la agresividad	15
1.2.4 Componentes de la agresividad	18
1.2.5 Agresividad y adolescencia	20
1.3 Programa.....	26
1.3.1 Programa Cognitivo Conductual	26
1.3.2 Paradigma Cognitivo conductual.....	27
1.3.3 Terapias Cognitivo Conductuales.....	28
1.3.4 Técnicas Cognitivo Conductuales	29
1.4 Definiciones conceptuales	33
1.5 Definición y Operacionalización de Variables	35
1.6 Propuesta teórica.....	37
CAPÍTULO II: MÉTODOS Y MATERIALES	38
2.1 Tipo de investigación.....	38
2.2 Diseño de investigación	38
2.3 Población de estudio	38
2.4 Técnicas, instrumentos, equipos y materiales.....	41
CAPITULO III: RESULTADOS Y DISCUSIÓN.....	45
3.1 RESULTADOS	45
3.3 Presentación de la propuesta:.....	56
I. Datos generales	56
II. Fundamentación.....	56
IV Objetivo General	58
V Metodología.....	59
VI Técnicas, instrumentos y recursos a utilizar	59

VII Sistema de evaluación:	60
VIII Temática a desarrollar	61
3.2. DISCUSIÓN	104
CAPITULO IV. CONCLUSIONES.....	112
CAPITULO V: RECOMENDACIONES.....	114
BIBLIOGRAFÍA REFERENCIADA.....	115
ANEXOS	121

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1	35
Tabla 2	40
Tabla 3	46
Tabla 4	49
Tabla 5	51
Tabla 6	61

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1	45
----------------	----

RESUMEN

La agresividad en adolescentes constituye un problema de salud pública, por suponer una amenaza social constante al causar daño o muerte a sus víctimas, pudiendo esto desencadenar en conductas delictivas. La presente investigación tuvo como objetivo elaborar una propuesta de programa Cognitivo Conductual, a fin de disminuir los niveles de agresividad presentados en adolescentes del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación, Chiclayo 2023. Se determinó el nivel de agresividad en la población de estudio, se describió los niveles de agresividad según dimensiones de agresividad física, agresividad verbal, ira, hostilidad y según datos sociodemográficos. La población de estudio seleccionada estuvo conformada por 155 adolescentes institucionalizados en el Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación, Chiclayo; sin embargo, en base a los criterios de selección se trabajó con 106 adolescentes. Se aplicó el cuestionario de Agresividad (AQ) de Buss y Perry, adaptado a la población de estudio. Los resultados obtenidos indicaron que, en la población el 38% de los evaluados presentó nivel de agresividad Medio, mientras que el 6% presenta nivel Muy Alto. Sobre el nivel de agresividad y datos sociodemográficos más resaltantes se obtuvo que el 39% de la población total pertenece al departamento de Lambayeque con un nivel Medio de agresividad, el 75% ha consumido algún tipo de sustancia psicoactiva siendo el alcohol el de mayor incidencia, presentando también un nivel Medio de agresividad. El tipo de infracción más frecuente, con un 58% de la población, es robo agravado, con mayor incidencia del nivel Medio de agresividad. En base a los resultados, se elabora la propuesta del Programa Cognitivo Conductual en agresividad de adolescentes, conformado por diecisiete sesiones.

Palabras Claves: programa, cognitivo conductual, agresividad, adolescentes, infractores.

ABSTRACT

Aggression in adolescents represents a public health problem, because it poses a constant social threat by causing harm or death to its victims, which can lead to criminal behavior. The objective of this research was to develop a proposal for a Cognitive Behavioral program, in order to reduce the levels of aggressiveness presented in adolescents of the Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación, Chiclayo 2023. The level of aggressiveness in the study population was determined, described the levels of aggressiveness according to dimensions of physical aggressiveness, verbal aggressiveness, anger, hostility and according to sociodemographic data. The study population consisted of 106 adolescents institutionalized in the Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación, Chiclayo. The Buss and Perry Aggression Questionnaire (AQ) was applied, adapted to the study population. The results obtained indicated that, in the population, 38% of those evaluated presented a Medium level of aggressiveness, while 6% presented a Very High level. Regarding the level of aggressiveness and the most outstanding sociodemographic data, it was obtained that 39% of the total population belongs to the department of Lambayeque with a Medium level of aggressiveness, 75% have consumed some type of psychoactive substance, alcohol being the one with the highest incidence, also presenting a Medium level of aggressiveness. The most frequent type of infraction, with 58% of the population, is aggravated robbery, with a higher incidence of the Medium level of aggressiveness. Based on the results, the proposal of the Cognitive Behavioral Program in adolescent aggression is elaborated, made up of seventeen sessions.

Keywords: program, cognitive behavioral, aggressiveness, adolescents, offenders.

INTRODUCCIÓN

Resulta alarmante evidenciar, en los últimos años con mayor persistencia, la normalización de las conductas agresivas en las relaciones interpersonales; donde la población infantojuvenil no se encuentra exenta; sino por el contrario, termina siendo un actor dinámico en este problema de salud pública generando una sensación creciente de vivir en una sociedad cada vez más agresiva.

De forma alarmante, la Organización Mundial de la Salud (2014) indica que la violencia interpersonal es un importante problema de salud y la principal causa de muerte de adolescentes y adultos jóvenes en América Latina y el Caribe, pues “la agresividad se observa en las relaciones humanas interpersonales, y se acentúa más entre los jóvenes y adolescentes, esta problemática se presenta a nivel mundial”. (Ramírez, 2015), siendo en la agenda política, social y profesional; una de las problemáticas con mayor importancia y que requiere una intervención urgente. Tal como manifiestan diversos autores, las causas de un comportamiento agresivo son multifactoriales; las mismas que podrían, en el escenario más preocupante, terminar en conductas delictivas; puesto que, los niños con un comportamiento agresivo con frecuencia se estimulan entre sí para realizar actos antisociales; asimismo, los niños de edad escolar que son físicamente agresivos, pueden convertirse en delincuentes juveniles en la adolescencia. (Broidy, et al; 2003, como se citó en Papalia, 2011)

Es menester mencionar que la adolescencia es una de las etapas más críticas del ciclo vital debido a los grandes cambios que existen a nivel biopsicosocial. Muchos de estos cambios, no siempre son adoptados de una manera idónea, debido a muchas causas asociados como son los factores de riesgo y/o protectores personales, sociales o familiares. Lo menciona Jibaja (2019), quien plantea que los adolescentes carentes de un buen equilibrio emocional poseen reacciones más hostiles, agresivas y delictivas, al percibir un mundo amenazante. (pj.4)

En torno a lo mencionado, la agresividad en la población joven, cobra radical importancia social, en la medida en la que representa una problemática latente y compleja en su erradicación; por lo que requiere que las políticas públicas tomen medidas no sólo de acción, sino fundamentalmente de prevención. La seguridad comunitaria e individual se ve amenazada a causa de este fenómeno social, por lo que las investigaciones que contribuyan al entendimiento y la erradicación de esta problemática, desde diversas disciplinas, se hace necesaria y urgente.

Terán (2016) menciona que América Latina es la región del mundo donde las tasas de homicidios para la población entre 15 y 26 años son más altas, con 36,4 por 100.000 habitantes. Es seguida por África con 17,6 por 100.000, y, todavía más lejos, Europa Occidental y algunos países de Asia y el Pacífico, con 0,9 por 100.000 hab.6. La mayoría de estas muertes tienen lugar en las ciudades y son producto de la violencia interpersonal, no de guerras ni de conflictos armados; sino violencia cotidiana.

En el Perú, la tasa de adolescentes infractores de la ley, parece ir en preocupante ascendencia en los últimos años. Ccopa et al. (2020), menciona que los jóvenes son cada vez más violentos y agresivos, por diversos factores, por lo que no es de extrañarse la proliferación de pandillas juveniles, barras bravas y “pirañitas”, siendo que sus actos delictivos fluctúan entre infracciones leves hasta delitos mayores. Acotando a ello, Rojas (2014) menciona que la situación es cada vez más agravante, pues “la delincuencia juvenil (de 12 a 23 años) ha ido en un incremento sostenido en nada menos que 80%, llegando a extremos de pasar de diez detenciones al día a diez detenciones por hora.” (citado por Ccopa et al, 2020)

La realidad tan diversa que tiene nuestro país, desde los estratos económicos, sociales y principalmente la brecha en la oportunidades laborales y de formación académica; podría (sumado a otros factores) ser uno de los componentes coadyuvantes a tener comportamientos agresivos que desencadenen en una conducta delictiva; es menester acotar que, no toda conducta agresiva desencadena en una conducta delictiva; pero podríamos indicar que, en función a la realidad de los últimos años; las conductas delictivas en la población joven, tiene un marcado y preocupante matiz de agresividad en su modo de operar.

Dentro de la realidad local, El diario Correo, (16 Nov, 2021), refiere que, “según las estadísticas del Ministerio Público, Lambayeque ocupa el primer lugar con 182 menores de edad detenidos, por encima de Lima, Callao y Trujillo (...) Carmen Ameghino Bautista, fiscal provincial civil de familia de Chiclayo advirtió que, si las autoridades no intervienen de manera urgente, Lambayeque podría convertirse en la zona de mayor incidencia delictiva”.

A la fecha, el boletín estadístico del Ministerio de Justicia y Derechos Humanos del Perú, (Julio, 2022), reporta que la población global en los Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación en todo el Perú es de 1,758, siendo que en Lambayeque se encuentran albergados un promedio de 155 jóvenes. Respecto a los indicadores de agresividad en esta población Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación José Quiñones Gonzales-

Chiclayo, Ramírez (2015) obtuvo como resultado de su investigación que, el nivel de agresividad predominante es el nivel alto con un 79.80% y solamente el 4.04% de la población tienen un nivel bajo de agresividad. (pj.40). Por otro lado, Jibaja (2019) en su investigación concluye diciendo que “existen niveles medio y alto de agresividad en adolescentes varones del Centro juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación de Chiclayo, con 34 % cada uno. (pj.31)

Los Centros Juveniles de Diagnóstico y Rehabilitación en el Perú tienen como propósito rehabilitar y reinsertar socialmente a los adolescentes infractores en conflicto con la Ley Penal, a través de acciones psicopedagógicas encauzadas a promover el desarrollo personal y ocupacional del adolescente. En la ciudad de Chiclayo, se cuenta con una sucursal ubicada en el distrito de Pimentel, denominada Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación “José Quiñones” quien, en la actualidad, ha reportado a 155 jóvenes recluidos por problemas con la justicia, los cuales se encuentran ubicados según la estructura de la institución: Programa I o de bienvenida (45), Programa IIA (22) y IIB (19), Programa III (42) Programa IV (13) y finalmente, el programa PII (13) dando un total de 155 adolescentes institucionalizados. Tras el ingreso del adolescente, la evaluación de conducta y adherencia al tratamiento, éste es trasladado del Programa I al IIA, IIB y III. Los adolescentes convencidos y proyectados al cambio que muestren adherencia al plan de reeducación y reinserción social con la finalidad de ser externados, son ingresados al Programa IV. Finalmente, el programa PII (Programa de Intervención Intensiva) es un grupo aislado, conformado por adolescentes reincidentes en problemas de comportamiento a quienes el investigador del presente proyecto, no tuvo acceso por indicación de la institución.

Dentro de las características más resaltantes de los adolescentes del CJDR “José Quiñones” se encuentran adolescentes procedentes de diversas regiones, adolescentes con consumo de sustancias psicoactivas previo a su institucionalización, quienes en su mayoría se encuentran cursando el nivel secundario en el Centro de Educación Básica Alternativa (CEBA), en la misma institución. Dentro de los delitos habituales cometidos por éstos, se encuentran los delitos contra el patrimonio por robo agravado o simple, hurto, actos contra la libertad sexual a menor entre otros, donde se han plasmado, con preocupante frecuencia, actos agresivos durante su ejecución. El director actual Cubas (comunicación personal, 26 de abril de 2023), manifiesta que, pese a la atención especializada según protocolo institucional, se observa en los adolescentes un comportamiento agresivo como resultado, muchas veces, de provenir de familias disfuncionales con condiciones sociales y económicas

precarias. Indica además que, la interacción entre los jóvenes puede ser hostil a pesar de los esfuerzos realizados por los profesionales de atención, los resultados siguen siendo menores a lo esperado. Asimismo, la Psicóloga Osoreo (comunicación personal 02 de mayo, 2026) manifiesta que la agresividad en la convivencia de los adolescentes es común y preocupante, indica incluso que, la conducta agresiva entre los infractores, ha requerido de atención médica por los daños ocasionados a nivel físico; pero que, pese a ello, el tipo de agresividad más frecuente en la interacción entre estos adolescentes es de tipo verbal, cargada de hostilidad hacia sus interlocutores. Manifiestan que, la mayoría de ingresantes a la institución, presentan un matiz de agresividad en su comportamientos y forma de hablar mostrando resistencia al proceso de internamiento y reinserción ocasionando en ellos un comportamiento agresivo. Esto se observa con frecuencia en el Programa I, donde se tiene a los ingresantes a la institución.

Las investigaciones con la variable agresividad en la población de estudio sustentan la presencia de este a través de los años, por lo que nos planteamos las siguientes interrogantes como eje de la investigación ¿cuál es la propuesta de un programa Cognitivo Conductual en agresividad de adolescentes del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación de Chiclayo, 2023? y ¿cómo se presenta la agresividad en los adolescentes del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación de Chiclayo, 2023? Y en correspondencia a las características de la población mencionadas previamente, se hace indispensable la realización de la presente investigación, cuyos objetivos planteados son: 1). Proponer un programa Cognitivo Conductual en agresividad de adolescentes del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación de Chiclayo, 2023; 1.1) Determinar el nivel de agresividad en adolescentes del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación de Chiclayo, 2023. 1.2). Describir los niveles de agresividad física, verbal, ira y hostilidad en adolescentes del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación de Chiclayo, 2023. 1.3). Determinar los niveles de agresividad según edad, nivel educativo, procedencia, tiempo de permanencia, tipo de consumo, tipo de infracción en adolescentes del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación de Chiclayo, 2023. 1.4). Elaborar el programa Cognitivo Conductual en agresividad para adolescentes del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación de Chiclayo, 2023.

Esta investigación, cumple con la finalidad de proporcionar a los profesionales especializados del centro juvenil, un plan de intervención que reduzca los niveles de agresividad en los adolescentes; ya que, en la actualidad, no cuentan con un programa específico en la reducción de conductas agresivas de los internos; por lo que se propone la

utilización de las técnicas Cognitivo Conductuales debido a su eficacia en el tratamiento de la agresividad en la población infantojuvenil, según Barrera y Romero (2021) estas técnicas cognitivo conductuales se caracterizan por sobresalir frente a otros abordajes terapéuticos, ello se atribuye a la evidencia existente que demuestra su efectividad en un amplio abanico de problemas comportamentales que responden a una conducta desadaptativa.

Por lo mencionado, la presente investigación tiene como objetivo brindar una alternativa de intervención especializada que pueda ser aplicado y replicado en poblaciones con similares características a las de la población de estudio, con la intención de contribuir en la instauración de conductas prosociales que aporten en el proceso de reeducación de los adolescentes institucionalizados en el centro juvenil.

La estructura de la presente investigación está conformada por V capítulos. El Capítulo I, presenta el diseño teórico con los antecedentes y la base teórica que sustenta la investigación. El Capítulo II, muestra los métodos y materiales donde se detalla el tipo y diseño de investigación, así como las características de la población y los criterios de selección; incluye, además, las técnicas, instrumentos y los materiales utilizados. El Capítulo III, presenta los resultados obtenidos y la discusión en base a ellos. El capítulo IV presenta las conclusiones finales de la investigación y finalmente, el Capítulo V muestra las recomendaciones del investigador.

Se adiciona la bibliografía referencial utilizada y los anexos de la investigación.

CAPITULO I: DISEÑO TEÓRICO

1.1 Antecedentes de la Investigación Internacional

En investigaciones internacionales, López et al. (2019) realiza un estudio denominado “Distintos estilos del sentido del humor y su relación con las conductas agresivas físicas y verbales en adolescentes argentinos”, con una población de 100 adolescentes argentinos entre 16 y 18 años de ambos sexos, concluyen que el humor de tipo agresivo predice positivamente el comportamiento agresivo; principalmente, de tipo verbal y físico y por otro lado, el humor de tipo mejoramiento personal, mitiga o disminuye las conductas de tipo agresivo. Consideran que, el humor agresivo o desadaptativo, tiene como propósito la crítica, la manipulación y el uso del sarcasmo en la interacción social; mientras que el humor mejoramiento personal tiende a mantener una perspectiva humorística de la vida.

Por otro lado, Roncero et al. (2018) realiza la investigación “Efectos de diferentes patrones de agresión sobre la desadaptación institucional y la reiteración delictiva en menores infractores” realizada con 184 adolescentes varones entre 14 y 20 años de edad, de un centro de ejecución de medidas judiciales en la comunidad de Madrid. Entre las conclusiones más importantes, mencionan que los adolescentes agresivos proactivos presentaron un número mayor de delitos, mientras que, los adolescentes con baja agresión incidieron en menos faltas disciplinarias. Entre los datos sociodemográficos resaltantes, mencionan que la infracción con mayor incidencia sería el robo con violencia o fuerza; respecto al nivel de instrucción se encontró que el 35,3 % tuvo nivel primario incompleto, el 25,5 % nivel primario completo, y que el 3,8 % logró completar la secundaria y que solo el 1,1 % de manera superior o universitaria.

Nacional

A nivel nacional, se han realizado diversas investigaciones en torno variable y población de estudio, como la realizada por Alfaro (2022), quien llevó a cabo una investigación no experimental, descriptivo, correlacional denominado “Conducta agresiva en adolescentes en conflicto con la ley penal del centro juvenil de medio cerrado Ucayali – Pucallpa, 2021” con una muestra de 80 adolescentes, utilizando el instrumento para recolección de datos la escala de conducta agresiva AQ de Buss y Perry, en su versión estandarizada para Perú, concluyendo que el 42.50% de los adolescentes se encuentran en la categoría de Conducta Agresiva Media, el 37.50% en la categoría Alta, el 15% dentro de la categoría Baja, el 3.75% en la categoría Muy alta, mientras que el 1.25% de participantes se encuentran en la categoría Muy baja. En

cuanto a las dimensiones, determinó Agresividad Física el 46.25% dentro de la categoría Media, dimensión Agresividad Verbal el 41.25% está en la categoría Alta, en dimensión Ira el 45% está en la categoría Media y en dimensión Hostilidad el 42.50% se ubica en la categoría Alta. Logrando concluir que el nivel de conducta agresiva en adolescentes en conflicto con la ley penal del Centro Juvenil de Medio Cerrado Ucayali – Pucallpa, 2021, se encuentra en un nivel Medio y Alto.

Por otro lado, Pacheco et al. (2020) realiza un “Estudio Transversal: Conducta de agresión en estudiantes de quinto año de secundaria de cuatro instituciones educativas periféricas de Lima, Perú”, el estudio se aplicó en una muestra de 274 adolescentes de 15 a 18 años. Entre los participantes, se encontraron altos niveles de agresión con un predominio en el sexo masculino. En las dimensiones estudiadas, se encontró que los estudiantes alcanzaron puntuaciones altas, en la agresión verbal (40%), seguido de la agresión física y la hostilidad (38%) y finalmente en la ira (37%). Asimismo, indican que los niveles altos de agresión en los estudiantes podrían estar relacionados con el manejo o control emocional; que, a su vez, puede dificultar el proceso de aprendizaje en los entornos escolares.

Sarabia, M. (2017), relacionó las Habilidades para la Vida y la Agresión en adolescentes infractores. El diseño de investigación no experimental transversal, de tipo correlacional; cuya muestra estuvo conformada por 120 adolescentes varones de 14 a 20 años de edad, institucionalizados en un Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación de Lima. Dentro de las conclusiones más resaltantes en la investigación refiere que en la población estudiada, predomina un nivel promedio en la variable Habilidades para la vida al igual que la variable agresividad, e indica que existe una correlación negativa entre las dimensiones de Habilidades para la vida y Agresión. Asimismo, concluye que, entre las dimensiones de Agresión, la dimensión Físico obtiene el puntaje más alto ubicado en un nivel Promedio y la dimensión Verbal obtiene un puntaje más bajo indicando que el déficit de estas habilidades podría ocasionar problemas a nivel de comportamientos adaptativos, como la agresividad en las relaciones interpersonales. Finalmente, se observa que existe una correlación negativa significativa entre la agresividad y las dimensiones de conocimiento de sí mismo, empatía, comunicación asertiva, solución de problemas, control de emociones y sentimientos, control de estrés, relaciones interpersonales, y pensamiento crítico y creativo.

Por otro lado, Carranza (2022), realiza una investigación denominada “Programa cognitivo conductual para tratar conductas agresivas de adolescentes infractores atendidos en un servicio de orientación juvenil Chimbote - 2022”, una investigación con diseño no

experimental, de tipo descriptivo propositivo y transversal. Se trabajó con una población de 30 adolescentes infractores atendidos en un Servicio de Orientación Juvenil. La evaluación se realizó mediante el cuestionario de agresión (AQ) de Buss y Perry. En los resultados se observa que, en la dimensión conducta agresiva física en adolescentes infractores atendidos en un Servicio de Orientación Juvenil Chimbote existe un nivel alto al 56.6 % caracterizado por ser jóvenes que golpean, o realizan algún daño físico y en un nivel bajo en un 23.4 %, en la dimensión conducta agresiva verbal en un nivel alto 50% caracterizado por gritos, insultos, palabras soeces, y en un nivel bajo 33.3 %; en la dimensión conducta agresiva de Ira con un nivel alto un 46.6% se caracteriza cuando el adolescente se activa de manera psicológica y lo estimula para agredir y en un nivel bajo a 33.4%, la dimensión conducta agresiva de hostilidad en nivel bajo en un 50% y un nivel alto a un 33.3 % estos jóvenes se caracterizan por tener sentimientos de suspicacia y deslealtad hacia los demás.

Aguilar (2017), elaboró una investigación a fin de determinar los efectos de un programa Cognitivo Conductual en conductas agresivas de los estudiantes de una institución educativa particular Harvard College de Piura, 2017. Una investigación de corte cuasi experimental, de tipo descriptivo correlacional transaccional. La población muestral fue 52 estudiantes del 4to grado de educación secundaria, donde 26 sujetos fueron designados al grupo experimental y los otros 26 al grupo control. Los resultados concluyeron que, sí existieron diferencias significativas después de la aplicación del programa, tanto en el grupo experimental como en el grupo control, quienes, por el contrario, incrementaron sus niveles de agresividad.

Vílchez (2021) realiza una investigación sobre una “*Programa cognitivo conductual para manejar agresividad de los adolescentes atendidos en un centro de salud de Narihuala 2021: Estudio descriptivo – propositivo*” en un centro de salud ubicado en Catacaos-Piura. Una investigación de tipo descriptiva-propositiva con diseño no experimental. La población de estudio fue de 30 adolescentes de entre 12 y 17 años de edad a quienes se les aplicó el cuestionario de agresividad de Buss y Perry. Plantearon como objetivo general la creación de un programa cognitivo conductual a fin de reducir la agresividad en adolescentes de la población en mención basado en la teoría de Buss y Perry con 16 sesiones esperando generar efectos favorables. Asimismo, buscaron determinar los niveles de agresividad observados; concluyendo que, dentro de la población de estudio, predominó el nivel de agresión medio, al igual que en las subdimensiones, indicando que no llegan a un nivel alto de agresividad. Por otro lado, mencionan que en la sub dimensión de agresividad física, agresividad verbal y

hostilidad se presenta en un nivel medio; pero la sub dimensión ira muestra un nivel bajo de agresividad.

Molero, (2017), en su investigación *“Niveles de agresividad en estudiantes del tercer año de secundaria de la Institución Educativa Particular Trilce Villa el Salvador, Lima 2017;* una investigación de tipo aplicada – descriptiva no experimental, cuyo objetivo fue determinar el nivel de agresividad de escolares de tercer año de secundaria de la Institución Educativa Particular Trilce Villa el Salvador, a quienes evaluó mediante el Cuestionario de Agresividad (AQ) de Buss y Perry (1992), adaptado a la realidad peruana concluye que el 37% de los evaluados presentó un nivel medio de agresividad, el 29% un nivel alto y el 12% un nivel muy alto de agresividad, de acuerdo a la investigación se evidencia que aproximadamente el 78% de los alumnos evaluados poseen agresividad desde un nivel medio con tendencia a niveles altos y muy altos.

Local

En el ámbito local, Jibaja (2019), en su investigación no experimental-descriptivo denominada “Agresividad en adolescentes infractores en proceso de reinserción de un Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación de Chiclayo, 2016”, determinó que los niveles de agresividad que presentaron los adolescentes en la población de estudio fueron alto y medio con 34, 5 % cada uno, siendo que 50 % de la población buscaba infringir daño a los demás o a sí mismo. Según menciona, esto podría deberse a una sobrepoblación de internos generando conflictos entre compañeros donde la escasa tolerancia y la falta de manejo de emociones generarían conductas agresivas, tanto físicas, verbales, hostiles y de ira; sumado a una disfuncionalidad familiar, padres recluidos en una institución penitenciaria, consumo de sustancias entre otros factores. Asimismo, respecto a las dimensiones de agresividad menciona los siguientes resultados: agresividad física predomina el nivel alto lo que representa el 36,9 %; en la dimensión agresividad verbal lo posee el nivel medio con 34,5 %; en la dimensión ira el nivel alto con 33,3 % y en la dimensión hostilidad el 35,7 % se ubica en el nivel medio.

Por otro lado, Diaz y Saavedra (2021), en su investigación denominada “Estilos de crianza y agresividad en estudiantes de instituciones educativas públicas del distrito de José Leonardo Ortiz – Chiclayo 2021”, quienes utilizaron un diseño correlacional no experimental de corte transversal con una muestra de 315 estudiantes; obtuvieron como resultado de la evaluación, una asociación significativa entre las variables estudiadas, estilos de crianza y agresividad. Respecto a los niveles de agresividad en la población de estudio, determinaron que el 50.8% presentó un nivel de agresividad medio, siendo la dimensión agresividad verbal

la que predominó con un 57.5%. Asimismo, concluyen diciendo que el estilo de crianza autoritario se encontró de forma predominante en la población de estudio, hallando relación directa con la variable agresividad; infiriendo que el comportamiento agresivo de los adolescentes estará determinado por la crianza de los progenitores.

Cubas, y Morales (2022), realizaron un “Programa cognitivo conductual para disminuir la agresividad en adolescentes de una institución educativa Ferreñafe, 2022”; un estudio cuantitativo de diseño preexperimental a fin de determinar la eficacia de un programa cognitivo conductual en la disminución de la agresividad en adolescentes de una institución educativa. La muestra de estudio estuvo conformada por adolescentes entre 15 y 17 años de edad, evaluados mediante el cuestionario de agresión (AQ) de Buss y Perry, adaptado a la realidad peruana. Refiere en los resultados de su investigación, haber encontrado un nivel medio de agresividad y finalmente, tras la aplicación del programa cognitivo conductual, que estuvo estructurada en 16 sesiones, obtuvo que la agresividad disminuyó de 23,44% a un 9,56% indicando así, que dicho proyecto tuvo efectividad en la población.

Mego (2019) realizó una “Propuesta de un programa de terapia Cognitivo Conductual para disminuir agresividad en adolescentes de una institución educativa en Ferreñafe”; tras determinar los niveles de agresividad en esta población en el año 2019. Dicha investigación fue no experimental, transversal, diseño descriptivo propositivo. La muestra probabilística fue de 272 estudiantes del nivel secundaria, de ambos sexos a quienes se les aplicó el Cuestionario de Agresión (AQ) de Buss y Perry (1992) adaptado al medio local. Los resultados obtenidos en dicha investigación fue que el 67% de los estudiantes presentaron niveles elevados de agresividad, sobre todo en las dimensiones agresividad física y verbal con 58 % y 80% de la muestra, respectivamente. A partir de estos resultados Mego realiza la propuesta como solución ante la problemática encontrada, a través de 16 sesiones buscando disminuir los índices de agresividad a través de la terapia cognitiva conductual.

Finalmente, Ignacio (2019) realizó una propuesta de programa de conducta mental, a fin de reducir formas de conducta contundente (agresividad) en jóvenes que infractores de un Servicio de Orientación al adolescente en la ciudad de Chiclayo en el año 2017. La población de trabajo fue conformada por 82 adolescentes con participación voluntaria, a quienes se les aplicó el instrumento de medición Agresividad (AQ) de Buss y Perry. Investigación no experimental, inconfundible, proposicional y transversal. Las conclusiones de dicha investigación, determinan que, en la población estudiada, se identificó la presencia de conducta contundente a nivel medio en un 66% de jóvenes evaluados, mientras que el 33%

presentaron un nivel alto de comportamiento contundente, finalmente existe presencia del 1% con niveles bajos de agresividad. Respecto a las dimensiones de estudio se encontraron en un nivel medio. Finalmente, la autora de la investigación en concordancia con otras investigaciones, menciona que los jóvenes acogidos mediante programas psicoterapéuticos, evidencian mejores métodos para modificar formas contundentes de comportamiento, logrando un mejor desempeño social y mejora en sus vínculos relacionales.

1.2 Bases teóricas

1.2.1 Agresividad

Buss y Perry (1992) definen la agresividad como una respuesta constante y permanente, la cual representa la particularidad del individuo; y se da con el fin de dañar a otra persona. (como se citó en Tintaya 2017). Es un fenómeno multicausal y multidimensional en el que intervienen factores biológicos, individuales y sociales. (Silva, 2014 como se citó en Jibaja, 2019).

A través de la conducta agresiva, se busca conseguir algo, o bien intimidar, o coaccionar a alguien tratando de manifestar sobre el otro poder y dominio. (Martín, 2020).

Por otro lado, Matalinares et al. (2012), manifiesta que la agresividad suele ser concebida como una respuesta adaptativa que forma parte de las estrategias de afrontamiento de los seres humanos a las amenazas externas.

En torno a lo mencionado, se conceptualiza la agresividad como toda respuesta nociva que puede ocasionar daño al objeto de la agresión, sea este un daño físico o psicológico. Asimismo, las causas de la agresividad son diversas y no responden a un sólo factor, por lo que las intervenciones terapéuticas, deben considerar estos múltiples factores en pro de la recuperación o prevención de la agresividad. Es importante puntualizar que, la agresividad, también cumple una función adaptativa en tanto permita eliminar o superar cualquier amenaza contra la integridad personal, en una lucha en defensa propia, la agresividad como tal, es un recurso que permite la supervivencia.

1.2.2 Dimensiones según Buss y Perry

La agresividad, según la definición de Buss y Perry (1992), hace referencia a que puede manifestarse de forma física y verbal, y que estas, estarían acompañadas por la ira y la hostilidad; conformando las dimensiones de la agresividad según los autores en mención.

Agresividad Física

Buss menciona que este tipo de agresión, se da a través de ataques dirigidos a ciertas partes del cuerpo (brazos, piernas, dientes, etc.) o por el empleo de armas (cuchillos, revólver, etc.) con el propósito de herir o perjudicar a otras personas (Buss & Perry, 1992, como se citó en Matalinares, et al. 2012). Este tipo de agresión se produce por contacto directo con los adversarios, e implica un ataque a un organismo mediante conductas motoras y acciones físicas, lo cual acarrea daños corporales. (Mate, 2018). Las agresiones físicas son habilidades que permiten utilizar otros recursos para conseguir lo que se desea, se evidencia esta clase de agresión sobretodo en la adolescencia (Ocaña y Rodríguez, 2011 como se citó en Jibaja, 20109), y se produciría con más frecuencia en hombres. (Buss y Shackelford, 1997; Card, et al. 2008; Ostrov y Crick, 2007; Shope, et al. 1978; Toldos, 2005 como se citó en Mate, 2018).

En torno a lo mencionado, la agresividad física tiene la intención clara de causar un daño a nivel corpóreo o material mediante golpes, empujones y otras formas de agravio físico; ya que puede estar dirigido a una persona u objeto. Se utiliza esta respuesta como un medio para obtener lo que se pretende mediante el uso de la fuerza. Se dice que este tipo de comportamiento es más frecuente en la etapa de la adolescencia, donde se observa un mayor nivel de impulsividad. Se asocia más a un comportamiento masculino, debido a las características evolutivas del mismo, en donde el perfil competitivo del varón, juega un rol fundamental en la materialización de la agresividad.

Agresividad Verbal

Buss, conceptualiza a la agresión verbal como “El componente motor de la agresión el cual se da a través de una acción negativa expresada en estilo y contenido de la palabra” (Buss & Perry, 1992, como se citó en Tintaya, 2017). En tal sentido, Espinoza (2019) refiere que el comportamiento verbal agresivo se distingue por la forma imperativa e inapropiada con que el sujeto defiende sus derechos y trata de imponer, a la fuerza, sus puntos de vista, sentimientos e ideas. Siendo una conducta perjudicial y destructiva que socialmente es definida como agresiva a través de un lenguaje soez y ofensivo que lastima al agredido. (Bandura, 1975 como se citó en Espinoza, 2019).

Toda conducta agresiva verbal está caracterizada por el agravio a un tercero mediante el uso de la palabra, resultando socialmente inapropiado, ya que usualmente están cargadas de insultos, amenazas, discusiones desproporcionadas que tienen como finalidad la defensa del propio sentir y pensar, superpuesto a la del receptor generándole un perjuicio.

Hostilidad

Buss (1961 como se citó en Jibaja 2019) señala que la hostilidad, hace referencia a la evaluación negativa acerca de las personas y las cosas; abarca los sentimientos de suspicacia e injusticia hacia los demás y representa el componente cognitivo de la agresión, (Buss, 1961, como se citó en Matalinares 2012) a menudo va acompañada de un claro deseo de hacerles daño o agredirlos (Kaufmann, 1970). La hostilidad se ve acompañada de una actitud de resentimiento que incluye respuestas tanto verbales como motoras. (Archer, 2004 como se citó en Mate, 2018). Asimismo, Spilberg et al. (1983, citado por Matalinares et al, 2012) menciona que un individuo hostil regularmente realiza evaluaciones negativas de y hacia los demás, manifestando desprecio o disgusto global por muchas personas.

La hostilidad constituye pues, la predisposición cognitiva negativa hacia el objetivo de la agresión, a la que el sujeto agresor evalúa como amenaza, despertando en éste el deseo de atacar y causar daño de forma física o verbal al sentirse inseguro sobre la bondad de las intenciones del otro, mostrando desprecio o resentimiento hacia los demás.

Ira

La ira es pues, una emoción básica que se manifiesta cuando un organismo se ve impedido en la consecución de una meta o en la satisfacción de una necesidad. (Izard 1977, como se citó en Mate, 2018) La ira implica sentimientos de enojo o enfado de intensidad variable (Spielberger, Jacobs, Rusell, y Crane, 1983 como se citó en Matalinares et al. 2012); usualmente, podría estar acompañada por la excitación del sistema nervioso autónomo, tales como el aumento en la frecuencia cardiaca, la transpiración y las distorsiones cognitivas (Ramírez et al. 2015, como se citó en Mate, 2018).

La ira es una emoción básica que podría resultar desagradable, que surge como resultado de la percepción individual de amenaza. Al ser una emoción básica, cumple también con una función adaptativa de autodefensa; sin embargo, al ser una respuesta subjetiva, puede buscar intencionalmente causar daño físico o psicológico ante una falsa percepción de amenaza, dependiendo únicamente de la personalidad de quien lo vivencia experimentando cambios fisiológicos como la sudoración, enrojecimiento facial, incremento de la frecuencia cardiaca.

1.2.3 Teorías de la agresividad

A continuación, se clasifica las teorías psicológicas de la agresión según Karl Mackal (1983).

Teoría Etológica de la agresión:

Esta teoría considera la agresión como una reacción impulsiva e innata, alojada en el nivel inconsciente, casi fisiológico. Defiende que la agresión es espontánea y no conlleva ningún placer; siendo una teoría avalada por etólogos y psicoanalistas. (Martin, 2020). Para Freud (s.f, citado por Martín, 2020) existen dos clases distintas de instintos: el instinto sexual y el instinto agresivo, que tiende a la destrucción. Además, las teorías psicoanalíticas hablan de agresión activa (deseo de herir o de dominar) y de pasividad (deseo de ser dominado, herido o destruido). No pueden explicar los fines específicos del impulso agresivo, pero si distinguen distintos grados de descarga o tensión agresiva. (Fagoaga y Sánchez 2011)

Bovet (1923) expuso que el instinto agresivo es latente entre los 9 y los 12 años, aflora con virulencia entre los 14 y 19 años, dominando totalmente al adolescente. También trabajó con la hipótesis de que los chicos son mucho más agresivos que las chicas. (como se citó en Martin, 2020).

Bajo esta perspectiva, la agresividad en su estado natural, sería una reacción innata que permite la adaptación y supervivencia del individuo; concluyendo que la agresividad es un instinto que se encuentra en el interior del ser humano desde siempre jugando un rol fundamental; sin embargo, esto podría situar en una posición pasiva al ser humano, quien justificaría bajo esta corriente cualquier conducta agresiva.

Teoría clásica del dolor:

Instintivamente tendemos a aceptar lo bueno y rechazar lo que no es placentero, y que el dolor es razón suficiente para desencadenar la agresión en los individuos (Hull, 1943 y Pavlov, 1963, como se citó en Martín 2020).

A esto, Martín (2020) menciona que el hombre siempre trata de reducir al mínimo el dolor cuando se le presentan situaciones difíciles y adversas desencadenándose en él una respuesta agresiva frente al ser que le ataca, o sea, previendo el dolor que se avecina, siendo este un modo de anticiparse a cualquier conato de dolor.

El ser humano a lo largo de la historia, le ha dado una connotación negativa al dolor, por cuanto trata de evitarlo de muchas formas; ante la posibilidad de vivenciar cualquier situación de dolor, realiza una acción adelantada, pudiendo resultar en una conducta agresiva, con el fin de preservar su integridad.

Teoría de la Frustración:

Dollard et al. (1938) ponen de relieve que una de las consecuencias más directas de la frustración es la conducta agresiva. (como se citó en Martín 2020). Es pues, la frustración, la manera en que nos sentimos cuando algo o alguien nos impiden obtener lo que queremos o deseamos obtener en una situación. Cuando un individuo se frustra porque no consigue el objetivo o la recompensa que desea, la respuesta más habitual ante esa frustración es la conducta agresiva (Mate, 2018).

Según lo citado, la teoría de la frustración hace referencia a que, ante una situación donde las expectativas no son satisfechas, la reacción más habitual desencadena en una conducta agresiva frente al sentimiento de bloqueo percibido por una persona en situaciones determinadas. Sin embargo, es importante recalcar que la agresividad no es una respuesta saludable ante una situación frustrante, algunas personas con mejores habilidades de respuesta y tolerancia, logran respuestas socialmente aceptables. A esto, Carrasco y Gonzales. (2006) menciona que cuando los sujetos desarrollan formas alternativas a la agresión, tales como escapar de la situación, alcanzar metas alternativas o superar los obstáculos, la tendencia agresiva queda inhibida.

Teoría social de la agresión

Bandura, (1986) refiere que este enfoque vincula el aprendizaje de ciertas conductas a través de la observación de las mismas, quebrando el mito que teóricos previos habían mantenido, señalando que los patrones de comportamiento eran netamente biológicos (como se citó en Mego 2019). A esto, Martín (2020), mencionaría que “una sociedad agresiva determina de forma coactiva conductas individualizadas agresivas”; siendo recepcionadas en el contexto social, aprendidas y ratificadas con las recompensas que reciben del mismo medio en el que se desenvuelve. Existe un acto de imitación de estos comportamientos los cuales son permanentes en el tiempo y son enseñados a generaciones futuras. (Mego 2019). En conclusión, se podría decir que las conductas agresivas se aprenden en gran parte por observación, y se van perfeccionando a través de la practica reforzada. (Bandura s.f., como se citó en Carrasco y González (2006)

En torno a los autores mencionados, la teoría social de la agresividad, ha sido de los aportes más fundamentales y enriquecedores. Esto nos permite encontrar alternativas de intervención específicas y oportunas pues si la conducta agresiva es aprendida mediante la observación, las probabilidades de aprender habilidades prosociales existen; además de

prácticas preventivas que concienticen tanto a la familia, como a la comunidad, sobre la exposición a conductas violentas que pueden ser replicadas por sus observadores, concientizando sobre la violencia y sus efectos.

Teoría catártica de la agresión

Desde el punto de vista de la personalidad, la catarsis es una expresión espontánea de afecto anteriormente reprimido y cuya liberación es necesaria para mantener el estado de relajación adecuado (Cerezo, s.f. como se citó en Martín, 2020). Esta teoría surge del paradigma psicoanalítico, el cual considera que la catarsis es la única solución al problema de la agresividad (Fagoaga y Sánchez 2011). Cuando se produce la catarsis, la persona se siente bien, distendida y, consiguientemente, menos agresiva; sin embargo, si no existe liberación catártica, el sujeto acumulará agresividad. (Martín, 2020).

Según lo mencionado, esta teoría considera la agresividad como una forma de desahogo de la tensión negativa acumulada, cuya liberación debe ser efectiva a fin de disminuir las emociones negativas.

Teoría Bioquímica o Genética:

Martín (2020), refiere que, según esta teoría, el comportamiento agresivo es generado por una serie de procesos bioquímicos que alberga el interior del organismo donde las hormonas juegan un papel fundamental. Se ha demostrado que la noradrenalina es un agente causal de la agresión. (Cerezo, s.f. como se citó en Martín, 2020).

Tal como se ha expuesto, existen diversas posiciones relevantes sobre la explicación de la conducta agresiva en el ser humano, es un fenómeno ampliamente estudiado desde diversas aristas que aportan desde su eje de estudio. No se puede explicar el fenómeno de la agresividad desde una sola perspectiva; por el contrario, se debe recurrir a diversas posturas para un mejor entendimiento y análisis de la misma.

1.2.4 Componentes de la agresividad

El conocimiento de los componentes de la agresividad nos permite un mejor estudio del fenómeno, desde su origen, las formas de manifestación, así como el abordaje y tratamiento.

Cognitivo

Las personas que manifiestan conductas agresivas tienen un conjunto de características cognitivas que les impide o les disminuye la capacidad interpretar correctamente una situación particular. Muñoz, (2000, como se citó en Tintaya, 2017) menciona que el elemento cognitivo, hace referencia a todos los indicadores internos que posibilitan el surgimiento e incremento de diversas conductas, estas son: las ideas, pensamientos, creencias, percepciones, entre otros. A esto, Carrasco y Gonzáles (2006), agrega que, las interpretaciones del suceso activador, las valoraciones, atribuciones, ideas o creencias se vinculan entre sí; y con la memoria, los sentimientos y las reacciones expresivo-motoras de manera que pueden actuar como activadores o inhibidores de la conducta agresiva.

En virtud a lo señalado, la conducta agresiva tiene un componente a nivel del pensamiento que cumple con la función de valorar una determinada situación, y la interpretación sesgada de esta, significará el desencadenante para que se presente o no una reacción agresiva.

Emocional

Este factor está netamente ligado a las características sensitivas y el afecto, se pueden ubicar dentro de ellas las emociones, sentimientos, valores y modelos de identificación. (Muñoz, 2000 como se citó en Mego, 2019).

La probabilidad de comportarse agresivamente aumenta cuando la persona asocia agresión con poder, control, dominio y cuando tiene un fuerte sentimiento de haber sido tratada injustamente, situación que le genera gran hostilidad hacia los otros. (Muñoz, 2000). Autores como Eron, (1982); Huesmann, et al. (1983); Huesmann y Diaz (1996) mencionan que dicha hostilidad se expresa a través de la conducta agresiva que está plenamente justificada por ella. También se incrementa cuando se identifica con personas violentas y agresivas (como se citó en Muñoz 2020).

Las emociones pueden considerarse como el predictor de una posible conducta agresiva, en el sentido que la presencia de esta, en mayor o menor intensidad, incrementa la probabilidad de ocurrencia de conductas no deseadas. Estas emociones vienen como resultado de una percepción de amenaza, y traen como resultado una respuesta determinada.

Conductual

Muñoz (2000) menciona que este componente hace referencia a competencias, habilidades, destrezas, estrategias. Asimismo, cita en su investigación, a los siguientes autores:

Tras un alto consenso entre los investigadores, se dice que las personas agresivas carecen de diversas habilidades requeridas para la interacción social y para encontrar soluciones prosociales de conflictos derivados de dicha interacción. (Asher, et al., 1980; Coie y Kupersmidt, 1983; Dodge, 1983, 1985; Huesmann et al., 1984; Dishion, et al., 1984; Dodge et al. 1990; Kupersmidt y Coie, 1990).

Asher, et al. (1980) menciona que, una de las características sería los problemas para integrarse en un grupo de forma positiva, falta de imaginación y creatividad en los juegos, dificultades en la toma de perspectiva ocasionando rechazo por parte de sus pares, etc.

Se ha encontrado una relativa independencia en los efectos que el proceso educativo tiene en los anteriores componentes, así: “1) el desarrollo cognitivo y la enseñanza influyen especialmente en el componente cognitivo; 2) las actitudes que se observan en los agentes de socialización (compañeros, padres, profesores) se relacionan fundamentalmente con el componente afectivo; 3) y las experiencias específicas que se han vivido en la solución a los conflictos sociales influyen sobre todo en el componente conductual” (Díaz-Aguado, 1996, p.60).

1.2.5 Agresividad y adolescencia

Según la OMS (2020), “la adolescencia es la etapa de crecimiento y desarrollo humano que tiene lugar entre la niñez y la edad adulta, aproximadamente entre los 10 y 19 años de edad caracterizado por un ritmo acelerado de cambios biológicos y psicológicos”

El término adolescente deriva del latín “adolescere” y hace referencia al proceso de cambio, maduración y crecimiento de un individuo, que se ve reflejado en las transformaciones dentro de sus diferentes áreas de ajuste (Gaete, 2015)

La conducta agresiva en población adolescente se define como cualquier acción orientada a lesionar, dañar, perjudicar y lastimar a otro individuo a nivel físico, psicológico, verbal o relacional, influyendo negativamente en las relaciones interpersonales en entornos

académicos, familiares, laborales; teniendo consecuencias legales (Norlander y Ecckhardt, 2005 como se citó en Cepeda, 2021)

Los adolescentes agresivos impulsivos presentan problemas a la hora de mostrar habilidades sociales, así como menores niveles de comunicación y regulación emocional (López, et al. 2011, como se citó en Mate, 2018)

Buss (1969 como se citó Herrera, 2020) refiere que la agresividad está conformada por dos componentes: El actitudinal y el motriz; el primero se refiere a la predisposición y el segundo al comportamiento; el cual se deriva en varios comportamientos agresivos (físico – verbal, Ira y Hostilidad) y siendo la adolescencia un periodo del desarrollo particularmente vulnerable por la posibilidad de presentar una variedad de conductas de riesgo.

Se espera que, en la adolescencia, haya un repunte en la fuerza de las emociones; por tanto, se debe ver al adolescente como alguien que requiere ayuda y no como una persona difícil, viéndolo como víctima de su propia vulnerabilidad y sus propias circunstancias. (Train, 2004 como se citó en Jibaja, 2019).

Se sienten vulnerables en los conflictos interpersonales y están dispuestos a usar la única estrategia que conocen para solucionar los problemas, la agresión (Beck, 2003, como se citó en Mate, 2018)

Debido a los innumerables cambios a nivel físico, psicológico y social que afronta el adolescente en pleno proceso de maduración, este percibe una vivencia cognitiva confusa que puede causar inestabilidad en sus emociones, e impulsividad en sus reacciones. Buscar respuestas sobre su identidad, proyecto de vida y los diversos desafíos a nivel educativo, social y familiar pueden causar sentimientos de frustración al no sentirse capaz de cumplir con las expectativas sociales.

Perfil del adolescente infractor y la Agresividad

La delincuencia juvenil se presenta en edades que oscilan entre los 12 a 18 años que, por diversas causas de índole familiar, social, socioeconómica, educativa, han afectado de forma negativa en su desarrollo, trayendo como consecuencia la perpetración de actos delictivos que enfrentan judicialmente. (Frías, et al., 2003 como se citó en Ccopa et al. 2020)

La agresión proactiva predispondría a la violencia criminal (Pulkkinen, 1996), asociada a la delincuencia y a los problemas de la conducta disocial a lo largo del desarrollo (Vitaro et al. 2002). Así mismo, Patrick, Zempo y Lich (1998), señalaban que la verdadera psicopatía estaría más asociada con la agresión proactiva que con la reactiva. También se

denomina instrumental, premeditada o planificada, ya que se incluirían aquellos actos agresivos que intencionalmente son provocados para influir y controlar el comportamiento de los demás (Dodge et. al., 1987, citado por Mate, 2018).

Ante esto, Mate (2018) conceptualiza el tema mencionando que los agresores proactivos se inclinarían por una solución agresiva a los problemas porque esperan resultados positivos del empleo de la agresividad, sintiéndose capaces ante la expectativa de dominar a sus rivales. La agresión proactiva estaría fuertemente asociada a la delincuencia y psicopatía.

A fin de comprender, se hace necesario conceptualizar la clasificación de la agresión según su función:

Agresividad Reactiva

La agresión reactiva, está relacionado con un comportamiento de rabia impulsivo, motivado por un deseo de herir a alguien, como reacción a una frustración o provocación inmediatamente anterior. Está relacionada con dificultades para regular las emociones propias, especialmente la ira o rabia. (Crick y Grotpeter, 1995 como se citó en Herrera, 2020).

La principal motivación que subyace a este tipo comportamiento agresivo parece ser el dañar a otro, no persiguiendo ningún otro objetivo o meta concreta. (Penado, et al., 2014)

Este tipo de agresividad sería resultado de una precaria capacidad para autorregular las emociones, especialmente el de la ira; como respuesta ante a una percepción de amenaza real o percibida.

Agresividad Proactiva

La agresión proactiva es entendida como una conducta aprendida, premeditada e instrumental, fruto de un proceso de reflexión que se encuentra relacionado con variables emocionales como insensibilidad, dureza emocional, baja capacidad empática, ausencia de sentimientos de culpa y carencia de afecto (Frick et al., 2003, como se citó en Cepeda, 2021)

Por otra parte, Herrera (2020), agrega que este tipo de agresión, ha sido relacionada con la predisposición a pensar que la agresión es una manera efectiva de obtener beneficios. No tiene una clara relación con el manejo de las emociones.

La agresividad proactiva, tiene como medio el uso de la agresividad con un propósito para obtener algo, o superponerse sobre alguien; la presencia de componente emocional

como la ira, impulsividad o la hostilidad, no son necesarias; ya que diversos autores manifiestan que, quien comete este tipo de agresión, puede incluso estar calmado y calcular la situación.

Factores de riesgo de agresividad en adolescentes

Cepeda (2021), menciona que, en la etapa de la adolescencia, la exposición a diversos factores de riesgo altera la dinámica relacional de un individuo, dificulta la adaptación social del mismo y favorece la aparición de conductas de naturaleza antisocial.

Estos factores de riesgo hacen referencia a los aspectos individuales y del contexto que incrementan la posibilidad de aparición de la conducta antisocial. La conducta delictiva puede considerarse una conducta de riesgo, como el resultado sobre el comportamiento que tienen dichos factores (Schonert-Reichl, 2000 como se citó en Cepeda, 2021).

Defez (2017) refiere que, la criminalidad es la sumatoria de diversos factores sociales y psicológicos (...). Factores que afectan principalmente en la pubertad como los personales, familiares, colegiales, los sociales y comunitarios. Ante la crisis de estos factores, o su ausencia el joven vivencia una falta de proyecto de vida e incapacidad de adaptarse al contexto en el que se desenvuelven. (como se citó en Ccopa et al. 2020).

Según lo mencionado, los factores de riesgo incrementan la probabilidad de ocurrencia de cualquier fenómeno determinado; aunque no son una certeza de que ocurra, las posibilidades de que acontezcan son mayores. Respecto a la conducta agresiva en los adolescentes, se consideran los siguientes en consenso con diversos autores

Familiares

Patterson y Ramsay (1989) sugieren que los factores familiares que predisponen un alto nivel de agresión son: falta de cariño entre los miembros, violencia física dentro de la familia y falta de normas de conducta claras y constantes. Otra interpretación mantiene que los padres de niños socialmente agresivos emplean técnicas inadecuadas para su control. (como se citó en Herrera, 2020).

Torres, Salazar, Reynaldos, Figueroa y Araiza (2011) resaltan que el entorno familiar es el mejor sistema de control y formación tanto moral como ética, ya que es en el hogar donde se remarcen las conductas inadecuadas relacionadas con el crimen y otros actos delictivos. (Ccopa et al., 2021).

La familia debería suponer un factor protector para la población infantojuvenil, sin embargo, muchas veces representa un factor de riesgo que amenaza al correcto desarrollo integral de sus miembros. Según literatura revisada, muchos de los adolescentes en conflicto con la ley penal, proceden de familias disfuncionales y desestructuradas, donde la interacción violenta es una realidad agobiante. Muchas investigaciones relacionadas con el clima social familiar en la población de jóvenes delincuentes, concuerdan que estos provienen de familiar negligentes, permisivos.

Personales

Se consideran las condiciones individuales que se relacionan con la afectividad ya que el sujeto, al satisfacer sus necesidades básicas, desarrolla aspectos psicológicos positivos en la formación integral de su personalidad. (Ccopa et al., 2021).

Olweus (1979) describe al agresor como un muchacho con temperamento agresivo e impulsivo. De lo que se recoge que los agresores suelen tener deficiencias en habilidades sociales para comunicar y negociar sus deseos. (como se citó en Herrera, 2020)

Estos factores se relacionan con los recursos individuales del adolescente, es decir personalidad, la misma que engloba un componente cognitivo, emocional y comportamental que ayudará o no en su ajuste social mediante conductas funcionales o prosociales.

Factores socioeconómicos:

Para González (2015), estos factores se relacionan con la convivencia misma que marca y modela su personalidad, ya que de crecer en un ambiente socioeconómico precario y violento, posibilita el aprendizaje de una conducta delictiva y una inadecuada normalización de la delincuencia y la agresividad en el duro afán de sobrevivencia. Esto se patentiza en los altos niveles de criminalidad en ambientes socioeconómicos bajos. (Ccopa et al., 2021).

Factores educativos

Sanabria y Uribe (2010 como se citó en Ccopa et al., 2021) manifiestan que el colegio es el otro gran impulso de socialización en nuestra sociedad. Allí los menores se forman de manera integral, adoptando conductas y actitudes producto no solo de la doctrina impartida en aulas, sino de comportamientos aprendidos en la práctica constante que aseguran la convivencia en paz.

Romera (2011) manifiesta que la violencia en los colegios es un tema que cada día cobra más relevancia, en ella concurren estudiantes con distintos patrones de crianza y muchos provenientes de familias en situaciones de desplazamiento, lo que lleva a enfrentamientos (...) todas estas diferencias, pueden ser generadoras de situaciones conflictivas entre los estudiantes. (como se citó en Herrera, 2020)

Factores sociales

Hernández (2015) refiere que son aquellos condicionamientos del entorno o medio que pueden originar cambios en sus miembros, por ejemplo, en un ambiente de convulsión social, su juventud también manifiesta un alto grado de violencia y delincuencia. (como se citó en Ccopa et al., 2021)

1.3 Programa

1.2.2.1. Definición

Un programa implica la secuencia de una serie de procesos para actuar sobre un tema determinado, la finalidad de esta herramienta es atacar de manera directa la problemática identificada. (Veláz, 2016, como se citó en Mego, 2019)

Es necesario recordar que la construcción de este programa tiene carácter científico, pues existen bases teóricas para el empleo de las diversas estrategias que se utilizarán para la mejora permanente de las personas que serán intervenidas. (Caballo, Salazar & Garrido, 2014, citado por Mego, 2019).

Por otro lado, Moreno y Utría (2019) refiere que un programa corresponde a una totalidad sistemática y organizada de proyectos con un objetivo, una población específica y con un tiempo determinado, que se deriva inicialmente de un plan. Siendo esta última definición, acogida para los fines de la presente investigación.

Basado en los autores revisados, un programa es un conjunto de proyectos ordenados e interrelacionados entre sí que responden a un objetivo, como resultado de una realidad problemática al que se busca dar alternativas de solución,

1.3.1 Programa Cognitivo Conductual

Mego (2019) en su investigación, manifiesta que un Programa Cognitivo Conductual, es un conjunto de sesiones ordenadas y coherentes que implican la concretización de ideas referentes al cambio de la conducta a través de modificaciones en el pensamiento de los individuos. La finalidad de esta herramienta es atacar de manera directa la problemática, a través de sesiones de índole cognitivo conductual.

Ignacio (2019) tras su investigación y conclusiones teóricas recopiladas finalmente consigna que, los jóvenes incluidos en programas psicoterapéuticos, como los del modelo cognitivo conductual, evidencian mejores métodos para modificar formas contundentes de comportamiento, logrando un mejor desempeño social y mejora en sus vínculos relacionales.

En torno a las teorías revisadas, se concluye que, la efectividad de los programas basados en el paradigma cognitivo conductual, han sido ampliamente probadas, debido al sustento teórico y empírico que indica que los pensamientos juegan un rol fundamental en el comportamiento y emociones del ser humano. Al referir que la conducta es aprendida, se puede inferir que es posible instalar nuevas formas de comportamiento, así como la erradicación de las mismas.

1.3.2 Paradigma Cognitivo conductual

La literatura universal, en torno al paradigma Cognitivo Conductual, manifiesta Plaud, (2001, como se citó en Díaz, et al., 2012), entre otros que, ésta puede ser definida como la aplicación de la ciencia de la psicología fundamentada en principios y procedimientos válidos empíricamente. Díaz, et al.; (2012) refiere que, desde hace aproximadamente cinco décadas, la terapia Cognitivo Conductual (TCC) se adhiere y fundamenta fuertemente a los principios del aprendizaje, ampliándose las teorías más allá del condicionamiento para así considerar el comportamiento humano mediante factores y modelos diversos como la psicología evolutiva, social, cognitiva y demás.

Diversos autores manifiestan que el nacimiento del paradigma CC, tiene sus raíces en el paradigma conductual que surge sobre los años cincuenta como una alternativa al paradigma psicoanalítico, quien atribuía el comportamiento humano a condiciones internas definidas en etapas tempranas; por ello, el paradigma Conductual manifestaba que toda conducta es aprendida y está sujeta a modificación en base a los principios del aprendizaje. De este modo, en lugar de indagar acerca de posibles conflictos y estructuras subyacentes se centraron en la conducta observable y el entorno en el que surge (Díaz, 2012.), en este principio, el aporte de Albert Bandura (1977), cobra un valor relevante al mencionar que la terapia del aprendizaje social, introduce nuevos patrones de conducta aprendida mediante la observación, contribuyendo al modelo cognitivo y orientando al modelamiento participativo de la conducta. (Hernández y Sánchez, 2007).

Por otro lado, en el plano de las emociones, Richard Lazarus (1966, como se citó en Hernández y Sánchez, 2007) propuso que el cambio en los pensamientos era provocado por la emoción que, a su vez, provocaba también el cambio comportamental.

Continuando con Hernández y Sánchez (2007) indican que, el modelo cognitivo-conductual propuesto por Beck y Ellis es considerado un método de colaboración eficaz que parte desde el supuesto de que, el paciente cambia de manera de pensar más rápidamente si la causa del cambio proviene de su propia introspección.

El paradigma CC como modelo de intervención, ha mostrado su real eficacia en el tratamiento de los pacientes mediante cambios trascendentales en torno a su forma de pensar, sentir y posteriormente actuar, situando al sujeto como una persona activa en proceso del cambio, tomando conciencia sobre sus propios procesos internos como las cogniciones, sus afectos y comportamiento percibiendo activamente el papel de su entorno social.

1.3.3 Terapias Cognitivo Conductuales

Mañas (2007, como se citó en Carranza, 2022) menciona que el enfoque de Terapias Cognitivo - Conductuales, comenzó considerando los pensamientos o cogniciones como la causa directa del comportamiento, convirtiendo esto en el principal objetivo en el proceso de intervención. Así como las cogniciones serían la causa del comportamiento, acarreado finalmente las emociones.

Por otro lado, Mego (2018) indica que la terapia cognitiva conductual aporta, desde sus conceptos teóricos que, el manejo, la interpretación, la intervención y predicción de los sucesos constituyen un factor sustancial en la modificación, no solo externo, sino también aquellos factores internos cognitivos y cognoscitivos.

Terapia racional emotiva de Ellis

Hernández y Sánchez (2017), manifiestan que Albert Ellis (1962), mediante la Terapia Racional Emotiva (TRE), es uno de los pioneros de los principios de la terapia cognitivo conductual, favoreciendo así su desarrollo a lo largo de los tiempos. En torno a esto, se dice que la terapia racional emotiva-conductual, sostiene que los individuos adoptan esquemas cognitivos logrando tener control sobre sus pensamientos y acciones en el proceso de interacción; siendo este uno de los objetivos, lograr que los pacientes identifiquen, describan y comuniquen sobre sus disfunciones cognitivas a fin de reconocerlos como irracionales.

En la misma línea, Ellis (1962) parte del supuesto de que el sujeto puede reemplazar sus pensamientos irracionales por otros más apropiados y razonables y de este modo resolver las dificultades emocionales y conductuales. Años más tarde, Ellis (1980) agrega que la percepción y conducta del individuo se ve influenciada por sus creencias pudiendo ser distorsionadas e influyendo automáticamente en la visión que tenga de la realidad basado sus creencias irracionales. (como se citó en Jaime, 2019.).

Becoña y Oblitas (1997, como se citó en Carranza, 2022), mencionan que la Terapia Racional Emotiva de Ellis (TRE) basada en el esquema ABC, implementadas para trastornos, o problemas psicológicos; donde A: es el evento estimulante, B: pensamientos racionales o irracionales la cual desemboca en C: comportamiento o los sentimientos que se producirá. La intervención de este modelo se centrará en “B” buscando la modificación de las creencias irracionales, a fin de lograr un cambio en su manera de percibir su realidad.

Finalmente, Beck (1983) la define como "un abordaje activo, directivo, de tiempo limitado y estructurado, utilizado para tratar distintos trastornos psiquiátricos", esta modalidad terapéutica permite una atención oportuna y efectiva, partiendo de la intervención de distorsiones cognitivas que preceden y originan comportamientos inapropiados (como se citó en Jaime, 2019)

1.3.4 Técnicas Cognitivo Conductuales

Dentro de las estrategias más utilizadas en el tratamiento de agresividad en adolescentes basada en el paradigma cognitivo conductual, tenemos las siguientes:

Reestructuración cognitiva

La reestructuración cognitiva según Yapko (2006), consiste en una serie de técnicas que permiten al individuo una mejor percepción de la realidad mediante la comprensión de las cogniciones. Por otro lado, Jaime (2019) menciona que es un conjunto de estrategias que permite al individuo un entendimiento más adaptado del mundo que lo rodea. Se busca que sea consciente de los errores o distorsiones mentales que comete y los transforme a pensamientos más adaptativos.

A través de esta técnica, se busca que los adolescentes logren conciencia sobre sus pensamientos negativos o distorsiones cognitivas que preceden a un comportamiento negativo, a fin de modificarlos por pensamientos positivos que favorezcan su adaptación y un mejor desenvolvimiento social. La modificación del pensamiento, colaborará directamente con las emociones y la conducta ejecutada frente a cualquier situación que se presente.

Autoinstrucciones

Se basa en la modificación de aquellas autoinstrucciones desadaptativas que acompañan la conducta agresiva y la instauración de autoinstrucciones más positivas y adaptativas que sustituyan a las anteriores. (Gonzales y Carrasco, 2006).

El aporte de Aguilar (2017), indica que el entrenamiento en autoinstrucciones resulta ser generadora espontánea de estrategias y mediaciones a utilizar en la guía y control del comportamiento, o el autocontrol.

En consenso con diversas teorías, se dice que las autoinstrucciones, resulta ser una técnica efectiva en proceso de modificación de verbalizaciones internas que una

persona puede utilizar antes, durante o después de enfrentarse a cualquier suceso desagradable o contrario al esperado que puedan causar respuestas agresivas por autoverbalizaciones más adaptativos o socialmente aceptados, fomentando así la autorregulación.

Meichenbau y Goodman (como se citó en Cáceres, 2015) realizaron el proceso de entrenamiento en la técnica de autoinstrucciones, considerando los siguientes pasos:

- *Modelado cognitivo*: el facilitador, responsable de realizar el programa, realizará la tarea de darse instrucciones concretas de modo previo, ejecutando así cada paso frente a los adolescentes.
- *Modelado cognitivo participante*: en este paso el adolescente, tras ver el modelo previamente expuesto, ejecuta la tarea con la ayuda del facilitador quien le da las instrucciones en voz alta.
- *Autoinstrucciones en voz alta*: el adolescente se da las instrucciones en voz alta, previo a realizar la tarea. Se dará la indicación que debe terminar de decir las instrucciones para luego ejecutar la tarea, y así instaurar el pensamiento y la planificación antes de su ejecución.
- *Desvanecimiento de las autoinstrucciones en voz baja*: el adolescente realizará las autoinstrucciones susurrándose antes de ejecutar la tarea.
- *Autoinstrucciones encubiertas*: finalmente, el adolescente ejecuta la tarea tras darse a sí mismo las instrucciones internamente.

Autocontrol

Es una intervención destinada a lograr la autorregulación de la conducta del adolescente mediante la autoobservación, autoinstrucciones, autorreforzamiento y estrategias de autorregulación de la activación fisiológica. Esto último, a través del entrenamiento en técnicas de respiración y relajación. En este entrenamiento se enseña al sujeto a atender y percibir correctamente las claves fisiológicas que indican el comienzo de la ira y la agresividad. (Gonzales y Carrasco, 2006).

A través del uso de la técnica cognitivo conductual denominado autocontrol, se busca lograr que el adolescente autorregule su propio comportamiento con tendencia a la agresividad mediante un proceso de introspección, verbalizaciones internas

positivas autorregulación de activación fisiológica y feedback positivos a sí mismo, con el fin de reforzar el comportamiento prosocial deseado.

Habilidades de afrontamiento, resolución de Conflictos

Este entrenamiento pretende fortalecer las habilidades para solucionar problemas interpersonales y evitar conflictos y el consecuente riesgo de conductas violentas. Dentro de este entrenamiento se incluyen estrategias específicas, tales como entrenamiento en; modelado y reforzamiento de conductas prosociales como respuesta a las situaciones. En este tipo de intervenciones, el terapeuta tiene un rol activo modelando los procesos cognitivos, haciendo manifestaciones verbales, dando feedback, etc. (Gonzales y Carrasco, 2006)

Al respecto, Jaime (2019) menciona que esta técnica tiene como objetivo principal la solución de conflictos mediante respuestas acertada, o prosociales, en lugar de una respuesta impulsiva; es decir, ayuda al sujeto a reconocer la situación problemática en el momento que se presenta, inhibiendo la respuesta impulsiva mediante una amplia gama de posibles respuestas tratando de encontrar las más adecuada.

Por otro lado, Aguilar (2017) manifiesta que esta técnica tiene como objetivo enseñar al individuo habilidades generales que permitan la identificación de una situación problemática, así como a seleccionar las estrategias que propicien su resolución, mediante la exploración de posibles respuestas y sus consecuencias.

Mediante esta técnica, se busca entrenar al adolescente en estrategias para la resolución de problemas, a fin de evitar una respuesta precipitada que pueda desencadenar en un comportamiento agresivo. Esto será posible con el uso de técnicas tales como el modelado, el juego de roles y reforzamiento positivo. Se pretende que el adolescente, sea capaz de realizar una correcta interpretación de la situación, mediante alternativas de respuesta más adecuadas que promuevan un adecuado desenvolvimiento social. Andreu (2009 como se citó en Roncero, 2018), menciona que los menores infractores con un patrón de elevada agresión proactiva, presentaron mayor número de experiencias de éxito al utilizar estrategias de solución de problemas, incidiendo con esto, en la efectividad de la técnica.

Entrenamiento en HHSS.

Contini (2015), manifiesta que el entrenamiento en habilidades sociales en casos de agresividad, resulta muy útil, ya que la presencia de esta variable, está asociado a déficits de conductas prosociales; siendo pues, el uso de esta técnica uno de los componentes más efectivos en el tratamiento de reducción de conductas agresivas. Al respecto de esta técnica, Elder, Edelstein y Narick (1979, como se citó en Gonzales y Carrasco, 2006) quienes la utilizaron con eficacia en población de adolescentes delincuentes, en contextos donde los sujetos presentaron conductas agresivas, evidenciando mejoras en sus habilidades de interacción social posterior a la aplicación de la técnica en mención. A través de la técnica, se busca promover el desarrollo de las habilidades de respuestas sociales adecuadas. Ésta partiría de dos premisas: a). El entendimiento de las conductas agresivas como el resultado de una falta de habilidad para actuar en situaciones de conflicto y b). influencia de los pares. Dentro de este entrenamiento de habilidades sociales, se suelen usar las siguientes estrategias específicas:

Modelado

Mediante esta técnica del modelado lo que se busca es que el adolescente aprenda una conducta determinada por medio de la imitación. El objetivo es que el adolescente realice la modificación de su conducta y/o pensamiento dotándole de herramientas de afrontamiento. (Porras, 2022)

Caballo y Simón (2002, como se citó en Contini, 2015) refieren que a través de la técnica del modelado se brinda al adolescente repertorios alternativos de respuesta que compiten con la agresividad siendo muy eficaz; ya que propicia el reforzamiento o construcción de un nuevo repertorio conductual, además de debilitar el comportamiento no deseado.

Role playing.

Jaime (2019) en su investigación, menciona que esta técnica consiste en la representación que realiza el adolescente respecto a la destreza o comportamiento a adquirir; en un contexto simulado, controlado y estructurado, permitiéndole adquirir confianza y seguridad, reduciendo la posibilidad de fracaso a fin de incorporar

habilidades adiestradas a su repertorio conductual y ponerlas en práctica en situaciones reales.

En base a las actualizaciones teóricas respecto a programas de intervención en adolescentes agresivos, se menciona que el entrenamiento en habilidades sociales o prosociales, así como la modificación de sus cogniciones, son fundamentales para la reforma del comportamiento, mostrando evidencia de la eficacia de dichas intervenciones; invitando así, a mayores investigaciones que promuevan el adiestramiento en habilidades sociales mediante las técnicas mencionadas, entre otras.

Relajación.

Se dice que, antes de presentarse un comportamiento agresivo, puede existir una emoción específica que lleva al adolescente a responder de manera disruptiva, siendo de gran utilidad el uso de las técnicas de relajación pues ayudan a controlar el estado afectivo frente a una situación que sea interpretada como amenazante, evitando así responder de forma agresiva. (Contini, 2015).

Con estas técnicas se busca que el adolescente aprenda a gestionar las sensaciones corporales y mentales. El modo más habitual y sencillo de aplicarlas es siendo imitado; respirando de forma consciente, profunda y pausada, tratando de soltar las tensiones musculares en el cuerpo. (Porrás, 2022).

Mediante la técnica de relajación, se pretende instaurar en el adolescente con comportamiento agresivo, la habilidad para controlar sus propios niveles de activación sin ayuda de un agente externo, toda vez que identifiquen una situación como amenazante, que tenga como resultado, un posible comportamiento agresivo.

1.4 Definiciones conceptuales

Agresividad: Buss y Perry (1992) refieren que es una respuesta constante y permanente, que representa la característica del individuo; y se da con la intención de dañar a otra persona. Esta agresividad se puede manifestar de dos formas física y verbalmente; los cuales irán acompañadas por dos emociones la ira y la hostilidad.

Programa Cognitivo Conductual: Mego (2019) menciona que es un conjunto de sesiones ordenadas y coherentes que busca el cambio de la conducta a través de modificaciones en el pensamiento de los individuos. Se enfrenta de manera directa la problemática, a través de sesiones de índole cognitivo conductual.

1.5 Definición y Operacionalización de Variables

Tabla 1

Definición y operacionalización de variables Programa Cognitivo conductual y Agresividad.

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
PROGRAMA COGNITIVO CONDUCTUAL	El Programa Cognitivo Conductual, es un conjunto de sesiones ordenadas y coherentes que busca el cambio de la conducta a través de modificaciones en el pensamiento de los individuos. Se enfrenta de manera directa la problemática, a través de sesiones de índole cognitivo conductual. (Mego, 2019)	El programa cognitivo conductual, basado en el paradigma CC, es un conjunto de proyectos ordenados e interrelacionados entre sí que responden a un objetivo, como resultado de una realidad problemática al que se busca dar alternativas de solución.	Diseño del programa.	Análisis del contexto	Nominal
				Identificación de necesidades	
				Formulación de objetivos	
				Fundamentación teórica	
				Planificación de actividades	
AGRESIVIDAD	"Respuesta constante y permanente, la cual representa la particularidad del individuo; y se da con el fin de dañar a otra persona. Esta agresividad se puede manifestar de dos formas física y verbalmente; los cuales irán acompañadas por dos emociones la ira y la hostilidad. (Buss & Perry, 1992 citado por Tintaya (2017))	La agresividad es una respuesta individual que evidencia habilidades prosociales precarias, pudiendo llegar a causar daño físico o psicológico al objeto de la agresión; y desaprobación social a quien la realiza.	Estrategias Cognitivo conductual.	Reestructuración Cognitiva Autoinstrucciones Habilidades de afrontamiento. Autocontrol. Entrenamiento en HHSS. Relajación. Role playing. Modelado	Ordinal
			Violencia Física	-Golpes -Romper cosas	
			Violencia Verbal	-Gritos -Amenazas -Discusión	
			Ira	-Enojo -Enfado -Impulsividad -Descontrol emocional	
			Hostilidad	-Evaluación negativa -Deseos de agredir o dañar -Actitud negativa hacia los demás. -Muestra desprecio o disgusto por los demás.	

Nota: Tabla 1 muestra las variables de estudio Programa Cognitivo Conductual y agresividad, con sus respectivas dimensiones e indicadores de estudio.

1.6 Propuesta teórica

Teorías de agresividad

Adolescentes institucionalizados por conflictos con la ley penal, presentan:

- Índices de agresividad
- Baja tolerancia a la frustración
- Impulsividad
- Habilidades de afrontamiento precarios

Agresividad en adolescentes del CJDR "José Quiñones Gonzales"

Objeto de estudio

La agresividad es una respuesta individual que evidencia habilidades prosociales precarias, pudiendo llegar a causar daño físico o psicológico al objeto de la agresión; y desaprobación social a quien la realiza.

Dimensiones según escala de agresividad AQ

- Agresividad Física
- Agresividad Verbal
- Ira
- Hostilidad

Buss & Perry (1992), indican que es una respuesta constante del individuo con el fin de dañar a otra persona. Esta agresividad se puede manifestar de dos formas física y verbalmente; los cuales irán acompañadas por dos emociones la ira y la hostilidad.

Teorías Cognitivo Conductuales

Conjunto de técnicas y estrategias donde las cogniciones median el cambio o la modificación del estado anímico y el comportamiento (Keegan y Holas, 2010). Se fundamenta en teorías cognitivas y conductuales.

Técnicas Cognitivo Conductuales:

- Reestructuración Cognitiva
- Auto instrucciones.
- Habilidades de afrontamiento.
- Autocontrol.
- Entrenamiento en HHSS.
- Relajación.
- Role playing.
- Modelado

Conjunto de proyectos ordenados e interrelacionados entre sí que responden a un objetivo, como resultado de una realidad problemática al que se busca dar alternativas de solución, basado en las teorías CC.

Propuesta de un Programa Cognitivo Conductual

Análisis del contexto

Identificación de necesidades

Formulación de objetivos

Fundamentación teórica

Planificación de actividades

Sesión	Objetivo	Indicador	Ruta del desarrollo	Tiempo	Técnicas	Materiales
Nº1 "Conciénciame a través del programa Cognitivo Conductual en agresividad"	Motivar la participación activa y comprometida durante el desarrollo del programa Cognitivo Conductual.	Forma un compromiso de asistencia y participación en cada sesión.	<ul style="list-style-type: none"> Presentación entre el facilitador y los participantes. Dinámica de conocimiento "Soy mis cualidades y defectos" Brindar información esencial sobre el propósito del programa Cognitivo Conductual. Brindar información básica sobre conceptos de agresividad y programa cognitivo conductual. Concientizar sobre las consecuencias de la conducta agresiva y los beneficios del comportamiento prosocial. Establecer las normas de convivencia durante las sesiones del programa. Motivar a los adolescentes a una participación activa y comprometida Forma la carta de compromiso de asistencia a sesiones del programa. 	60'	Pedagógicas: <ul style="list-style-type: none"> Participativa Lluvia de ideas Expositiva Sevaluación 	<ul style="list-style-type: none"> Hojas bond Plumones Cinta multimedios
Nº2 "Soy lo que pienso, y todo lo que soy"	Proponer correcciones de los esquemas en pensamientos irracionales identificados.	Identifica y corrige las distorsiones cognitivas propuestas en la ficha de trabajo.	<ul style="list-style-type: none"> Se realiza una pequeña dinámica de inicio "Esto es yo Ahora", que busca favorecer la distinción y reconstrucción del grupo. Presentación sobre los temas de la reestructuración cognitiva. Presentación sobre los PENSAMIENTOS. Concientizar sobre la importancia de los pensamientos en la generación de la conducta. Se realizan actividades orientadas a concientizar la importancia de los pensamientos en la vida diaria. 	60'	Reestructuración cognitiva Pedagógicas: <ul style="list-style-type: none"> Participativa Lluvia de ideas Expositiva 	<ul style="list-style-type: none"> Cinta multimedios Fichas de trabajo

CAPÍTULO II: MÉTODOS Y MATERIALES.

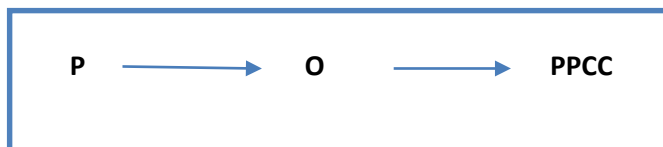
2.1 Tipo de investigación

Descriptivo-propositivo. Descriptivo, de acuerdo a Hernández et al. (2014) porque se trabajó sobre los hechos y sus características esenciales, donde se describió, analizó e interpretó la variable de estudio en la población seleccionada, es decir, la agresividad en adolescentes del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación de Chiclayo, 2023. Es propositiva según Hernández, Fernández y Baptista (2010), porque se caracteriza por planear opciones o alternativas de solución a los problemas suscitados por una situación.

Finalmente, fue de tipo transversal porque, según Sampieri (2010), su propósito fue describir una variable y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado. (pj. 154)

2.2 Diseño de investigación

La presente investigación presentó un diseño no experimental, al no existir manipulación de la variable, solo la describe tal como se observa explicando los resultados, teniendo en cuenta la aplicación del test, escala, cuestionario u otro instrumento de medición (Toro, 2015).



P: Población conformada por adolescentes del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación, Chiclayo.

O: Observación de la situación problemática, agresividad en adolescentes.

PPCC: Propuesta de un Programa Cognitivo Conductual

2.3 Población de estudio

La presente investigación fue ejecutada con la población total o universo muestral de quienes cumplieron con los criterios de selección, la cual estuvo conformada por 106 adolescentes varones institucionalizados en un Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación de Chiclayo, 2023; cuyas edades fluctúan entre los 14 y 19 años de edad quienes participaron de forma voluntaria. Dichos adolescentes estuvieron bajo la medida

socioeducativa de privación de la libertad por delitos contra la ley penal a cargo del Poder Judicial. Se obtuvo el consentimiento informado por parte del director de la institución, como tutor legal de los adolescentes menores de 18 años, a solicitud de la misma institución y los adolescentes mayores de edad, suscribieron sus consentimientos informados de forma personal.

Criterios de selección durante la investigación:

Inclusión

Adolescentes del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación Chiclayo, 2023; que cumplieron con la edad entre 14 y 19 y participaron de forma voluntaria.

Adolescentes del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación Chiclayo, 2023; que suscribieron el consentimiento informado y/ o por el representante legal de la institución en caso de los menores de edad.

Exclusión

Adolescentes del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación Chiclayo, 2023; con problemas en lectoescritura que impidió el entendimiento claro del proceso de evaluación.

Adolescentes institucionalizados del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación Chiclayo, 2023, que no desearon participar voluntariamente de la investigación.

Adolescentes institucionalizados del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación Chiclayo, 2023, pertenecientes al programa PII. (adolescentes aislados por problemas de conducta.)

Eliminación

Adolescentes infractores institucionalizados en un Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación de Chiclayo, que no completaron correctamente el llenado del instrumento de evaluación.

Tabla 2

Población total del CJDR “José Quiñones”, Chiclayo 2023 y elección de los participantes para la investigación según criterios de selección.

CONDICIÓN	N° PARTICIPANTES
Cumplieron con los requisitos de inclusión para la investigación	106
<i>Excluidos según criterios de selección:</i>	
Mayores de 20 años	21
Pertenecientes al programa PII	14
Eliminados según criterio de selección	5
No desearon participar de la investigación	8
Problemas de lectoescritura	1
Población Total del CJDR, 2023	155

Nota: En la tabla N°2 se observa la población actual del CJDR “José Quiñones”, Chiclayo en el año 2023; se establece que, de los 155 adolescentes, son incluidos en la investigación según criterios previamente establecidos, 106 adolescentes; quedando 49 adolescentes fuera del proceso de evaluación y participación por los motivos arriba detallados.

De los adolescentes que participaron en la investigación, todos del sexo masculino, se cuentan con los siguientes datos sociodemográficos que permiten identificar las características de la población de estudio: del total de participantes el 53% (56) son adolescentes mayores de 18 años y el 47% (50) fueron menores de edad. Respecto a su residencia el 39% (41) pertenecieron a la región Lambayeque, el 21% (22) a la región San Martín, 20% (21) región Cajamarca, 11% (12) región Amazonas, 5% (5) región Loreto; 4% (4) de Venezuela y 1% (1) de Ecuador. El 92% (98) refirió contar con educación secundaria (en curso). Asimismo, el 75% (79) de participantes, refiere que ha consumido algún tipo de sustancia psicoactivas.

2.4 Técnicas, instrumentos, equipos y materiales

La técnica que se empleó para la recolección de datos fue la encuesta, mediante el cuestionario de agresión de Buss y Perry del año 1992 el mismo que fue adaptado en España por Andréu, Peña y Graña en el 2002, estandarizado en nuestra realidad peruana por Matalinares, et al. en el 2012. Dicha estandarización, se llevó a cabo en diferentes departamentos del Perú en costa, sierra y selva: Amazonas, Ayacucho, Cuzco, Huancavelica, Huánuco, Junín, La Libertad, Lambayeque, Lima, Piura, Pucallpa, San Martín y Tacna, en adolescentes de primero a quinto de secundaria de ambos sexos. En esta adaptación, se obtuvieron índices de fiabilidad según Coeficiente Alpha de Cronbach elevados para escala general ($\alpha= 0,836$), subescala de agresión física ($\alpha= 0,683$), subescala agresión verbal ($\alpha= 0,565$), subescala Ira ($\alpha= 0,552$) y Hostilidad ($\alpha= 0,650$).

Respecto a la población de estudio, Jibaja (2019) en su investigación, refiere que realizaron la validación del instrumento en 40 adolescentes infractores de 14 a 19 años, en proceso de reinserción de un Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación de Chiclayo. Los resultados de nivel de confiabilidad son de 0.84 obtenida a través del coeficiente de Cronbach; posee una confiabilidad por sub escalas de la siguiente manera: agresividad física 0,68; agresividad verbal 0,56; hostilidad 0,65 e ira 0,55. El instrumento posee validez igual a 0,95. (p. 19). Esto nos da un precedente sobre la validez de la prueba en la población objetivo de la presente investigación, por lo que su aplicación nos brinda un resultado confiable.

Respecto a las características del cuestionario, su aplicación puede ser de forma individual o grupal, diseñado para un grupo etario de entre 14 a 19 años. El cuestionario está conformado por 29 ítems que se evalúa en escala Likert divididos en cinco alternativas como: completamente falso para mí, bastante falso para mí, ni verdadero ni falso para mí, bastante verdadero para mí y completamente verdadero para mí. El instrumento de evaluación posee cuatro sub escalas que son conformadas por cuatro dimensiones de la agresividad: Agresividad física, agresividad verbal, hostilidad e ira. A continuación, se presenta la ficha técnica del instrumento:

A: FICHA TÉCNICA:

Nombre: Cuestionario de Agresión (AQ).

Autores: Buss y Perry.

Año: 1992

Adaptación al español: Andreu, Peña y Graña, 2002

Adaptación Nacional: Matalinares Yaringaño, Uceda, Fernández, Huari, Campos, Villavicencio (2012).

Edad: sujetos, de 10 a 19 años

Fuente: Revista IIPSI Facultad de Psicología UNMSM. Vol. 15 – N°1 – 2012.

Baremos: Baremos percentilares y normas interpretativas.

Ítems: Este cuestionario consta de 29 ítems en escala Likert que describen las respuestas del sujeto de la siguiente manera:

1: completamente falso para mí.

2: bastante falso para mí.

3: ni verdadero ni falso para mí.

4: bastante verdadero para mí

5: completamente verdadero para mí.

Descripción: Es un instrumento que mide los niveles de agresividad, nos proporciona 5 niveles (muy alto, alto, promedio, bajo y muy bajo), lo que nos proporciona desde ya un indicador de si existe o no agresividad en el sujeto, por otro lado, con la ayuda de sus dimensiones podemos conocer el tipo de agresividad que refleja el sujeto, a partir de las siguientes escalas:

- Agresividad física: Conductas físicas (implican contacto), se hiere o daña a otras personas, son comunes los empujones, golpes, etc.
- Agresividad verbal: Conductas verbales que hieren o perjudican a otras personas, se incluyen los insultos, amenazas, indirectas, etc.
- Hostilidad: Sensaciones de infortunio o injusticia, se tiene la sensación de que todo saldrá mal. Representa el componente cognitivo de la agresividad
- Ira: Es el componente emocional o afectivo de la agresividad, aquí encontramos la cólera, el resentimiento, actitudes y/o sentimientos negativos hacia los otros.

Confiabilidad y Validez: Este instrumento fue adaptado a nuestra realidad en el año 2012, por Matalinares Yaringaño, Uceda, Fernández, Huari, Campos, Villavicencio; para ello realizaron una investigación en el interior de nuestro país, recorriendo las tres regiones

(Costa, Sierra y Selva), tomaron como muestra a 3,632 adolescentes cuyas edades fluctuaban entre 10 y 19 años que asisten a instituciones educativas públicas de la costa, sierra y selva del Perú.

A partir de los resultados obtenidos, la fiabilidad observada en las cuatro sub-escalas (agresividad física, agresividad verbal, ira y hostilidad) que componen el Cuestionario de Agresión fue satisfactoria. Se observa un coeficiente de fiabilidad elevado para escala total ($\alpha = 0,836$), pero en el caso de las subescalas son menores, es así que en agresión física ($\alpha = 0,683$), subescala agresión verbal ($\alpha = 0,565$), subescala ira ($\alpha = 0,552$) y Hostilidad ($\alpha = 0,650$).

Respecto a la validez de constructo se obtuvo el 60,819% de la varianza total acumulada, de este modo se comprueba la hipótesis de que la versión española del Cuestionario de Agresión adaptada a la realidad peruana presenta validez de constructo mediante el análisis factorial. De acuerdo con estos resultados se puede concluir que el Cuestionario de Agresión permite medir el constructo agresión. Asimismo, se ha podido demostrar que el instrumento en una muestra de estudiantes peruanos presenta características psicométricas con adecuada evidencia empírica que apoya la medición y sustento teóricos señalados por Buss y Perry (1992) para explorar los tipos de agresión (física y verbal), la hostilidad y la ira.

A fin de obtener las características demográficas de la población de estudio, se realizó una adaptación de la ficha sociodemográfica de Jibaja (2019), quien elaboró la ficha en mención, a fin de recabar la siguiente información:

1.- Edad del participante, 2.- Tiempo de internamiento en el centro, 3.- Lugar de residencia
4.- Con quién vivía antes de su ingreso al centro, 5.- Estado civil, 6.- Tiene Hijo, Si, No; número de hijos, 7.- Consumo de sustancias, 8.- Tipo de sustancia. 9.- Antecedentes de familiares presos o en rehabilitación. 10.- Número de ingresos penitenciarios previos a centros de diagnóstico y rehabilitación, 11.- Grado de instrucción académica, 12.- Tipo de infracción.

B: FICHA SOCIODEMOGRÁFICA

Nombre: Ficha sociodemográfica

Autores: Elida Jibaja Ramos (adaptación)

Año: 2019

Fuente: Repositorio institucional de la USAT

Ítem:

La ficha sociodemográfica consta de los siguientes ítems:

1. Tiempo de internamiento en el centro
2. Lugar de residencia (antes del ingreso al centro)
3. Personas con quienes convivía antes de su ingreso al centro
4. Estado civil
5. Tiene hijos
6. Número de hijos
7. Consumo de sustancias psicoactivas
8. Tipo de sustancia psicoactiva
9. Antecedentes de familiares reclusos en algún penal por delitos contra la ley
10. Grado de instrucción académica
11. Cuántos ingresos penitenciarios en un Centro de rehabilitación tienes hasta la fecha.
12. Cuál fue el tipo de infracción por lo que estas recluso

La aplicación de los instrumentos, es de manera colectiva, en pequeños grupos de 20 adolescentes dentro de las instalaciones del plantel (comedor) a fin de mantener el orden. La investigadora realiza la explicación detallada del proceso de evaluación y los fines de la misma, se brinda los consentimientos informados a los mayores de edad y los asentimientos informados a los menores de edad.

El equipo humano de aplicación está conformado por la investigadora, y personal de apoyo de la institución (jefe de campo); a fin de mantener el orden y seguridad. Los materiales a usar son los consentimientos informados (Anexos 5), instrumento de evaluación (Anexo 1) y ficha sociodemográfica (Anexo 3) y lapiceros para cada participante.

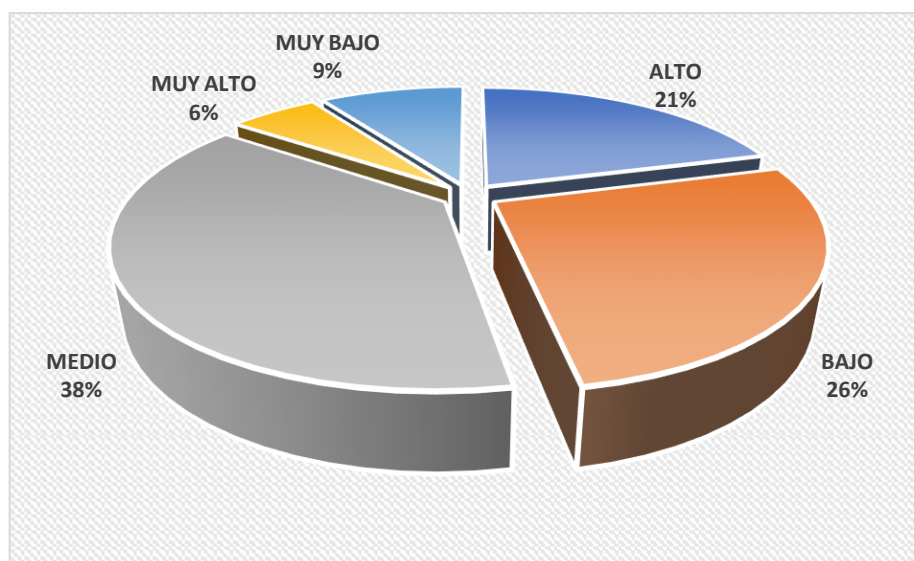
Para el procesamiento de datos estadísticos, se aplica la técnica de *Microsoft Excel 2016* el cual permite elaborar una base de datos en función a la escala de calificación. Se obtuvo el puntaje general de agresividad, así como el de las dimensiones, mediante una puntuación percentilar. En el caso de los datos sociodemográficos, se procesaron en base a la frecuencia y los porcentajes.

CAPITULO III: RESULTADOS Y DISCUSIÓN.

3.1 RESULTADOS

Figura 1

Niveles de agresividad en adolescentes del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación de Chiclayo, 2023.



Nota: La figura 1 muestra que, según el nivel de agresividad en adolescentes del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación de Chiclayo 2023, el 38% de la población evaluada, presenta un nivel de agresividad Medio; el 26% un nivel de agresividad Bajo, el 21% un nivel de agresividad Alto, el 9% un nivel de agresividad Muy bajo, y finalmente el 6% presenta un nivel de agresividad Muy alto. Siendo el nivel de agresividad Medio con mayor incidencia en la población de estudio, indicando la presencia de dicha variable de forma moderada. Esto indica que, los adolescentes de la población de estudio, presentan un comportamiento agresivo físico, verbal acompañado de ira y hostilidad en un nivel moderado.

Tabla 3

Niveles de agresividad según dimensiones de Agresividad Física, Agresividad Verbal, Ira y Hostilidad en adolescentes del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación de Chiclayo, 2023.

<i>DIMENSIONES</i>	<i>NIVELES</i>	<i>FRECUENCIA</i>	<i>%</i>
AG FISICA	Alto	42	39%
	Medio	36	34%
	Bajo	23	22%
	Muy Bajo	5	5%
	Total	106	100%
AG VERBAL	Muy Alto	7	6%
	Alto	18	17%
	Medio	38	36%
	Bajo	36	34%
	Muy Bajo	7	7%
	Total	106	100%
IRA	Muy Alto	6	6%
	Alto	15	14%
	Medio	31	29%
	Bajo	36	34%
	Muy Bajo	18	17%
	Total	106	100%
HOSTILIDAD	Muy Alto	4	4%
	Alto	20	19%
	Medio	47	44%
	Bajo	31	29%
	Muy Bajo	4	4%
	Total	106	100%

Nota: La Tabla 3 muestra que, según la dimensión Agresividad Física en adolescentes del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación de Chiclayo 2023, el 39% de la población de estudio presenta un nivel de Agresividad Física Alto, el 34% un nivel de Agresividad Física Medio, el 22% un nivel de Agresividad Física Bajo, el 5% un nivel de Agresividad Verbal Muy Bajo. Esto significa que, la mayor

parte de la población representada por el 39%, presenta un comportamiento de tipo agresivo físico en intensidad significativa, suponiendo un comportamiento que involucra golpes, puñetes, empujones, patadas, uso de objetos punzocortantes y otras formas de maltrato físico que buscan intencionalmente causar daño al objeto de su agresión.

Según la dimensión Agresividad Verbal en adolescentes del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación de Chiclayo 2023, el 36% de la población de estudio presenta un nivel de Agresividad Verbal Medio, el 34% un nivel de Agresividad Verbal Bajo, el 17% un nivel de Agresividad Verbal Alto, el 7% un nivel de Agresividad Verbal Muy Bajo, y el 6% un nivel de Agresividad Verbal Muy Alto. Estos resultados evidencian que, el 36% de la población de adolescentes que representan la mayoría, evidencian un nivel Medio de agresividad Verbal; es decir, un nivel de moderada intensidad mostrando conductas humillantes hacia los demás por medio de insultos, gritos y amenazas. Este comportamiento puede camuflar su intención de causar daño en conductas pasivo agresivos, mediante el sarcasmo, chistes, burlas con la clara intención de causar daño al objeto de la agresión.

Respecto a la dimensión Ira en adolescentes del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación de Chiclayo 2023, el 34% de la población de estudio presenta un nivel de Ira Bajo, el 29% un nivel de Ira Medio, el 17% un nivel de Ira Muy Bajo, el 14% un nivel de Ira Alto, y el 6% un nivel de Ira Muy Alto. Estos resultados indican que, la mayor parte de la población de estudio, conformada por el 34%, presenta un nivel de ira bajo o en menor intensidad, indicando sentimientos de enojo o enfado que pueden variar en intensidad y pueden causar cambios a nivel

fisiológico tales como la respiración, la frecuencia cardíaca, enrojecimiento del rostro.

Finalmente, la dimensión Hostilidad en adolescentes del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación de Chiclayo 2023, muestra que el 44% de la población de estudio presenta un nivel de Hostilidad Medio, el 29% un nivel de Hostilidad Bajo, el 19% un nivel de Hostilidad Muy Bajo, el 4% un nivel de Hostilidad Alto, y el 6% un nivel de Ira Muy Alto. Los resultados indican que, en su mayoría, la población de estudio muestra un nivel de moderada intensidad en la dimensión hostilidad, indicando que los adolescentes presentan una actitud de disgusto y desaprobación hacia los demás, mediante evaluaciones negativas hacia su entorno percibiéndolo como una amenaza constante y, en consecuencia, presentando una intención clara de perjuicio a los demás.

Tabla 4

Datos sociodemográficos de los adolescentes del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación de Chiclayo, 2023

<i>LUGAR DE RESIDENCIA</i>	<i>FRECUENCIA</i>	<i>%</i>
AMAZONAS	12	11%
CAJAMARCA	21	20%
LAMBAYEQUE	41	39%
LORETO	5	5%
SAN MARTIN	22	21%
VENEZUELA	4	4%
ECUADOR	1	1%
TOTAL	106	100%
<i>EDAD</i>		
15	5	5%
16	11	10%
17	34	32%
18	35	33%
19	21	20%
TOTAL	106	100%
<i>TIEMPO DE INTERNAMIENTO</i>		
1 AÑO	24	23%
1 MÁS	57	54%
1 MES	10	9%
6 MESES	15	14%
TOTAL	106	100%
<i>NIVEL EDUCATIVO</i>		
PRIMARIA	5	5%
SECUNDARIA	98	92%
SUPERIOR	3	3%
TOTAL	106	100%
<i>CONSUMO DE SUSTANCIAS PSICOACTIVAS</i>		
NO	26	25%
SÍ	80	75%
TOTAL	106	100%
<i>TIPO DE SUSTANCIA</i>		
ALCOHOL	40	50%
MARIHUANA	23	29%
MARIHUANA Y ALCOHOL	8	10%
MARIHUANA, ALCOHOL Y COCAINA	9	10%
TOTAL	80	100%
<i>TIPO DE INFRACCIÓN</i>		
HOMICIDIO	3	3%
HURTO	4	4%

<i>LESIONES GRAVES</i>	2	2%
<i>ROBO AGRAVADO</i>	62	58%
<i>TRAFICO DE DROGAS</i>	4	4%
<i>VIOLENCIA SEXUAL</i>	26	25%
<i>OTROS</i>	5	5%
<i>TOTAL</i>	106	100%

Nota: En la Tabla 4, se visualizan los datos sociodemográficos más resaltantes de los adolescentes del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación de Chiclayo, 2023. Se visualiza en la columna izquierda la categoría a la que pertenece (región del que provienen, edad, tiempo de internamiento, nivel educativo, consumo y tipo de sustancia y tipo de infracción por el que ingresaron al centro juvenil), el número de adolescentes (frecuencia) y el porcentaje de los mismos, en función al 100% de los participantes.

Tabla 5

Nivel de agresividad según datos sociodemográficos de los adolescentes del

Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación de Chiclayo, 2023.

DATO SOCIODEMOGRÁFICO	TOTAL		Niveles de agresividad									
			MUY ALTO		ALTO		MEDIO		BAJO		MUY BAJO	
LUGAR DE PROCEDENCIA	FT	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
AMAZONAS	12	11%	1	1%	2	2%	3	3%	5	5%	1	1%
CAJAMARCA	21	20%			4	4%	12	11%	5	5%		
LAMBAYEQUE	41	39%	3	3%	6	6%	15	14%	9	8%	8	8%
LORETO	5	5%			2	2%	3	3%				
SAN MARTIN	22	21%	2	2%	6	6%	5	5%	8	8%	1	1%
VENEZUELA	4	4%			2	2%	1	1%	1	1%		
ECUADOR	1	1%				0%	1	1%				
TOTAL GENERAL	106	100%	6	6%	22	21%	40	38%	28	26%	10	9%
EDAD	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
15	5	5%			1	1%	1	1%	2	2%	1	1%
16	11	10%			2	2%	4	4%	3	3%	2	2%
17	34	32%	2	2%	3	3%	16	15%	9	8%	4	4%
18	35	33%	1	1%	13	12%	9	8%	10	9%	2	2%
19	21	20%	3	3%	3	3%	10	9%	4	4%	1	1%
Total general	106	100%	6	6%	22	21%	40	38%	28	26%	10	9%
TIEMPO DE INTERNAMIENTO	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
1 AÑO	24	23%	1	1%	3	3%	12	11%	5	5%	3	3%
1 MÁS	57	54%	5	5%	18	17%	21	20%	10	9%	3	3%
1 MES	10	9%			1	1%	2	2%	5	5%	2	2%
6 MESES	15	14%					5	5%	8	8%	2	2%
Total general	106	100%	6	6%	22	21%	40	38%	28	26%	10	9%
NIVEL DE INSTRUCCIÓN	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
PRIMARIA	5	5%	1	1%	2	2%	1	1%	1	1%		
SECUNDARIA	98	92%	5	5%	18	17%	38	36%	27	25%	10	9%
SUPERIOR	3	3%			2	2%	1	1%				
Total general	106	100%	6	6%	22	21%	40	38%	28	26%	10	9%
CONSUMO DE SUSTANCIA	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
NO	26	25%			5	5%	8	8%	6	6%	7	7%

SÍ	80	75%	6	6%	17	16%	32	30%	22	21%	3	3%
Total general	106	100%	6	6%	22	21%	40	38%	28	26%	10	9%
TIPO DE SUSTANCIA	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
ALCOHOL	40	50%	2	3%	9	11%	19	24%	8	10%	2	3%
MARIHUANA	23	29%	3	4%	5	6%	6	8%	9	11%		
MARIHUANA Y ALCOHOL	8	10%			1	1%	3	4%	4	5%		
MARIHUANA, ALCOHOL Y COCAINA	9	11%	1	1%	2	3%	4	5%	1	1%	1	1%
Total general	80	100%	6	8%	17	21%	32	40%	22	28%	3	4%
TIPO DE INFRACCIÓN	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
HOMICIDIO	3	3%			2	2%	1	1%				
HURTO	4	4%					3	3%	1	1%		
LESIONES GRAVES	2	2%					2	2%				
ROBO AGRAVADO	62	58%	4	4%	12	11%	19	18%	21	20%	6	6%
TRAFICO DE DROGAS	4	4%	1	1%			2	2%			1	1%
VIOLENCIA SEXUAL	26	25%	1	1%	6	6%	11	10%	5	5%	3	3%
OTROS	5	5%			2	2%	2	2%	1	1%		
TOTAL GENERAL	106	100%	6	6%	22	21%	40	38%	28	26%	10	9%

Nota: La tabla 5 muestra los niveles de agresividad según los datos sociodemográficos de los adolescentes del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación de Chiclayo, 2023.

En el apartado Lugar de Procedencia de los adolescentes del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación de Chiclayo, 2023; se observa que, en la región Amazonas, conformado por doce adolescentes, el 5% presenta un nivel de agresividad Bajo, el 3% un nivel Medio, el 2% un nivel Alto, el 1% Muy Alto y el 1% Muy Bajo. En la región Cajamarca, conformado por veintiún adolescentes, el 11% presenta un nivel de agresividad Medio, el 5% Bajo, el 4% Alto. En la región Lambayeque, conformado por cuarenta y uno adolescentes, el 14% presenta un nivel de agresividad Medio, el 8% un nivel Bajo, el 8% un nivel Muy Bajo, el

6% un nivel Alto y el 3% un nivel Muy Alto. En la región Loreto, conformado por 5 adolescentes, el 3% presenta un nivel de agresividad Medio y el 2% un nivel Alto. En la región San Martín, conformado por veintidós adolescentes, el 8% presenta un nivel de agresividad Bajo, el 6% un nivel Alto, el 5% un nivel Medio, el 2% un nivel Muy Alto y el 1% un nivel Muy Bajo. En los países extranjeros (cinco adolescentes), encontramos que los residentes evaluados de Venezuela, representado por cuatro adolescentes, el 2% presenta un nivel de agresividad Alto, el 1% un nivel Medio y el otro 1% un nivel Bajo. En Ecuador, representado por un adolescente, quien presenta un nivel Medio de agresividad.

Respecto a la edad, los adolescentes de 15 años de edad, conformado por cinco adolescentes, presentan el 2% un nivel de agresividad Bajo, el 1% nivel Alto, el 1% nivel Medio y el 1% Muy Bajo. Respecto a los adolescentes de 16 años de edad, conformado por once adolescentes, presentan el 4% un nivel de agresividad Medio, el 3% nivel Bajo, el 2% nivel Alto, y el 2% Muy Bajo. Respecto a los adolescentes de 17 años de edad, conformado por treinta y cuatro adolescentes, el 15% presenta un nivel de agresividad Medio, el 8% nivel Bajo, el 4% un nivel Muy Bajo, el 3% nivel Alto y el 2% un nivel Muy Alto. Respecto a los adolescentes de 18 años de edad, representado por treinta y cinco adolescentes, el 12% presenta un nivel de agresividad Alto, el 9% un nivel Bajo, el 8% un nivel Medio, el 2% un nivel Muy Bajo y el 1% un nivel Muy Alto. Respecto a los adolescentes de 19 años de edad, conformado por veintiún adolescentes, el 9% presenta un nivel de agresividad Medio, el 4% un nivel Bajo, el 3% un nivel Alto, el 3% un nivel Muy Alto y el otro 1% un nivel Muy Bajo.

Respecto al tiempo de internamiento, los adolescentes que tienen menos de un mes de internamiento en el centro juvenil, conformado por diez adolescentes, presentan el 5% un nivel de agresividad Bajo, el 2% un nivel Medio, el 2% Muy Bajo, el 1% nivel Alto. Los adolescentes que tienen entre un mes y seis meses, conformado por quince adolescentes, de

internamiento presentan el 8% un nivel de agresividad Bajo, el 5% nivel Medio y el 2% un nivel Muy Bajo. Adolescentes con más de seis meses y menos de un año de internamiento, conformado por veinticuatro adolescentes, presenta el 11% un nivel de agresividad Medio, el 5% un nivel Bajo, el 3% nivel Alto, el 3% nivel Muy Bajo y el 1% un nivel Muy Alto. Finalmente, los adolescentes con más de un año de internamiento, conformado por cincuenta y siete, el 20% presenta un nivel de agresividad Medio, el 17% nivel Alto, el 9% nivel Bajo, el 5% un nivel Muy Alto y el 3% un nivel Muy Bajo.

Respecto a nivel educativo, los adolescentes con instrucción Primaria, conformado por cinco adolescentes, el 2% presenta un nivel de agresividad Alto, el 1% nivel Muy Alto, el 1% nivel Medio y el 1% nivel Bajo. Respecto a los adolescentes con instrucción Secundaria, conformado por noventa y ocho adolescentes, el 36% presenta un nivel de agresividad Medio, el 25% nivel Bajo, el 17% nivel Alto, el 9% nivel Muy Bajo y el 5% un nivel Muy Alto. Finalmente, de los adolescentes con nivel de instrucción Superior, conformado por tres, el 2% presentó un nivel de agresividad Alto y el 1% un nivel Medio.

Respecto al consumo de sustancias psicoactivas, de los adolescentes que NO consumen ningún tipo de sustancias psicoactivas, conformado por veintiséis adolescentes, el 8% presenta un nivel de agresividad Medio, el 7% nivel Muy Bajo, el 6% nivel Bajo y el 5% nivel Alto. Por otro lado, de los adolescentes que SÍ consumen algún tipo de sustancia psicoactiva, conformado por ochenta adolescentes, el 30% presenta un nivel de agresividad Medio, el 21% nivel Bajo, el 16% nivel Alto, el 6% nivel Muy Alto y el 3% un nivel Muy Bajo.

Respecto al tipo de sustancia, los adolescentes que consumen Alcohol, conformado por cuarenta adolescentes, el 24% presenta un nivel de agresividad Medio, el 11% nivel Alto, el 10% nivel Bajo, el 3% nivel Muy Alto y el 3% nivel Muy Bajo. Los adolescentes con

consumo de Marihuana, conformado por veintitrés adolescentes, el 11% presenta un nivel de agresividad Bajo, el 8% nivel Medio, el 6% nivel Alto y el 4% nivel Muy Alto. De los adolescentes con consumo de Marihuana y Alcohol, conformado por ocho adolescentes, el 5% presenta un nivel de agresividad Bajo, el 4% nivel Medio y el 1% Alto. De los adolescentes con consumo de Marihuana, Alcohol y Cocaína, conformado por nueve adolescentes, el 5% presenta un nivel de agresividad Medio, el 3% un nivel Alto, el 1% nivel Muy Alto, el 1% nivel Bajo y el 1% nivel Muy Bajo.

Respecto al tipo de infracción, muestra que, de los adolescentes que cometieron Homicidio, el 2% presenta un nivel de agresividad Alto y el 1% un nivel Medio. Quienes cometieron Hurto, conformado por cuatro adolescentes, el 3% presenta un nivel de agresividad Medio y el 1% nivel Bajo. Quienes cometieron lesiones graves, conformado por dos adolescentes, el 2% de la población total, presentan un nivel de agresividad Medio. Quienes cometieron Robo Agravado, conformado por sesenta y dos adolescentes, el 20% presenta un nivel de agresividad Bajo, el 18% nivel Medio, el 11% nivel Alto, el 6% nivel Muy bajo y el 4% nivel Muy Alto. Quienes cometieron Trafico de Drogas, conformado por cuatro adolescentes, el 2% presenta un nivel de agresividad Medio, el 1% nivel Muy Alto y el otro 1% un nivel de agresividad Muy Bajo. Quienes cometieron actos de Violencia Sexual, conformado por veintiséis adolescentes, el 10% presenta un nivel de agresividad Medio, el 6% nivel Alto, el 5% nivel Bajo, el 3% nivel Muy Bajo y el 1% nivel Muy Alto. Los adolescentes que cometieron otro tipo de delitos, conformado por cinco adolescentes, el 2% presenta un nivel de agresividad Alto, un 2% nivel Medio y el 1% un nivel Bajo.

3.3 Presentación de la propuesta:

Propuesta de un Programa Cognitivo Conductual para disminuir la agresividad de adolescentes de un Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación de Chiclayo.

I. Datos generales

1.1. Denominación: “Liberándonos de la agresividad”

1.2. Población: Adolescentes del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación “José Quiñones Gonzales”, Chiclayo.

1.3. N° de sesiones: 17

1.4. Tiempo de duración por sesión: 60 minutos.

1.5. Duración del programa: 17 semanas

1.6. Modalidad: Grupal.

II. Fundamentación

La elaboración de una propuesta de Programa Cognitivo Conductual para disminuir los índices de agresividad en adolescentes del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación “José Quiñones”, es una respuesta a la necesidad común de elaborar propuestas de intervención efectivas y viables.

La agresividad en el estadio adolescente es una realidad inexorable y preocupante que se ha convertido en un problema de salud pública a nivel mundial, con altos índices de mortalidad y destrucción que no sólo afecta al agresor y su víctima, sino también a la comunidad que los acoge. Por ello, apoyados en la teoría del aprendizaje social, se considera que el paradigma cognitivo conductual presenta el sustento de una intervención viable y eficaz acorde al problema de agresividad en la población de estudio.

Investigaciones como las de Martín (2020), Mego (2019) y Carrasco y Gonzales (2006) quien cita a Bandura (s.f) concuerdan en que la agresividad se aprende en gran parte por observación, las mismas que se van perfeccionando mediante la práctica reforzada, las mismas que son replicadas por la recompensa adquirida del entorno en el que se rodea; lo cual nos brinda la noción de que existe un acto de imitación de este tipo de comportamiento que se adquieren generacionalmente.

Por tanto, la terapia cognitiva conductual, representa una teoría con un propio modelo terapéutico que fundamentalmente busca la solución de problemas actuales, y con ello pretende mitigar los síntomas mediante la intervención de las cogniciones, lo que conlleva a la modificación del comportamiento (Yapko, 2006), en este caso, el comportamiento agresivo. Son pues, los pensamientos errados o distorsiones cognitivas de los adolescentes, el punto inicial del trabajo de intervención de la presente propuesta, las mismas que originan comportamientos socialmente inaceptables y agresivos, las cuales serán igualmente abordados, buscando la instauración de conductas prosociales mediante el entrenamiento de habilidades sociales, y de afrontamiento.

Según Mahoney y Arnkoff (1978, como se citó en Cáceres, 2015) existen tres apartados en la terapia cognitivo conductual que aportan significativamente en la intervención de problemas de agresividad, entre ellas encontramos: A) la reestructuración cognitiva, B). las habilidades de afrontamiento, y C). la resolución de conflictos. Estas técnicas de intervención, no sólo modificará la interpretación errada de los estímulos, si no también, contribuye a incrementar comportamientos alternativos socialmente aceptables, por lo que se ha considerado oportuno incluir estas estrategias en la elaboración de las 17 sesiones que forman parte de la propuesta del programa Cognitivo conductual.

Finalmente, se busca que los adolescentes puedan percibirse a ellos mismos como actores activos en el cambio de su propio comportamiento mediante la aplicación de la propuesta del programa Cognitivo Conductual “Liberándonos de la agresividad”, partiendo de la conciencia de los procesos internos: cogniciones y emociones, para así otorgarles el control de su propio comportamiento, enfocándonos en la búsqueda de respuestas socialmente aceptables ante determinadas situaciones.

III. Justificación

En la actualidad, los índices de agresividad social van en preocupante creciente; siendo el estadio adolescente, la etapa más vulnerable donde logra manifestarse de manera clara y alarmante. Inglés et al., (2009, como se citó en Contini, 2015), menciona que es en la adolescencia cuando comienzan o se incrementan los problemas externalizantes -conducta antisocial, agresividad, violencia- e internalizantes -timidez, ansiedad social- Dichas conductas disfuncionales suponen grandes costos sociales, económicos, familiares e individuales, por lo que merecen ser investigados a profundidad. En torno a la población de estudio, adolescentes del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación “José

Quiñones de la ciudad de Chiclayo”, se observan indicadores de agresividad Medio, el mismo que requiere una intervención efectiva y sostenida a fin de influir en el proceso de reinserción social de los mismos. Según consenso de numerosos autores, las personas agresivas carecerían de diversas habilidades de integración social, las mismas que pueden estar sujetas a un proceso de aprendizaje.

Por ello, al reconocer la agresividad como un problema de interés social y profesional, se plantea la presente propuesta de programa Cognitivo Conductual a fin de disminuir los índices de agresividad identificados en la población objetivo. Debido al componente cognitivo, afectivo y comportamental que presenta la agresividad; se hace necesario plantear estrategias de intervención que abarquen el problema en su totalidad a fin de obtener resultados viables y satisfactorios. Al existir la evidencia documentada en torno a la eficacia de las estrategias cognitivo conductuales en población de adolescentes delincuentes, en contextos donde los sujetos presentaron conductas agresivas, se encontraron mejoras en sus habilidades de interacción social tras la aplicación de dichas estrategias, las mismas que se proponen para la presente propuesta.

Finalmente, se pretende contribuir con el proceso de psicoeducación y reinserción social de los adolescentes institucionalizados en el Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación “José Quiñones”, Chiclayo mediante la elaboración de la presente propuesta de programa Cognitivo Conductual para la institución a cargo; quienes, a la fecha, no cuentan con un programa específico que aborde la problemática de agresividad en su población.

IV Objetivo General

- Disminuir los índices de agresividad aplicando técnicas cognitivo conductuales en los adolescentes del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación “José Quiñones Gonzales”, Chiclayo; fomentando habilidades prosociales que permitan un adecuado ajuste y reinserción social.

Objetivos Específicos

- Desarrollar destrezas para la identificación y reestructuración de las distorsiones cognitivas generadoras de las respuestas agresivas en los adolescentes del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación “José Quiñones Gonzales”.

- Desarrollar destrezas de autocontrol mediante estrategias que favorezcan la conexión con procesos internos: cognitivos y emocionales a fin de ejecutar mejores respuestas al entorno en los adolescentes del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación “José Quiñones Gonzales”.
- Adquirir herramientas estratégicas a fin de instaurar nuevas conductas prosociales que permitan, a los adolescentes del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación “José Quiñones Gonzales”, tener el control de su conducta, haciéndoles conscientes de ello.

V Metodología

La metodología de la propuesta de programa Cognitivo Conductual, está conformada por la ejecución de 17 sesiones grupales, las mismas que serán desarrolladas semanalmente. Cada sesión se desarrollará en aproximadamente 60 minutos, tiempo en que se distribuirá estratégicamente el *inicio* de cada sesión, el *desarrollo* de la misma y el *cierre* de las actividades programadas para los cuales serán necesarios el empleo de materiales didácticos y potencial humano capacitado para la ejecución de la presente propuesta.

Durante la etapa informativa del programa, se exhortará a los participantes a una convivencia de respeto, compromiso y disposición solicitándoles su consentimiento voluntario para participar en el transcurso de las diecisiete sesiones. Luego de ello, se motivará a los adolescentes a ser parte del programa hablándoles sobre los beneficios de su aplicación. Se informará sobre la estructura del programa, el número de sesiones, el tiempo a emplear y una explicación general de las actividades a realizar. Se informará sobre el carácter confidencial del programa, a fin de brindar seguridad y confianza a los participantes.

Continuando con el proceso informativo, se buscará concientizar sobre las consecuencias de la agresividad, la urgencia de identificar los pensamientos irracionales causantes de conductas socialmente desadaptadas a fin de poder intervenir oportunamente, creando un espacio de reflexión, afrontamiento y compromiso con el proceso de cambio.

VI Técnicas, instrumentos y recursos a utilizar

- Técnicas cognitivo conductuales: reestructuración cognitiva, autocontrol y adquisición de nuevas conductas.

- Instrumento de medición de la variable agresividad: Cuestionario AQ Agresividad de Buss y Perry.
- Recursos materiales:
 - Cañón multimedia
 - Reproductor de música
 - Hojas bond y de colores
 - Cartulina Colores
 - Papelotes
 - Plumones
 - Lapiceros
 - Aro
 - Velas
 - Aromatizador ambiental
 - Fichas de trabajos impreso
- Recursos humanos: profesional en Psicología.

VII Sistema de evaluación:

Respecto al sistema de evaluación, se buscará medir la eficacia del programa propuesto mediante la aplicación pre-test del Cuestionario de Agresividad (AQ) de Buss y Perry; para finalmente contrastar con los resultados de la aplicación post-test una vez concluida las sesiones del programa.

Asimismo, se evaluará la eficacia de cada una de las sesiones mediante indicadores tangibles propuestos por sesión. Finalmente, se realizará la actividad de cierre de sesión denominada la “Palabra Clave” que, busca a través del feedback, conocer su experiencia en una sola palabra, generando brevemente, una lluvia de ideas con las palabras o frases claves asimiladas por los adolescentes en cada una de las sesiones.

VIII Temática a desarrollar

Tabla 6

Tabla de contenido de sesiones de la Propuesta de un Programa Cognitivo Conductual en Agresividad de adolescentes del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación “José Quiñones Gonzales”, Chiclayo.

CONTENIDO	SESIÓN	TÉCNICA	NOMBRE DE LA SESIÓN	TIEMPO
INDUCCIÓN	1°	Psico-educación	“Conociéndonos a través del programa Cognitivo Conductual en agresividad”	60´
REESTRUCTURACIÓN COGNITIVA	2°	Reestructuración cognitiva	“Soy lo que pienso, y cuido lo que soy”	60´
	3°	ABC	“Reconociendo nuestras distorsiones cognitivas”	60´
	4°	Cuestionamiento Socrático	“Dialogando con Sócrates; pienso, me cuestiono y luego actúo”	60´
	5°	Autoinstrucciones	“Diálogos internos, una puerta para el cambio”	60´
AUTOCONTROL	6°	Autocontrol emocional	“Reconozco mis emociones y domino mi conducta”	60´
	7°	Autodominio	“Tengo el control de la situación”	60´
	8°	Habilidades de afrontamiento	Afrontando retos con una nueva perspectiva”	60´
	9°	Resolución de conflicto	“El conflicto como reto, no como problema”	60´
	10°	Relajación	“Respiro y vuelvo a empezar”	60´
MODIFICACIÓN DE CONDUCTA	11°	Relajación progresiva	“Relajando cada parte de mí”	60´
	12°	Entrenamiento en HHSS: Modelado	“Conociendo estilos de respuestas”	60´
	13°	Entrenamiento en HHSS: Modelado II	“Veo, aprendo y modifico”	60´
	14°	Roleplaying	“Reconociendo mis procesos internos para generar cambio”	60´
	15	Entrenamiento la comunicación asertiva	“Comunicación asertiva: mi mejor arma”	60´
	16	Entrenamiento en escucha activa	“Escuchar más que oír”	60´
	17	Despedida o Cierre	“Despidiéndonos del programa”	60´

Nota: En la tabla 6 se visualiza la temática del programa a desarrollar, la denominación de las sesiones y las técnicas cognitivo conductuales a utilizar.

<i>Sesión</i>	<i>Objetivo</i>	<i>Indicador</i>	<i>Ruta del desarrollo</i>	<i>Tiempo</i>	<i>Técnica</i>	<i>Materiales</i>
N° 1 “Conociéndonos a través del programa Cognitivo Conductual en agresividad”	Motivar la participación activa y comprometida durante el desarrollo del programa Cognitivo Conductual.	Firma un compromiso de asistencia y participación en cada sesión	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Presentación entre el facilitador y los participantes. ▪ Dinámica de conocimiento “Soy mis cualidades y defectos” ▪ Brindar información esencial sobre el propósito del programa Cognitivo Conductual. ▪ Brindar información básica sobre conceptos de agresividad y programa cognitivo conductual ▪ Concientizar sobre las consecuencias de la conducta agresiva y los beneficios del comportamiento prosocial ▪ Establecer las normas de convivencia durante las sesiones del programa. ▪ Motivar a los adolescentes a una participación activa y comprometida ▪ Firma la carta de compromiso de asistencia a sesiones del programa. 	60’	Pedagógicas: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Participativa ▪ Lluvia de ideas ▪ Expositiva ▪ Retroalimentación 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Hojas bond ▪ Plumones ▪ Cañón multimedia
N° 2 “Soy lo que pienso, y cuido lo que soy”	Proponer correcciones de esquemas en pensamiento irracionales identificados.	Identifica y corrige las distorsiones cognitivas propuestas en la ficha de trabajo.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Se realiza una pequeña dinámica de inicio “<i>Esto es un Hisopo</i>”, que busca favorecer la distensión y concentración del grupo. ▪ Psicoeducación sobre la técnica de la reestructuración cognitiva ▪ Psicoeducación sobre los PENSAMIENTOS. ▪ Concientizar sobre la importancia de los pensamientos en la ejecución de la conducta. ▪ Se realizan actividades orientadas a concientizar la importancia de los pensamientos en la vida diaria 	60’	Reestructuración cognitiva Pedagógicas: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Participativa ▪ Lluvia de ideas ▪ Expositiva 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Cañón multimedia ▪ 1 hisopo ▪ Ficha de trabajo

N°3 <i>“Reconociendo nuestras distorsiones cognitivas”</i>	Incrementar la conciencia de los propios pensamientos irracionales a fin de promover el cambio por pensamientos positivos.	Desarrolla la ficha mediante la técnica del ABC para aumentar su nivel de conciencia sobre sus propios pensamientos irracionales.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Explorar aprendizajes de la sesión anterior mediante la dinámica “Tormenta de ideas” ▪ Refrescar brevemente conocimientos base para el desarrollo de la presente sesión. ▪ Mostrar la ruta a seguir para modificar pensamientos irracionales mediante la técnica del ABC ▪ Fomentar en el adolescente el pensamiento crítico y activo en el proceso de cambio ▪ Concientizar sobre la importancia de los pensamientos en el proceso de cambio de conducta 	60’	Reestructuración cognitiva Pedagógicas: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Participativa ▪ Lluvia de ideas ▪ Expositiva 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Cañón multimedia ▪ Ficha de trabajo
N° 4 <i>“Dialogando con Sócrates: pienso y luego actúo”</i>	Aprender a cuestionar y enfrentar los pensamientos irracionales a fin de modificarlos por pensamientos positivos.	Verbaliza las características de sus propios pensamientos automáticos mediante la técnica del diálogo socrático.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Provocar <i>in situ</i>, posibles pensamientos irracionales en los adolescentes, a fin de mostrar que estos son automáticos y pueden darse con mayor o menor intensidad dependiendo de la persona. ▪ Se elabora la dinámica del diálogo socrático, a fin de modelar la forma de pensar en situaciones donde se presenten los pensamientos negativos. ▪ Fomentar en los adolescentes su capacidad de enfrentar sus propios pensamientos irracionales. ▪ Promover la autonomía en el cambio de pensamientos. 	60’	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Reestructuración cognitiva ▪ Modelado ▪ Respiración Pedagógicas: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Participativo ▪ Grupal ▪ Lluvia de ideas 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Cañón multimedia ▪ Hojas de colores ▪ Lapiceros
N° 5 <i>“Diálogos internos, una puerta para el cambio”</i>	Modificar las autoverbalizaciones negativas en positivas o constructivas a fin de favorecer la autorregulación mediante el diálogo interno.	Elabora una lista de autoverbalizaciones negativas transformadas en positivas durante la sesión, que pueden ser usados en situaciones determinadas.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Dinámica de inicio “Mapa de conexiones”. ▪ Conocer el diálogo interno de los adolescentes frente a una situación precedente a una conducta agresiva. ▪ Modificar las autoverbalizaciones negativas en positivas o constructivas. ▪ Favorecer la autorregulación del adolescente mediante un diálogo interno. ▪ Dinámica de cierre “Palabra clave” 	60’	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Autoinstrucciones ▪ Respiración Pedagógicas: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Participativo ▪ Grupal ▪ Expositivo ▪ Lluvia de ideas 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Hojas bond Plumones de colores

<p>N° 6</p> <p><i>“Reconozco mis emociones y domino mi conducta”</i></p>	<p>Identificar la importancia del autocontrol como recurso para una conducta prosocial.</p>	<p>Verbaliza características de pérdida de autocontrol inhibida y explosiva.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Se inicia la sesión con la dinámica “La imagen distorsionada”. ▪ Se realizará una exposición concreta sobre el tema y técnica del Autocontrol. ▪ Se busca que el adolescente reflexione sobre situaciones que producen malestar identificando los sentimientos que lo provocan. ▪ Buscar alternativas de conductas prosociales, reconociendo el autocontrol como una herramienta de apoyo para ello. ▪ Aplicar técnicas de autocontrol en situaciones que identifique como amenazantes. ▪ Dinámica de cierre “Globo de la autorregulación” 	<p>60’</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Autocontrol ▪ Auto instrucciones <p>Pedagógicas:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Participativa ▪ Lluvia de idea ▪ Expositiva ▪ Grupal 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Proyector ▪ Globos ▪ Sillas
<p>N° 7</p> <p><i>“Tengo el control de la situación”</i></p>	<p>Identificar emociones para una mejor gestión de las mismas.</p>	<p>Identifica emociones, situaciones que generan la emoción y alternativas de solución para el control emocional y las plasma en la ficha de trabajo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Se inicia la sesión mediante la dinámica “Torbellino de ideas”, buscando identificar los conocimientos aprendidos de la sesión anterior. ▪ Se realiza la actividad “Acción, reacción, consecuencia”. ▪ Se busca que el adolescente aprenda a identificar sus emociones a fin de lograr una mejor gestión de las mismas. ▪ Adopta técnicas de autocontrol a fin de aplicarlos en su vida diaria. ▪ Cierre de sesión mediante dinámica “Palabra Clave” 	<p>60’</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Autocontrol <p>Pedagógicas:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Participativo ▪ Lluvia de ideas. ▪ Técnica de análisis de contenido 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Proyector ▪ Pizarra o ▪ Papelote ▪ Marcador de pizarra o papel ▪ Post it ▪ Lapiceros ▪ Hojas de trabajo
<p>N° 8</p> <p><i>“Afrontando retos con una nueva perspectiva”</i></p>	<p>Ejercitar formas socialmente aceptables para la solución de conflictos.</p>	<p>Desarrolla una matriz siguiendo la ruta del conflicto.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Se inicia la sesión con la dinámica: “Inflarse como globos”. ▪ Se realiza lluvia de ideas a fin de conocer aprendizajes previos. <p>La sesión busca que los adolescentes puedan:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Conocer conceptos básicos sobre la resolución de conflictos. ▪ Identifica las situaciones de conflicto. 	<p>60’</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Resolución de conflictos. ▪ Respiración <p>Pedagógicas:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Grupal ▪ Participativo ▪ Expositivo 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Sillas. ▪ Proyector ▪ Hojas bond ▪ Lapiceros ▪ Pizarra

			<ul style="list-style-type: none"> Adopta formas socialmente aceptables para la solución de conflictos. Cierre de sesión mediante dinámica “Palabra Clave” 			
N° 9 “El conflicto como reto, no como problema”	Aplicar estrategias prosociales para la solución de conflictos en diferentes esferas de interacción.	Plantea alternativas de solución para enfrentar los conflictos en diferentes situaciones.	<ul style="list-style-type: none"> Se realiza la sesión N°6, iniciando con la dinámica del “Sí y el No”, permite realizar lluvia de ideas sobre la sesión anterior. Se realizará una exposición breve a manera de recordatorio de la sesión anterior Se motiva a los adolescentes a tener una participación activa y respetuosa en toda la sesión Se incide en la importancia de encontrar formas de respuestas socialmente aceptables a los conflictos a fin de aplicar las estrategias en cada esfera de interacción social. 	60’	<ul style="list-style-type: none"> Resolución de conflictos Pedagógicas: <ul style="list-style-type: none"> Participativo Lluvia de ideas. Técnica de análisis de contenido 	<ul style="list-style-type: none"> Cartulinas Marcadores de papel Ovillo de lana o pabilo por grupo.
N° 10 “Respiro y vuelvo a empezar”	Ejecutar procedimientos para controlar sus propios niveles de activación sin ayuda de un agente externo, a fin lograr respuestas socialmente aceptables.	Ejercita la respiración básica mediante la estrategia “inhale (6”) retenga (4”) y exhale (7”)	<ul style="list-style-type: none"> Se inicia la sesión con la dinámica “<i>Relajao, relajao, relajao</i>” Mediante la lluvia de ideas, se busca identificar conocimientos previos y reforzar los ya existentes. Se introducirá la sesión N°10 concientizando a los adolescentes sobre la importancia de las técnicas de relajación en el proceso de manejo y control de las emociones. Se entrena en las técnicas de relajación a los adolescentes, mediante la respiración y la visualización de estímulos agradables. Se brinda herramientas necesarias para que puedan replicar las estrategias en momentos de tensión Se motivará a los adolescentes a la práctica diaria de la relajación y visualización a fin de gestionar sus pensamientos y emociones. 	60’	<ul style="list-style-type: none"> Relajación Modelado Pedagógicas: <ul style="list-style-type: none"> Grupal Participativo Expositivo 	<ul style="list-style-type: none"> Colchonetas Sillas Reproductor de música

<p>N° 11</p> <p><i>“Relajando cada parte de mí”</i></p>	<p>Adquirir estrategias de relajación que permitan un mejor control de procesos internos mediante la distensión muscular, incrementando la sensación de calma.</p>	<p>Sigue la secuencia de procedimiento de relajación sistemática y ejemplifica la utilización de la guía.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Realizar un feedback que permita actualizar los conocimientos de la sesión anterior. Implementar nuevas estrategias de relajación que permitan incrementar un mayor estado de calma en los adolescentes. Motivar a los adolescentes a continuar con las estrategias dentro y fuera de las sesiones programadas, a fin de normalizarlo en su vida diaria. Mostrar la técnica de relajación progresiva. Se promueve la participación activa del adolescente en las actividades programadas. 	<p>60’</p>	<ul style="list-style-type: none"> Relajación Modelado <p>Pedagógicas:</p> <ul style="list-style-type: none"> Participativa Lluvia de idea Grupal 	<ul style="list-style-type: none"> Silla Proyector Ficha de pautas de relajación Guía de relajación impresa.
<p>N° 12</p> <p><i>“Conociendo estilos de respuestas”</i></p>	<p>Identificar formas de comportamiento o que permitan un adecuado ajuste social.</p>	<p>Verbaliza los tipos de comportamiento agresivo, pasivo y asertivo; proponiendo conductas socialmente aceptables.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Motivar al adolescente a una participación activa y respetuosa dentro de la sesión programada. Realizar la dinámica inicial “quien es el líder” que fomenta la distensión, cooperación del grupo. Se promueve la participación voluntaria de los adolescentes para la dramatización de las actividades de desarrollo. Se motiva a los adolescentes a adoptar un comportamiento y comunicación asertiva. Se concientiza sobre la importancia de responder de forma asertiva ante los estímulos adversos. 	<p>60’</p>	<ul style="list-style-type: none"> Role playing Modelado <p>Pedagógicas:</p> <ul style="list-style-type: none"> Expositiva Participativa Lluvia de idea Grupal 	<ul style="list-style-type: none"> Post it Proyector
<p>N° 13</p> <p><i>“Veo, aprendo y modifico”</i></p>	<p>Ejercita la comunicación asertiva como comportamiento o prosocial, mediante la técnica del modelado.</p>	<p>Propone comportamiento asertivo logrando imitar nuevas formas de comportamiento prosocial.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Realizar un feedback que permita actualizar los conocimientos de la sesión anterior. Motivar al adolescente a una participación activa Se proyecta un video a fin de ser analizado, asociado al tema tratado en la sesión anterior. Promover en el adolescente un pensamiento crítico a través de situaciones simuladas. Promover en los adolescentes un cambio de conducta dirigido hacia los parámetros socialmente aceptables. 	<p>60’</p>	<ul style="list-style-type: none"> Modelado Reestructuración cognitiva Resolución de conflictos <p>Pedagógicas:</p> <ul style="list-style-type: none"> Participativa Lluvia de idea Grupal 	<ul style="list-style-type: none"> Proyector o cañón multimedia.

N° 14 <i>“Reconociendo mis procesos internos para generar cambio”</i>	Identificar pensamientos y emociones previos al comportamiento o agresivo, para modificarlos mediante el autocontrol.	Identifica procesos internos: pensamientos y emociones en situaciones agresivas modificándolos mediante el autocontrol en la ficha de trabajo.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Se busca afianzar confianza y relaciones en el grupo mediante la dinámica de inicio. ▪ Utilizar la técnica del roleplaying como estrategia de aprendizaje de nuevas conductas prosociales. ▪ Se recapitula la importancia de los pensamientos en la modificación del comportamiento. ▪ Se concientiza a los adolescentes sobre su participación activa en la modificación de pensamientos erróneos para un cambio en sus respuestas. 	60'	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Role playing ▪ Autocontrol ▪ RC Pedagógicas: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Participativa ▪ Lluvia de idea ▪ Grupal 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Reproductor de música ▪ Ficha de trabajo
N° 15 <i>“Comunicación asertiva: mi mejor arma”</i>	Adquirir habilidades de comunicación asertiva que permitan al adolescente, un adecuado desenvolvimiento social.	Modifica las respuestas agresivas por respuestas asertivas en la comunicación, esto será expuesto al grupo y plasmado en la ficha de trabajo.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Afianzar el trabajo en equipo y comunicación, mediante la dinámica de inicio. ▪ Distender al grupo mediante la dinámica de inicio. ▪ Generar pensamiento crítico mediante lluvia de ideas sobre el tema. ▪ Desarrollar la comunicación asertiva mediante el diálogo entre moderador y participante y el llenado de las fichas de trabajo. ▪ Generar conciencia sobre la importancia de la comunicación asertiva en la adquisición de conductas prosociales. 	60'	Entrenamiento en HHSS: Comunicación Asertiva Pedagógicas: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Participativa ▪ Lluvia de idea ▪ Grupal ▪ Expositiva 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Aro o ula ula ▪ Proyector o cañón multimedia ▪ Ficha de trabajo
N° 16 <i>“Escuchar más que oír”</i>	Practicar la escucha activa que permite al adolescente, un adecuado ajuste y desenvolvimiento social.	Sigue instrucciones de guardar silencio, prestar atención y escucha activa; la misma que será calificada en una ficha.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Distender al grupo mediante la dinámica de inicio, así como dar apertura al tema de la sesión. ▪ Generar pensamiento crítico mediante lluvia de ideas sobre el tema. ▪ Desarrollar y adquirir habilidades de escucha activa ▪ Crear conciencia sobre la importancia de la escucha activa en la comunicación. ▪ Motivar a los adolescentes a usar la técnica de escucha activa en su día a día 	60'	Entrenamiento en HHSS: escucha activa Pedagógicas: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Participativa ▪ Lluvia de idea ▪ Grupal ▪ Expositiva 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Proyector multimedia

<p>Sesión: N°17</p> <p><i>“Despidiéndonos del programa”</i></p>	<p>Realizar una autoevaluación sobre su participación en el programa.</p>	<p>Verbaliza una autoevaluación de su participación en el programa y sobre la importancia del programa cognitivo conductual en su propósito de cambio.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Crear reflexión mediante la dinámica de inicio. ▪ Retroalimentar y recapitular sobre las temáticas realizadas durante las sesiones anteriores. ▪ Motivar a los adolescentes a utilizar las técnicas enseñadas a lo largo del programa. ▪ Concientizar sobre la importancia de las conductas prosociales sobre la conducta agresiva. ▪ Brindar un espacio de acompañamiento y gratitud con los adolescentes mediante la dinámica final, el cual pretende motivar al cambio y agradecer por su participación en el programa 	<p>60'</p>	<p>Pedagógicas:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Participativa ▪ Grupal ▪ Expositiva 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Velas ▪ Aromatizador ▪ Proyector o cañón multimedia ▪ Reproductor de música
---	---	--	---	------------	---	--

Nombre de Sesión: N° 1 “Conociéndonos a través del programa Cognitivo Conductual en agresividad”

Objetivo: Motivar la participación activa y comprometida para el desarrollo del programa Cognitivo Conductual.

Desarrollo de las actividades

Inicio

Se iniciará la sesión con una dinámica de presentación, denominada: ***“Soy mis cualidades y defectos”*** donde el facilitador iniciará con la dinámica, con el fin de ejemplificarla. Se dará la instrucción que, a manera de iniciar con el programa, todos debemos presentarnos con el nombre que más nos guste, en caso de tener dos nombres. Tras elegir el nombre, deberán mencionar una cualidad y un defecto con la letra inicial del nombre elegido. Se deberá proporcionar una hoja bond, donde el adolescente deberá escribir la inicial elegida para que el grupo pueda visualizarlo.

Finalmente, deberá expresar cuáles son sus expectativas del programa. De esta manera, lograremos saber si el adolescente es capaz de reconocer sus cualidades y defectos compartiéndolo con el grupo.

Desarrollo

Para el proceso expositivo del tema agresividad, se fomentará un ambiente de participación entre los asistentes. Se realizarán preguntas claves a fin de saber cuáles son los conocimientos previos respecto al tema. Se pedirá voluntarios para que puedan expresar sus ideas libremente en torno a las siguientes preguntas:

¿Qué es la agresividad para ti?

¿la agresividad es buena o mala?

¿Cómo se expresa la conducta agresiva?

Al finalizar, el facilitador deberá dar una exposición clara y breve sobre la agresividad, las dimensiones de agresividad física, verbal, ira y hostilidad. Teorías claves al respecto, incidiendo en la teoría de Bandura y la función del programa cognitivo conductual en la modificación del comportamiento agresivo. Se dilucidará alguna duda realizada por los presentes.

Cierre

Se realizará la dinámica “Palabra clave”, donde se solicitará a cada uno de los asistentes que, de manera voluntaria, puedan decir en una sola palabra el resumen de su experiencia en la sesión número 1; esto nos permitirá explorar los conocimientos aprendidos y la reflexión detrás de ella. Se agradecerá por la asistencia a cada uno y se motivará su asistencia para la sesión número 2.

Se brindará a cada uno de los participantes una hoja de compromiso de asistencia a cada uno de las sesiones, la cual deberá ser firmada voluntariamente por cada uno de los adolescentes.

CARTA DE COMPROMISO DE PARTICIPACIÓN AL PROGRAMA: “LIBERÁNDONOS DE LA AGRESIVIDAD”	
Nombres y Apellidos:	
Institución:	
Edad:	
<p>Mediante el presente documento, afirmo haber recibido información sobre el programa Cognitivo Conductual “<i>Liberándonos de la agresividad</i>”, y me comprometo voluntariamente a participar de las 17 sesiones programadas a lo largo de las siguientes 17 semanas, por un lapso de 60 minutos cada sesión.</p> <p>De igual forma, me comprometo a cumplir con responsabilidad las siguientes disposiciones:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Asistir responsablemente al 100% de las diecisiete sesiones programadas.2. Registrar mi asistencia a cada sesión, según lo disponga el facilitador.3. Participaré activamente en cada una de las actividades mostrando respeto por el facilitador y mis compañeros4. Respetare las reglas de convivencia en la sesión, según lo dispuesto por el facilitador. <p>Por lo expresado, firmo la presente carta de compromiso en señal de conformidad.</p> <p>Chiclayo,de..... del 2023</p> <p style="text-align: center;">Firma y huella digital del participante:</p> <p style="text-align: center;">.....</p>	

Nombre de Sesión: N° 2 “Soy lo que pienso, cuido lo que soy”

Objetivo: Proponer correcciones de esquemas en pensamiento irracionales identificados.

Desarrollo de las actividades

Inicio

Se realiza la dinámica de inicio **“Esto es un hisopo”** (puede variarse con cualquier objeto), el cual está orientado a la distensión y concentración del grupo.

Para la realización de la dinámica, se solicita a los adolescentes que formen un círculo, se buscará un punto de inicio y se indicará al primer adolescente que realice la siguiente secuencia:

Adolescente 1: “Hola, esto es un hisopo” (se lo muestra al compañero de al lado y le entrega el hisopo)

Adolescente 2: “¿un qué?” (responde)

Adolescente 1: Un hisopo (repite,)

Adolescente 2: este es un hisopo (le dice al compañero de a lado, y le entrega el palito)

Adolescente 3: “¿un qué?” (le repite al adolescente 2)

Adolescente 2: un qué (le pregunta al adolescente 1)

Adolescente 1: Un hisopo

Adolescente 2: un hiposo

Adolescente 3: deberá continuar con la secuencia, así sucesivamente hasta llegar al último adolescente.

Se observará, que no todos los adolescentes tienen el mismo nivel de concentración, creando confusión durante el desarrollo de la sesión.

Desarrollo

Luego de estar distendidos tras la dinámica de inicio, se deberá indagar sobre los conocimientos previos de los adolescentes en torno al tema, para ello se deberá realizar las siguientes interrogantes:

¿Qué son los pensamientos?

Luego de escuchar las apreciaciones de los adolescentes, se realizará una simulación sobre alguna situación posible entre ellos.

“Imaginemos una situación. Están en su receso, uno de sus mejores amigos con el que suelen pasar rato juntos, pasa cerca de ti, pero no te saluda y sigue su camino. En ese

momento, ¿qué se te pasa por la cabeza?, quizás que está molesto por algo, puedes sentirte triste o enojado, y en tu mente elaboras una posible conversación que incluye un reclamo por lo sucedido. Si en lugar de tomarlo como algo personal, hubieras pensado que tal vez estuvo distraído, que no te vio, etc. ¿Crees que tus emociones del momento hubieran sido diferentes?”

En este punto, se explica la importancia de los pensamientos en la forma cómo sentimos y posteriormente, nos comportamos. Explicar el papel de los pensamientos negativos, como antesala a sensaciones y conductas negativas.

- Se explica la técnica de la *Reestructuración cognitiva*, basada en la identificación de los pensamientos negativos o irracionales, tal como se evidencio en la situación simulada previamente.
- Se explica lo que son las *Distorsiones Cognitivas* como una visión exagerada de la realidad, cómo estas pueden ocurrir en el día a día, y que un exceso de estas, pueden causarnos otro tipo de problemas de salud mental como la ansiedad o la depresión.

A fin de recapitular lo mencionado, se proyectará el siguiente corto con la explicación del tema tratado <https://www.youtube.com/watch?v=ce6g-aJujNI> “**10 errores de pensamientos más habituales**”, se reforzará lo observado de manera concreta, a fin de dilucidar alguna duda.

Se recapitula brevemente los 10 errores cognitivos con una explicación sencilla y fácil al entendimiento.

1. **Personalización:** relaciona sin base los hechos ocurridos con nosotros mismos.
2. **Etiquetado:** Consiste en poner etiquetas a las situaciones o a nosotros mismos.
3. **Los debería:** supone mantener reglas muy exigentes sobre como deberían ser las cosas o situaciones.
4. **Pensamiento polarizado:** tendencia a evaluar de forma extrema, bueno o malo.
5. **Generalización:** conclusiones generales de un hecho particular, inclinándose a situaciones catastróficas generando emociones intensas.
6. **Visión catastrófica:** Visión anticipada de situaciones negativas

7. **Falacia de cambio:** creencia que supone que el bienestar de uno mismo depende del cambio de los otros o del contexto.
8. **Inferencia arbitraria:** concluye de forma anticipada, a partir de un hecho aislado sin evidencia que la sustente.
9. **Filtraje:** centrarse sólo en el aspecto negativo, minimizando las situaciones positivas o de éxito,
10. **Razonamiento emocional:** Suponer que tus emociones negativas reflejan la realidad.

Tras la exposición, se brinda la ficha de trabajo a los adolescentes y se pide que conecten el tipo de pensamiento erróneo con la frase que lo caracteriza, así mismo, proponer un cambio de pensamiento y escribirlo en el apartado **“Reestructuración del pensamiento”**

Ficha de trabajo: Reestructurando pensamiento:

Lee con detenimiento y enlaza el error cognitivo con la frase o pensamiento para finalmente proponer un pensamiento positivo que lo sustituya.

ERROR COGNITIVO	PENSAMIENTO DISTORSIONADO	REESTRUCTURANDO EL PENSAMIENTO
Personalización	“soy un tonto, un ocioso”
“Los debería”	“debería ser más simpático”
Pensamiento polarizado	“Todo lo que pasa es por mi culpa
Etiquetado	“si me fuera a otro colegio, seguramente me irá mejor”
Generalización	“Me fue mal, seguramente me volverá a pasar siempre”
Visión catastrófica	“no me han elegido porque les caigo mal”
Falacia de cambio	“seguro me irá mal en la exposición”
Inferencia arbitraria	“si me siento mal, seguro algo malo va a pasar
Filtraje	“todo lo hago mal”
Razonamiento emocional	En mi salón de clase, sólo hay gente tonta”

Cierre:

Se concluye la sesión, preguntando en pleno, cómo se han sentido, y si creen que el tema tratado, será de ayuda en su día a día.

Nombre de Sesión: N°3: “Reconociendo nuestras distorsiones cognitivas”

Objetivo: Incrementar la conciencia de los propios pensamientos irracionales a fin de promover el cambio por pensamientos positivos.

Desarrollo de las actividades

Inicio

Se realizará la dinámica de inicio “*Tormenta de ideas*” la cual busca decir palabras que resuenan de un tema generador. Esto servirá para hacer un repaso de la sesión anterior y continuar con la siguiente.

Se escribirá en la pizarra o papelote la palabra generadora: “*Distorsiones cognitivas y Pensamientos*” se solicita participantes voluntarios que puedan escribir en una sola palabra las ideas generadoras de las palabras escritas.

Se realiza un feedback sobre el tema anterior, y se continúa con el desarrollo de la sesión.

Desarrollo

El desarrollo de la sesión se trata de crear o incrementar la conciencia del adolescente sobre sus propias distorsiones cognitivas y trabajarlas en aula, con el propósito de brindar una guía que les permita su identificación dentro y fuera de las sesiones.

Se hace necesario, la *identificación de pensamientos negativos* y realizar un *autorregistro* utilizando el método ABC, y así *modificar el diálogo interno*, es decir, las conversaciones con nosotros mismos.

A modo de ejemplificar el desarrollo de la sesión, se proyectará el siguiente formato:

<i>Situación desencadenante Ejm.</i>	<i>Pensamiento</i>	<i>Emoción</i>	<i>Conducta</i>	<i>Pensamiento Alternativo</i>
El director del centro me pide que vaya a su oficina después de clases.	Seguro va a llamarme la atención o sancionarme por algo malo que hice	Miedo Preocupación Estado ansioso	Evitar hasta el último minuto encontrarse o ir con el director.	El director quiere que vaya a su oficina, no recuerdo haberme portado mal, seguramente quiere comunicarme algo, esperar a ver qué es lo que me dice.
En un trabajo de grupo en aula, mi mejor amigo	Seguro no me eligió porque piensa que no soy inteligente, o	Rabia Tristeza	Decido no volver a hablarle, o si me dirige la palabra le	Tal vez quiere explorar el trabajo con otros compañeros, seguramente lo

decide elegir a otro compañero	está molesto conmigo		respondo de mala forma.	eligieron a él y no le dieron oportunidad de elegirme.
--------------------------------	----------------------	--	-------------------------	--

Luego de explicarle la ficha de trabajo, y analizarlo en grupo, se pide que desarrollen la siguiente ficha de trabajo en base a sus propias experiencias.

Para ello, es necesario tener en cuenta lo siguiente antes de modificar un pensamiento negativo:

- Analiza evidencia de si eso que estás pensando, es posible que se cumpla
- Date cuenta si existe o no un error en el pensamiento
- Piensa en las probabilidades reales de que ocurra lo que estás pensando
- No seas catastrófico, piensa si las consecuencias que temes pueden llegar a ser tan catastróficas.
- Piensa en la utilidad de tu pensamiento, te sirve o no ese tipo de pensamiento.

<i>Situación desencadenante</i>	<i>Pensamiento</i>	<i>Emoción</i>	<i>Conducta</i>	<i>Pensamiento Alternativo</i>

Cierre

Se concluye la sesión con la dinámica de cierre, “*Palabra Clave*” a fin de conocer los puntos más importantes captados durante la sesión.

Nombre de Sesión: N°4 “Dialogando con Sócrates: pienso, me cuestiono y luego actúo”

Objetivo: Aprender a cuestionar y enfrentar los pensamientos irracionales a fin de modificarlos por pensamientos positivos.

Desarrollo de actividades

Inicio

Se desarrolla la dinámica de inicio: “**Momento de tensión**” se ingresará en aula donde se desarrollará la sesión. El facilitador mencionará que el director del centro se acercará al aula debido a que se ha reportado un mal comportamiento por un grupo de adolescentes presentes en la sala. Se esperará unos minutos, a fin de ver la reacción de los adolescentes y el facilitador deberá indicar que todo ha sido un “*simulacro de distorsiones cognitivas*”, es decir, que el director no se acercará por la supuesta falta reportada. Se espera ver calma en los adolescentes. Una vez dicho esto, se deberá realizar las siguientes preguntas, y a su vez, se entregará una hoja de color a cada participante, para que pueda colocar sus respuestas.

¿Qué pensamientos tuviste cuando el facilitador dijo que el director se acercaría al aula?

¿Qué emociones pudiste percibir cuando tuviste esos pensamientos?

¿Cuál fue la conducta que ejecutaste o quisiste ejecutar?

Una vez que hayan terminado de escribir, se pedirá que coloquen sus papeles en una pequeña urna acondicionada para conservar los papeles. Se leerá de forma anónima cada uno de los papeles, y se explicará realizando una breve retroalimentación de la sesión pasada.

Desarrollo

A fin de iniciar con el desarrollo de esta sesión, se deberá proporcionar distensión al grupo, mediante la respiración guiada. Se seguirá la siguiente instrucción:

“Todos de pie, vamos a respirar profundamente. Contaré hasta cinco, y ustedes deberán *inhalar* todo el aire que les sea posible, lo sostendrán por tres segundos, y cuando diga *exhalen*, deberán expulsar todo el aire. Luego, continuaremos con esta secuencia hasta en cinco ocasiones”.

Una vez relajado el grupo, se procederá con la actividad “*Diálogo o cuestionamiento socrático*”, se explicará que esta es una técnica útil para trabajar las distorsiones cognitivas, que sirve para cuestionar los pensamientos que resulten irracionales desafiando dichas distorsiones.

Se elaborará un sombrero cono de papel, similar a la de un mago y se solicitará a dos o tres participantes de manera voluntaria, quienes deberán elegir los papeles trabajados en la sesión de inicio; pueden elegir de preferencia las propias ideas plasmadas en el papel de color, o podrán elegir cualquier papel al azar a fin de poder trabajarlo en la actividad siguiente. Esta actividad sirve de modelo a todo el grupo de cómo realizar un diálogo socrático.



1.- Se pedirá al adolescente que pase al frente, elija el papel de la dinámica anterior y tome asiento. El facilitador deberá colocarle el sombrero en la cabeza.

2.- Se pedirá que lea en voz alta el pensamiento catastrófico, resultado de la situación simulada del director.

3.- una vez manifestada, el facilitar, quien simulará ser la voz del sombrero iniciará con los cuestionamientos propios del diálogo socrático.

Ejm.

¿Ese pensamiento es realista?

¿esos pensamientos se basan en hechos reales o en tus sentimientos?

¿tienes alguna evidencia que sustente tus pensamientos?

¿crees que puedas estar distorsionando una posible evidencia?

Estos cuestionamientos, deberán ser respondidos en voz alta por el adolescente, quien intentará justificar sus pensamientos o distorsiones cognitivas. Se podrán agregar más preguntas dependiendo del criterio del facilitador, hasta lograr que el adolescente entienda lo irracional de los pensamientos.

Cierre

Finalmente, se realizará la actividad de cierre “*Palabra clave*”, y se pedirá a los adolescentes que, en una palabra, puedan sintetizar el aprendizaje de la sesión

Nombre de Sesión: N° 5 “Diálogos internos, una puerta para el cambio”

Objetivo: Modificar las autoverbalizaciones negativas en positivas o constructivas a fin de favorecer la autorregulación mediante el diálogo interno.

Desarrollo de las actividades

Inicio

Se iniciará la sesión con una dinámica de inicio denominada: “*Mapa de conexiones*”, la cual tiene como objetivo continuar con el proceso de autoconocimiento y exteriorización a fin de conocer sus diálogos internos.

La dinámica consiste en brindarle al adolescente una hoja bond con dos o tres plumones de colores, se le pedirá que escriba cuatro adjetivos que lo definan y los encierren dentro de un círculo. Posteriormente, se les solicitará que se acerquen a otro compañero y compartan los descritos en el papel, elijan un término de cada hoja que los identifique y lo coloquen en su propio papel utilizando un conector que nos brinde un concepto integrado. Al finalizar, se pedirá la participación voluntaria de los adolescentes que quieran compartir la actividad con el grupo. Esto fomenta la integración, el insight y la capacidad de conectarse

Desarrollo

Se conecta con la dinámica de inicio incidiendo en que, para elaborar la actividad y consignar sus cualidades, han tenido que realizar un diálogo interno eligiendo qué poner y qué no.

Se realiza una breve introducción sobre la técnica de Autoinstrucciones y su importancia en el proceso de cambio.

El facilitador deberá exponer de forma clara y concisa ¿Qué son las autoinstrucciones? Los tipos de *Autoinstrucciones en voz alta*, *Autoinstrucciones en voz baja* y las *Autoinstrucciones encubiertas*.

Previo a la ejecución de la técnica, el facilitador deberá realizar el modelado cognitivo, donde este realiza todo el proceso a modo de ejemplificarlo.

Se solicitará a los adolescentes brindar ejemplos de situaciones que pueden ocasionar una respuesta agresiva, entre ellos: bromas de mal gusto, un insulto del compañero, una llamada de atención del superior, etc.

Se tomará como ejemplo la de mayor consenso y se brindarán ejemplos de diálogos internos negativos, que estimulan las respuestas cognitivas. Para posteriormente, brindar respuestas alternativas mediante autoverbalizaciones constructivas a fin de autorregular nuestro comportamiento.

Ejm.

Juan estuvo en el patio repasando sus lecciones; se acercó Pedro y comenzó a hacer bromas al respecto intentando incomodarlo. Al ver que Juan no respondía, Pedro continuaba con sus bromas cada vez más ofensivas poniéndole adjetivos que comienzan a molestar a Juan.

Se pide a los adolescentes que brinden ideas de qué cosas negativas está pensando Juan sobre lo que sucede.

Juan: *“voy a darle un golpe para que aprenda a respetar”*

Asimismo, se les pide que puedan identificar qué emociones podría estar sintiendo Juan ante esta situación.

Luego, deberán realizar una lista de autoverbalizaciones positivas que permita modificar la respuesta de Juan.

Juan: *“será mejor que no caiga en su juego, o puedo meterme en problemas”*

A estas respuestas, se les pedirá identificar qué tipo de emociones podría causarle a Juan haber tomado el control de la situación.

Tras el ejemplo brindado, se ofrecerá a cada adolescente una hoja bond con un lapicero, se les solicitará identificar una situación que haya pasado donde actuó de manera agresiva, se pedirá identificar las emociones y el diálogo interno que pudo haber tenido en aquel entonces. De forma voluntaria, se pedirá a dos o tres adolescentes que lo compartan con el grupo.

Cierre

Se dejará una tarea para la siguiente sesión. Se pedirá identificar alguna situación en la que lograron utilizar de manera positiva las autoinstrucciones.

Finalmente, se realizará la actividad de cierre *“Palabra clave”*, y se pedirá a los adolescentes que, en una palabra, puedan sintetizar el aprendizaje de la sesión

Nombre de Sesión: N° 6 “Reconozco mis emociones y domino mi conducta”

Objetivo: Identificar la importancia del autocontrol como recurso para una conducta prosocial.

Desarrollo de las actividades

Inicio

Se iniciará la sesión con una dinámica de inicio denominada: ***“La imagen distorsionada”*** en la cual, se escogerá y proyectará una imagen y se aumentará de tamaño a fin de distorsionarla, y luego se solicitará a los participantes, adivinar qué es lo que hay en la imagen proyectada.

Tras develar la imagen proyectada, en su tamaño original, se hablará sobre la analogía de esta dinámica: muchas veces tenemos una percepción equivocada de las circunstancias, las mismas que nos pueden llevar a tener conductas erróneas.

Finalmente, se dará apertura al tema de la sesión, el autocontrol.

Desarrollo

Se brindará una exposición clara y concisa sobre la técnica de autocontrol, los retos y beneficios de la misma.

Se puntuará la ponencia en los siguientes aspectos:

Dos formas de perder el control emocional:

Inhibida

Explosiva

En este punto, se solicitará a los participantes lluvia de ideas preguntando si conocen una forma de pérdida de control emocional de cada aspecto.

Se hablará de la individualidad en una situación determinada y las reacciones emocionales que éstas puedan acarrear.

Emociones negativas, o socialmente rechazadas; se pedirá opiniones sobre las emociones que serán: ira, miedo, ansiedad, celos, vergüenza, etc.

Se simularán situaciones determinadas que causen emociones arriba mencionadas, frente a estas, se busca remplazar una conducta agresiva, por una conducta socialmente aceptada mediante el uso de ciertas técnicas:

Respiración profunda

Tiempo fuera o time out

Autoinstrucciones encubiertas.

Ejm.

Ante la situación, “*un compañero de aula se burló de mi exposición en clase*”

Posibles emociones:

Ira con deseos de golpear.

Técnicas a utilizar y por qué:

Respiro profundamente: *siento que mis reacciones fisiológicas disminuyen.*

Tiempo fuera: *trato de pensar y remplazar formas de respuesta que no sean agresivas, busco conversar o simplemente retirarme de la escena.*

Autoinstrucciones: *mediante el diálogo interno, cambio mi modo de respuesta.*

Se solicita la participación activa de los adolescentes, quienes brindarán ejemplos de reacciones negativas frente a una situación que reconocen como amenaza, esto permitirá conocer la forma de pensar y conductas previas de los adolescentes

Se les brindará opciones para controlar las emociones negativas mediante las técnicas prácticas que no son guiadas y pueden utilizarse en cualquier momento y lugar.

Cierre

Se culminará con la sesión, ejecutando la dinámica “***Globo de la autorregulación***”

Se brindará a cada participante un globo inflado, los participantes se ubicarán dentro de un círculo de sillas, se les pedirá que cuiden sus globos y traten de mantenerlos siempre inflados y bajo su dominio. El facilitador, provisto de un objeto intentará reventar los globos o sacarlos del círculo a fin de ir sacando a cada participante del círculo.

La conclusión de cierre consiste en manifestar que en la vida, muchas personas intentarán hacernos perder el control de nuestras emociones e impulsos, pero que sólo dependerá de uno mismo mantener nuestras emociones bajo control.

Nombre de Sesión: N° 7 “Tengo el control de la situación”

Objetivo: Identificar emociones para una mejor gestión de las mismas.

Desarrollo de las actividades

Inicio

Se iniciará la sesión con la dinámica denominada: **“Torbellino de ideas”** la cual busca decir palabras que resuenan de un tema generador, esto servirá para hacer un repaso de la sesión anterior y continuar con lo siguiente.

Se escribirá en la pizarra o papelote la palabra generadora: **“Autocontrol”** a partir de esto, cada uno de los participantes, deberá colocar en la pizarra o papelote una palabra clave asociada a la palabra generadora hasta que se produzca una asociación de ideas amplia. Esto permitirá explorar qué tanto se aprendió en la sesión anterior, y fomentará un ambiente participativo en el grupo.

Desarrollo

El desarrollo de esta sesión se trabajará con la **“Acción, reacción, consecuencia”**.

Se brindará a cada adolescente 3 post it de colores, a fin de que puedan responder a las siguientes preguntas, las mismas que serán proyectadas o escritas en la pizarra:

- ¿Cómo reaccionas cuando pierdes el control de tus emociones?
- ¿Qué sensaciones físicas tiene tu cuerpo cuando pierdes el control de tus emociones?
- ¿Cuál es la respuesta de tu entorno cuando pierdes el control de tus emociones?

Estas preguntas ayudarán al adolescente a ser conscientes de una situación, su conducta, las sensaciones que causa, y las consecuencias de las mismas.

Posterior a ello, tras la actividad realizada; se pedirá que piensen en la situación **“X”** que los hace actuar o sentir de una manera determinada, y realicen la siguiente hoja de trabajo que presentará dos columnas con los siguientes apartados:

“yo me siento mejor cuando...”	“Yo me enojo cuando...”
■	■
■	■
■	■
■	■
■	■

Deberán de responder a cada uno de los apartados con al menos dos o tres situaciones que les hace sentirse bien personalmente o lo que otras personas pueden hacer para que éste se sienta bien. De igual manera, deberá consignar aquellas cosas que le hagan perder el control de sus emociones resultando en: ira, hostilidad o agresividad física o verbal.

Con estas dinámicas, se favorece la capacidad de identificar situaciones que causen una pérdida de control, las emociones y sensaciones que percibe el adolescente y las conductas más frecuentes. Además, se brindarán alternativas de solución que pueda amortiguar las emociones negativas sucedidas.

Cierre

Finalmente, se realizará la actividad de cierre “*Palabra clave*”, y se pedirá a los adolescentes que en una palabra puedan sintetizar el aprendizaje de la sesión.

Nombre de Sesión: N° 8 “Afrontando retos con una nueva perspectiva”

Objetivo: Ejercitar formas socialmente aceptables para la solución de conflictos.

Desarrollo de las actividades

Inicio

Se iniciará la sesión con la dinámica denominada: **“Inflarse como globos”**, la cual consiste en explicar al grupo sobre las reacciones emocionales y fisiológicas que ocasiona una situación conflictiva. Posteriormente, se les dará la indicación de que *“vamos a inflarnos como globos”*. Primero deberán respirar profundamente, de pie y con los ojos cerrados, en la medida que los pulmones se llenan de aire, deberán levantar los brazos, repitiéndolo reiteradas veces hasta que sea asimilado por cada uno de los participantes y se realice correctamente. Posterior a ello, soltarán el aire y simularán desinflarse como globos, hasta caer en el suelo, o en la silla. Se debe repetir varias veces.

Cuando hayan pasado algunos minutos, y los participantes se hayan relajado, se les hará la pregunta de si creen que pueden replicar este ejercicio cada vez que se encuentren enojados.

Desarrollo

Se iniciará la sesión 8, que apertura el entrenamiento en habilidades de Afrontamiento o solución de conflictos.

Mediante la técnica lluvia de ideas, se explorará los conocimientos básicos de los adolescentes sobre lo que ellos entienden por CONFLICTO.

¿Qué es un conflicto?

¿Los conflictos son buenos o malos?

¿los conflictos siempre terminan en problemas?

Se brindará una breve exposición sobre qué son los conflictos, las formas de solucionar un conflicto y la importancia de las técnicas aprendidas en las sesiones anteriores para el manejo adecuado de conflictos.

Se fomentará la participación crítica de los adolescentes.

Se desarrollará la actividad **“Ilusión de un conflicto”**, donde el objetivo es que los adolescentes puedan expresar individualmente sus propias formas de solucionar un conflicto, identificando estrategias distintas, así como un plan en común.

Se requiere que los participantes estén sentados y tengan apoyo donde escribir en una hoja de papel.

El facilitador, deberá dar la siguiente indicación, a fin de crear una situación de conflicto:

“Imagina que transitas por una avenida, y de repente, ves a una persona que te resulta familiar. Al reconocerla, sabes que es una persona con quien tienes una relación conflictiva. A medida que se acerca, te pones más y más nervioso porque no sabes qué hacer o cómo reaccionar al momento de cruzarte con esta. Se te ocurren algunas alternativas, decide cuál eliges y recrea la situación en tu mente. En tu imaginación, que es lo que pasaría”

Luego de unos minutos, el facilitador debe preguntar: “¿estás contento con la forma en la que has reaccionado imaginariamente?”

Se dará unos 10 minutos para que puedan reunirse en grupos de cuatro y puedan discutir sobre las alternativas que usaron para reaccionar ante esta situación de conflicto, mencionará cuáles fueron sus motivos para reaccionar así y si se sienten satisfechos o no con la forma de responder. Finalmente, de forma voluntaria, se pedirá a los grupos que quieran participar, elegir un portavoz para exponer la situación en mención.

Asimismo, se elabora una matriz de la ruta de conflicto en base a la dinámica realizada.

Identifica el problema	Búsqueda de alternativas de solución	Evaluar las soluciones y posibles consecuencias	Elección de la solución	Ejecutar la solución

Cierre

A manera de *feedback*, se realiza la dinámica Palabra clave, esto permitirá conocer qué tanto aprendizaje deja la sesión trabajada.

Nombre de Sesión: N° 9 “El conflicto como reto, no como problema”

Objetivo: Aplicar estrategias prosociales para la solución de conflictos en diferentes esferas de interacción.

Desarrollo de las actividades

Inicio

En el desarrollo de la sesión N° 9, se iniciará con la dinámica del “***Sí y el No***”. Esta dinámica consiste en promover diferentes puntos de vista y opiniones acerca de un tema para así fomentar la tolerancia y flexibilidad sobre las opiniones de los demás.

Se colocará en el pizarrón dos cartulinas de colores, en una se escribirá de manera visible la palabra Sí y en la otra la palabra NO, con suficiente espacio como para crear filas frente a cada cartulina. Se requiere que el espacio esté libre a fin de permitir el libre tránsito.

A fin de explorar conocimientos previos de la sesión N°5, se realizarán las siguientes preguntas:

¿Los conflictos son un problema?

¿los conflictos siempre traen situaciones agresivas?

¿es posible vivir una vida libre de conflictos?

El facilitador realizará una pregunta a la vez, y pedirá a los adolescentes que puedan situarse frente a la cartulina con la frase que consideren responda a las preguntas establecidas; así mismo, se pedirá a algunos voluntarios que puedan sustentar la respuesta. Esto permitirá crear un clima de diálogo, respeto a la opinión de los participantes y un recordatorio de la sesión realizada la semana anterior.

Desarrollo

Tras un breve repaso en torno a la sesión anterior se realizará la actividad “***Tela de araña***” en la cual se promueve la capacidad del adolescente a solucionar conflictos de manera grupal, así como la confianza y la cooperación entre los compañeros.

Dependiendo del espacio en que se trabajará, se elegirá el número de participantes por grupo, a manera de sugerencia, deberán participar 15 adolescentes a fin de mantener el orden. En caso se realice al aire libre, se podrá hacer uso de árboles, postes etc; en caso de ser en un aula, se podrá realizar con ayuda de sillas, mesas o con los mismos participantes quienes pueden sujetar la cuerda que deberá ser lo suficientemente larga como para simular una tela de araña.

En primer lugar, se deberá brindar las instrucciones de manera clara sobre la actividad a realizar, indicando que se debe atravesar de un lado a otro de la tela de araña sin tocarla ni moverla. Una vez que todos los miembros de grupo hayan logrado atravesar de un lado a otro, se realizará el debate sobre la realización de la actividad y la participación de cada adolescente. Se indagará cuáles fueron las estrategias de cooperación del grupo para lograr el objetivo, si les fue sencillo o no, y cuáles fueron los obstáculos más frecuentes. A manera de darle mayor complejidad a la actividad se puede sugerir un tiempo límite para su realización o que deben realizarlo sólo mediante gestos, sin hablar.



Se concluirá con la dinámica, reforzando la idea de que un conflicto no necesariamente es un problema, sino que representa un reto y una oportunidad. Se resalta la importancia de la cooperación en la solución de un conflicto.

Cierre

A manera de *feedback*, se realiza la dinámica Palabra clave, esto permitirá conocer qué tanto aprendizaje deja la sesión trabajada a través de una sola palabra

Nombre de Sesión: N° 10 “Respiro y vuelvo a empezar”

Objetivo: Ejecutar procedimientos para controlar sus propios niveles de activación sin ayuda de un agente externo, a fin lograr respuestas socialmente aceptables.

Desarrollo de las actividades

Inicio

Se realiza la dinámica de inicio “***Relajao, relajao, relajao***”; dinámica de distensión, que consiste en organizar a los adolescentes en una círculo, mientras el facilitador brinda las indicaciones.

Los adolescentes deberán repetir, en el tono y forma, las frases emitidas por el facilitador las mismas que incluyen gestos asociados al mensaje verbal. Los adolescentes deberán repetir después del facilitador las siguientes frases.

- Se coge la manzana (seña de coger una manzana de un arbol)
- Se mira (se acerca la manzana a los ojos)
- Se muerde (gesto de morder)
- Y el cuerpo
- (todos al unisono) Relajao, relajao, relajao (movimientos de distención y relajo).

Esta secuencia deberá repetirse hasta en cuatro ocasiones, cambiando el tono y acento (acento de la selva, acento de la sierra, acento de la costa, sólo con señas) de las verbalizaciones.

Con esto se busca distender a los adolescentes para introducir al tema de la sesión correspondiente.

Desarrollo

Se realizará una pequeña introducción expositiva sobre las técnicas de relajación, su importancia frente a situaciones que pueden provocar reacciones agresivas.

Se solicita la participación voluntaria de los adolescentes, y se ejecuta la lluvia de ideas sobre las siguientes preguntas:

- ¿Cuándo me enojo, en qué pienso?
- ¿Cuándo me enojo qué siento?
- ¿Cuándo me enojo, qué cambios siento en mi cuerpo?
- ¿Cuándo me enojo, como reacciono?

En función a las respuestas obtenidas, se buscará canalizar la exposición acerca de los cambios internos que surgen durante un proceso agresivo: *pensamientos negativos, respiración acelerada, tendencia a atacar al sentirse amenazado, aceleración cardíaca, etc.*

Se introducirá la técnica de relajación basada en la respiración y visualización de imágenes agradables en ambientes apropiados.

Se propiciará un ambiente adecuado y cómodo, libre de ruidos externos. Se solicita para cada adolescente una colchoneta, o en su defecto, una silla cómoda donde pueda mantenerse en reposo. Se reproducirá una melodía acorde a los objetivos de la sesión.

Se enseñará a los adolescentes la manera correcta de respirar, y se explicará sobre los beneficios de esta. Se mostrará mediante la técnica del modelado cómo hacer la respiración diafragmática lenta, mediante las siguientes indicaciones:

- Inhala (conteo 6 segundos)
- Retienes (conteo 4 segundos)
- Exhala (conteo 7 segundo)

Se pedirá que presten atención a las sensaciones de su cuerpo con ese simple ejercicio. Una vez que hayan logrado realizar sistemáticamente esta técnica de respiración, se iniciará con la técnica de visualización. Se pedirá que cierren los ojos, y se dejen guiar por el facilitador. Mediante la imaginación, se trasladará al adolescente a algún escenario de calma y seguridad. Puede utilizarse la siguiente meditación guiada: <https://www.youtube.com/watch?v=n2Rq2hzAYoc&t=104s>

Finalmente, se les pedirá que sean conscientes del proceso realizado, rescatando la importancia de la respiración y visualización de imágenes positivas que permite controlar los procesos internos a fin de evitar respuestas agresivas.

Se pide que puedan replicar en la vida diaria los ejercicios ejecutados en aula.

Cierre

Mediante la dinámica Palabra Clave, se pedirá a los adolescentes, puedan definir la sesión en una sola palabra.

Nombre de Sesión: N°11 “Relajando cada parte de mí”

Objetivo: Adquirir estrategias de relajación que permitan un mejor control de procesos internos mediante la distensión muscular, incrementando la sensación de calma.

Desarrollo de las actividades

Inicio

Se iniciará mediante la técnica del feedback, a fin de explorar los conocimientos brindados en la sesión anterior.

Se explora sobre los conocimientos en torno a los cambios internos tras sensaciones intensas que pueden modificar nuestro comportamiento. Se pide a un adolescente voluntario, pueda replicar la técnica de respiración realizada previamente, y un segundo voluntario que pueda explicar las sensaciones causadas por la relajación a través de la meditación guiada.

Desarrollo

Se inicia el desarrollo de sesión, mediante la técnica de relajación muscular progresiva, el cual será dirigido por el facilitador de la siguiente manera, tras una explicación breve y sustancial sobre la técnica.

Se pide a los adolescentes tomar asiento, cada uno en una silla que les permita estar cómodos. Deberá propiciarse un ambiente tranquilo y libre de distracciones.

Paso número uno, se deberá realizar un ejercicio breve de respiración, seguidamente, se continuará con la sesión guiada de relajación muscular progresiva:

1. Postura de relajación, deberá sentarse y colocar su espalda en el respaldo de la silla.

Una vez que el adolescente esté cómodo/a, deberá tensar un grupo de músculos, tratando de identificar donde siente mayor tensión. Posteriormente, deberá seguir la siguiente secuencia:

- a). Tense los músculos lo más que pueda entre 5 a 7 segundos.
- b). Note la sensación de tensión.
- c). Relaje esos músculos entre 10 a 15 segundos.
- d). Siente la agradable sensación que se siente al relajar los músculos.

Por último, cuando tense una zona, debe mantener el resto del cuerpo relajado.

Posteriormente, se deberá continuar con los demás músculos de manera progresiva, siguiendo en siguiente esquema tomado de Anexo 11 recuperado de:

<http://repositorio.ual.es/bitstream/handle/10835/2493/Anexo%20III.pdf?sequence=8&isAllowed=y>

Relajemos los siguientes músculos mediante la Guía de relajación:

FRENTE. Arruga la frente todo lo que puedas. Nota durante unos cinco segundos la tensión que se produce en esa zona. Comienza a relajarla despacio, notando cómo los músculos se van relajando y empieza a sentir la agradable sensación de falta de tensión en esos músculos. Relájelos por completo y recréese en la sensación de relajación total durante unos diez segundos como mínimo.

OJOS cierra los apretándolos fuertemente. Debes sentir la tensión en cada párpado, en los bordes interior y exterior de cada ojo. Poco a poco relaje sus ojos tanto como pueda hasta dejarlos entreabiertos. Note la diferencia entre las sensaciones.

NARIZ Y LABIOS. Arrugue la nariz, relájela. Arrugue los labios, relájelos. Procure que la tensión se mantenga durante unos cinco segundos y la relajación no menos de diez.

CUELLO haga lo mismo. Apriete su cuello tanto como pueda y manténgalo tenso. Vaya relajando los músculos lentamente, concentrándose en la diferencia entre tensión y relajación y deléitese en esta última.

BRAZO ponlo tal y como aparece en el gráfico. Levántelo, cierra el puño cuanto pueda y ponga todo el conjunto del brazo lo más rígido posible. Gradualmente ve bajando el brazo destensándolo. Abre lentamente la mano y deja todo el brazo descansando sobre el muslo. Hacemos lo mismo con el otro brazo.

PIERNAS. Seguimos con la secuencia, extendemos una pierna y luego la otra, alzando el pie para arriba y sintiendo la presión en las piernas: trasero, muslo, rodilla, pantorrilla y pie.

ESPALDA reclínalo hacia adelante notando la tensión que se produce en la mitad de la espalda. Lleve los codos hacia atrás y tense todos los músculos que pueda. Vuelva a llevar la espalda a su posición original y relaje los brazos sobre los muslos. Vuelva a recrearse en la sensación de relajación durante un tiempo.

ESTÓMAGO Tense fuertemente los músculos del estómago (los abdominales) y repita las sensaciones de tensión y relajación al distender los músculos.

Proceda de igual forma con los **GLÚTEOS** y los **MUSLOS**.

Imagen de referencia:



Imagen tomada de Cautela JR, Groden J. Técnicas de relajación. Manual práctico para adultos, niños y educación especial. 1985.

Se culmina con el desarrollo de sesión, motivando a los adolescentes a realizar esta técnica diariamente, el mismo que les tomará un aproximado de 15 a 20 minutos.

Cierre

Se solicitará a dos voluntarios que puedan disertar sobre su experiencia desarrollando la sesión de relajación muscular progresiva, indicando si le parece útil o no en su vida diaria. Se dejará una actividad para realizarlo durante la semana, ficha sugerida tomada de Cubas y Morales (2022)

TENSIÓN RELAJACIÓN	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
Cara						
Frente						
Ojos						
Nariz						
Lengua						
Cuello						
Espalda						
Brazos						
Piernas						

Nombre de Sesión: N° 12 “Conociendo estilos de respuestas”

Objetivo: Identificar formas de comportamiento que permitan un adecuado ajuste social.

Desarrollo de las actividades

Inicio

Se inicia la sesión con la dinámica “*Quién es el líder*”; en la cual se pedirá la colaboración de un adolescente voluntario a quien se le solicitará salir del salón y ubicarse donde no pueda ver ni escuchar las coordinaciones con los demás miembros del grupo.

Una vez que éste se haya retirado, se brinda la explicación al grupo de adolescentes en el aula. Se elige a un adolescente que hará el papel de líder, muchas veces será un voluntario, de otro modo, se pedirá al grupo que elija a uno para que pueda dirigir la dinámica. Una vez se haya elegido, se le indica que, todo se ubicarán en un círculo, de modo que al entrar el adolescente que se encuentra fuera del aula, se ubique en el centro del círculo para iniciar la dinámica. Consiste en que, el adolescente elegido como líder, realizará una actividad el cual deberá ser imitado por todo el grupo: aplaudir, zapatear, levantar los brazos, dar vueltas en su mismo sitio, silbar, etc. Esto, deberá ser de manera discreta, de modo que sea difícil identificar quién es el líder que está dirigiendo al grupo. Una vez realizada las coordinaciones, se pedirá al adolescente que ingrese al aula, y se le pedirá que averigüe quién es líder elegido el grupo, el mismo que estará dirigiendo cada paso que realicen los demás adolescentes. A dinámica terminará cuando este averigüe quien es el adolescente elegido como líder.

Se realiza un feedback de la dinámica, para saber qué les pareció. Esto con la finalidad de dar paso al desarrollo a la sesión.

Desarrollo

Se dará inicio al desarrollo de la sesión, donde se realizará la lluvia de ideas, a fin de identificar conocimientos previos sobre los estilos de comunicación:

- ***Asertivo***
- ***Pasivo***
- ***Agresivo***

Se brindará información mediante una exposición clara y esencial del tema, a fin de que los adolescentes puedan diferenciar cada tipo de conducta. Se proyectará el siguiente video, a fin de brindar un resumen gráfico del tema

<https://www.youtube.com/watch?v=B8q4-hrW5mk>

Se tomará el ejemplo del video y se solicitará la participación voluntaria de 3 adolescentes, quienes deberán ubicarse frente al grupo. A cada uno se le entregará un post it, con la palabra *Asertivo*, *Pasivo* y *Agresivo*; a fin de dramatizar una situación creada por ellos y así darle solución asertiva con la participación del grupo.

El participante N°1, deberá ser el del estilo Pasivo, el N°2 estilo agresivo y finalmente, el N°3 con ayuda del facilitador, deberá ejecutar una conducta asertiva para la situación propuesta. Se pedirá al grupo, aportar sugerencias a fin de contribuir con las formas adecuadas de responder ante una situación determinada. El facilitador, deberá brindar confianza a los adolescentes, inicialmente modelando cada uno de los comportamientos, a fin de que ellos puedan tener nociones más claras sobre el estilo de comunicación y comportamiento.

Cierre

Se realizará el cierre de sesión preguntando a dos o tres adolescentes:

¿cómo se han sentido?

¿qué hemos aprendido de esta sesión?

Nombre de Sesión: N° 13 “Veo, aprendo y modifico”

Objetivo: Ejercita la comunicación asertiva como comportamiento prosocial, mediante la técnica del modelado.

Desarrollo de las actividades

Inicio

Se inicia la sesión mediante el análisis del siguiente video: “El puente”

<https://www.youtube.com/watch?v=oqMU023IEPE>

Tras la proyección del corto, trataremos de identificar los estilos de comunicación y comportamiento, analizados la sesión anterior. Los adolescentes deberán debatir sobre las motivaciones y decisiones de cada personaje hasta concluir dando sugerencias que pudieron evitar conductas confrontativas.

Desarrollo

Continuando con el desarrollo de la sesión se realiza una situación simulada tras consenso con el grupo de adolescentes, a quienes se les pregunta qué tipo de situaciones pueden incrementar una respuesta agresiva por su parte:

- Una llamada de atención por parte de algún docente.
- Provocación de algún compañero.
- Discusión con algún familiar, etc.

Se pedirá la participación voluntaria de un adolescente que quiera compartir una situación real que haya ocasionado una reacción agresiva. Asimismo, se solicita la colaboración de otro adolescente que ayudará con la interacción.

1.- Se oirá la situación que generó el problema.

Ejm. Un compañero se burla de la exposición del compañero en clase, suceso que provoca vergüenza e ira en el adolescente.

Se explorará cuales fueron las respuestas que se dieron entonces, la emociones y los pensamientos presentes.

Posteriormente, el modelador (facilitador) deberá simular, en colaboración con el segundo adolescente, cuáles pudieron ser las conductas prosociales que pudieron ser usadas en lugar de la conducta agresiva, el comportamiento verbal y no verbal, la

misma que será explicado paso a paso, a fin de que los participantes y todo el grupo, puedan visualizar el comportamiento que se busca instaurar.

Posteriormente, se pide al adolescente que replique la forma prosocial de respuesta ante la misma situación. El facilitador deberá estar atento, a fin de reforzar o corregir el proceso.

Una vez culminada la simulación, se preguntará al adolescente:

- *¿Como se siente?*
- *¿Y qué está pensando?*
- *¿es posible replicar este tipo de conductas en situaciones de gran tensión?*

Finalmente, se pedirá al grupo que mencione cuáles son sus apreciaciones sobre lo realizado; si creen que pueden cambiar, tal y como se expuso, el tipo de respuesta ante situaciones de conflicto.

Se recalca la importancia de las técnicas anteriormente mostradas como el de las autoinstrucciones y la respiración.

Cierre

Se culmina la sesión con la dinámica “*Palabra Clave*” utilizada en sesiones anteriores.

Nombre de Sesión: N° 14 “Reconociendo mis procesos internos para generar cambio”

Objetivo: Identificar pensamientos y emociones previos al comportamiento agresivo a fin de modificarlos mediante el autocontrol.

Desarrollo de las actividades

Inicio

Se iniciará la sesión 14 con la dinámica de inicio “***Abrazos armoniosos***” la misma que tiene como objetivo afianzar y enriquecer las relaciones sociales. Se hará uso de un reproductor musical, el mismo que sonará mientras los participantes danzan alrededor del aula. Cuando la música se detenga, cada adolescente deberá abrazar a otro adolescente. La música continuará tocando y los participantes continuarán bailando, solos o con el compañero que abrazaron. La siguiente vez que la música se detenga, se abrazan de a tres personas, y así sucesivamente hasta hacer que el grupo de abrazos sea mayor. En todo momento no puede haber ningún adolescente sin ser abrazado.

Desarrollo

Para el desarrollo de esta sesión, se usará como técnica de trabajo la secuencia del ABC, trabajada en sesiones anteriores, la misma que explica una secuencia de Suceso (A) – Pensamiento (B) – Respuesta (C). Para esto, se brindará a cada adolescente una ficha impresa con la secuencia mencionada a fin de que puedan identificar algún suceso que les haya generado, recientemente, una respuesta agresiva. Se explicará en detalle la intención de la dinámica, la misma que busca crear mayor conciencia sobre un proceso de respuesta agresiva encontrado el origen a fin de modificar el comportamiento por uno socialmente aceptado. Se brindará un ejemplo, que servirá como modelo, a fin de simplificar la actividad:

Ejm: una situación narrada por el facilitador:

A: *Me confundí durante mi exposición en clase, provocando la risa de mis compañeros.*

B: *Soy un tonto, soy un inútil.*

C: *Siento vergüenza e ira contra mis compañeros, no termino la exposición y me voy a mi sitio enojado y no obedezco al docente quien me pide que continúe con mi exposición.*

Se realizará una breve explicación, a fin de brindar confianza a los adolescentes.

Se entregará a los adolescentes la siguiente ficha de trabajo que deberá ser completado con los enunciados iniciales:

A (SUCESO)	B (PENSAMIENTO)	C (RESPUESTA)

Finalmente, se brinda la siguiente ficha en la cual, el adolescente, en base al suceso mencionado en la ficha anterior, pueda proponer pensamientos positivos o funcionales, a fin de obtener otro tipo de respuesta:

A (SUCESO)	B (PENSAMIENTO alternativo)	C (RESPUESTA esperada)

Se pedirá tres adolescentes voluntarios que deseen dramatizar la situación planteada. Se usará la dinámica “pensamiento bueno y pensamiento malo”, dos compañeros que harán el papel del pensamiento positivo y otro de pensamiento negativo, quienes intentarán influir en el comportamiento del adolescente. Con ayuda del facilitador, quien modelará las formas de respuesta deseadas ante ciertas situaciones, la dinámica busca resaltar la importancia de nuestros pensamientos en el proceso de respuesta.

Cierre

Se concluye la sesión mediante la dinámica “Palabra clave, a fin de identificar las impresiones de los adolescentes en esta sesión.

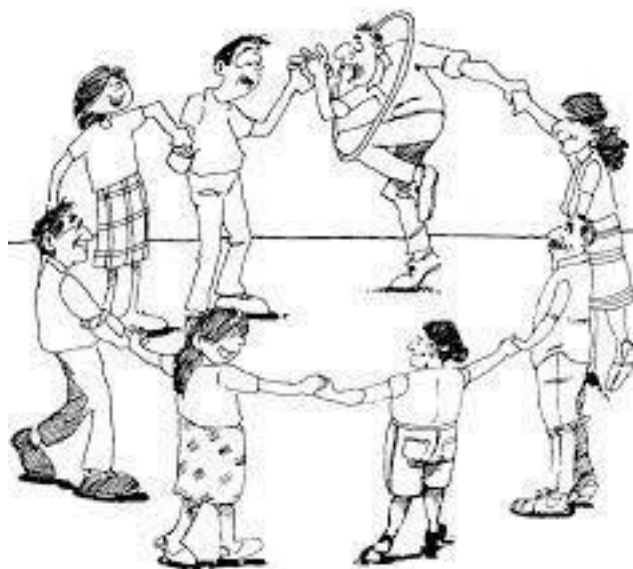
Nombre de Sesión: N°15: “Comunicación asertiva: mi mejor arma”

Objetivo: Adquirir habilidades de comunicación asertiva que permitan al adolescente, un adecuado desenvolvimiento social.

Desarrollo de las actividades

Inicio

Se iniciará la sesión N°15 con la dinámica “**El aro**”, cuya finalidad es la distensión, cohesión grupal, trabajo en equipo y comunicación. Se agruparán de 6 a 8 adolescentes, dependiendo de la cantidad de participantes en la sesión. Se entregará un aro (ula ula) a cada grupo, se pedirá que formen un círculo y se tomen de las manos. El propósito es subir el aro desde los pies hasta la cabeza sin utilizar las manos, esto deberá pasar por cada participante sin que se suelten las manos, el juego terminará cuando el aro de la vuelta a todos los participantes. A fin de incrementar la dificultad en la dinámica, se puede pedir que no utilicen la comunicación verbal.



(Imagen tomada del <https://juegospsicoeducativos.wordpress.com/2018/02/25/actividades-cooperativas/>)

Desarrollo

Tomando como referencia la dinámica de inicio, y el análisis del video sobre estilos de comunicación <https://www.youtube.com/watch?v=kXUOVYiNG58> , se realiza una “*lluvia de ideas*” a fin de actualizar información respecto a la comunicación asertiva. Se realiza las siguientes interrogantes en pleno:

- ¿Qué entendemos por comunicación asertiva?
- ¿Es sencillo lograr una comunicación asertiva?

- ¿Qué necesitamos para conseguir una comunicación asertiva?
- ¿Por qué es importante la comunicación asertiva?

Se brinda una breve exposición acerca del tema, mencionando que la comunicación asertiva es la que nos permite decir lo que pensamos y sentimientos de una forma en que respetemos nuestros derechos y los del interlocutor; adoptando formas verbales y no verbales correctas para emitir nuestro mensaje.

Se propone la utilización de un “*Lenguaje Limpio*” que busca evitar una comunicación agresiva que resulta restrictiva y contamina el mensaje, mediante la utilización de frases adecuadas que sustituyan frases insultantes o confrontativas. (Rodríguez y Ordoñez, 2015).

LENGUAJE SUCIO	LENGUAJE LIMPIO
<ul style="list-style-type: none"> - Que idea más tonta - Estás equivocado, no sabes lo que dices. 	<ul style="list-style-type: none"> - Discrepo de tu idea - Tengo un punto de vista totalmente diferente.

Luego de ejemplificar, se pedirá a los adolescentes que tengan una participación activa mediante el desarrollo de la siguiente ficha, la misma que será compartida voluntariamente por 3 adolescentes del aula.

LENGUAJE SUCIO	LENGUAJE LIMPIO
<ul style="list-style-type: none"> - No me interesa tu opinión, cállate la boca. - No me da la gana de hablar contigo, quiero estar sólo. - Eres un tonto, cómo me vas a preguntar eso. - ¿Crees que soy tu sirviente?, ¿no ves que estoy ocupado? 	-

Cierre

Se concluye con la sesión mediante la dinámica palabra clave y se motiva a los adolescentes a adoptar formas de respuesta asertiva como forma de ajuste social.

Nombre de Sesión: N°16 “Escuchar más que oír”

Objetivo: Practicar la escucha activa que permite al adolescente, un adecuado ajuste y desenvolvimiento social.

Desarrollo de las actividades

Inicio

Se iniciará la sesión con la dinámica **“El silencio es el Rey”** dinámica de distensión que permite reconocer en el silencio, un recurso de comunicación valioso.

Se pedirá a los adolescentes que cierren los ojos, y escuchen los ruidos alrededor, los mismos que provienen de la naturaleza y los que son provocados por el facilitador mediante el uso de llaveros, lápices, bolsas, sillas, un silbido, etc., para luego adivinar cuáles han sido los sonidos que se han escuchado en común. Se podrá mencionar qué ruidos fueron agradables y cuáles no. Luego se realizará la dinámica propiamente dicha, el Silencio es el Rey, donde el rey será interpretado por el facilitador, quien estará sentado en su trono, y posteriormente deberá llamar a algunos adolescentes hacia su sitio, quienes se acercarán con los ojos cerrados y sin hacer ruido para sentarse junto al rey; en caso se oyera algún ruido por parte del adolescente, esté habrá perdido, por lo que se elegirá a otro adolescente para continuar con la dinámica. Si algún adolescente cumple el reto, se le podrá colocar una corona, o premiársele con algún dulce.

Finalmente, será importante valorar la dinámica, para lo que se cuestionará:

- ¿Les gustó el silencio?
- ¿Lo consideran aburrido?
- ¿Prefieres hablar?
- ¿Creen que nos podemos comunicar en silencio?

A partir de sus respuestas, se hablará de la importancia del silencio en el proceso de comunicación.

Desarrollo

Se realiza una breve exposición sobre la escucha activa como una habilidad social que permite un adecuado ajuste y desenvolvimiento social. Se aclaran dudas de los adolescentes a fin de continuar con la dinámica **“La escucha selectiva”**.

Para dicha dinámica, se dividirá el grupo en dos A y B; asimismo, se dividirá en subgrupos al grupo A, a fin de tener el grupo AI y AII. Se les contará una historia, y se les brindará las siguientes consignas:

Grupo AI: deberá prestar atención y contar cuantas “la” se mencionó en la historia.

Grupo AII: se le pedirá que preste atención a cuantas veces se menciona la palabra “una”

La historia puede ser cualquiera, a modo de ejemplo, brindamos la siguiente: *“Había una vez, una aldea con una niña de pelo castaño y con una capucha roja, a quien su madre le dijo que visitara a su abuela y le llevara una canasta con alimentos (manzanas, panes, verduras). La niña tomó la canasta y fue feliz por el bosque, hacia la casa verde de su abuela. En la ruta, se encontró con el lobo feroz que intentó comerse a la niña, pero ella escapó rápidamente llegando a casa de su abuela a quien le dio la canasta porque tenía mucha hambre”.*

Al término de la historia se realizan las preguntas en torno a ella, pidiendo detalles como el color del cabello de la niña, qué había en la canasta, de qué color era la casa de la abuela, etc. A este punto, notaremos diferencias en las respuestas de cada grupo, pues mientras el grupo AI y AII estaban pendientes a cuántos “la” y “una” el grupo B no recibió ninguna consigna, por lo que, posiblemente, prestó atención a cada detalle de la historia.

En este momento, hablamos sobre la diferencia en la escucha selectiva y la escucha activa, en la importancia de prestar atención a nuestro interlocutor a fin de captar toda la información brindada y no sólo escuchar, aquello que queremos escuchar.

El facilitador realiza el llenado de la presente ficha, la misma que evaluará el indicador de la sesión

Nombre de adolescente	Guarda silencio		Presta atención		Escucha activa	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO
1.-	SI	NO	SI	NO	SI	NO
2.-	SI	NO	SI	NO	SI	NO
3.-	SI	NO	SI	NO	SI	NO
4.-	SI	NO	SI	NO	SI	NO

Cierre

Se cierra la sesión con la dinámica Palabra clave, y se pregunta a cada uno cómo se han sentido en el desarrollo de la sesión.

Nombre de Sesión: N°17 “Despidiéndonos del programa”

Objetivo: Realizar una autoevaluación sobre su participación en el programa.

Desarrollo de las actividades

Inicio

Se iniciará la sesión de despedida mediante la visualización de un video **“Recibe Servicio”** <https://www.youtube.com/watch?v=awIEzAjhcS8> a fin de concientizar a los adolescentes sobre las distintas realidades desconocidas a la que nos enfrentamos, corriendo el riesgo de adoptar una posición agresiva frente a los demás

Se pedirá a los adolescentes voluntarios que puedan brindar su apreciación sobre el video proyectado y cómo podría usarlo en el futuro en sus relaciones interpersonales.

Desarrollo

Se realizará una breve retroalimentación de los temas tratados en cada sesión a lo largo del programa. Se reiterará en los beneficios que aportarán a su vida diaria el uso de cada técnica.

Posteriormente, realizaremos la dinámica de despedida, donde se ambientará el espacio con velas que simularán un sendero, se aromatizará el espacio y colocará una música suave a fin de darle un toque de armonía a la sesión. Para la ejecución, se deberá vendar los ojos a los adolescentes, quienes deberán transitar por el sendero de la mano de algún colaborador, el cual lo guiará hasta final del camino donde lo esperará el facilitador, quien con un abrazo motivará al adolescente en su camino hacia el cambio, reforzará sus cualidades y agradecerá por su participación valiosa en todo el programa. Finalmente, cuando todos hayan pasado por el **“sendero del cambio”** se pedirá a todos darse un aplauso por su perseverancia.

Cierre:

Aplicación del post test.

Se pedirá la participación de los adolescentes, quienes deberán manifestar cómo se han sentido durante el desarrollo del programa y cómo creen que esto puede ayudarles en su vida diaria.

Finalmente, el facilitador se despide de los asistentes y agradece a todos por su participación y perseverancia.

3.2. DISCUSIÓN

La presente investigación, tiene como objetivo principal, proponer un programa Cognitivo Conductual a fin de disminuir los indicadores de agresividad presentado por los adolescentes entre 14 y 19 años de edad, del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación de Chiclayo, 2023; brindando así, una alternativa de intervención para los adolescentes institucionalizados que participaron de la presente investigación; así como para los profesionales a cargo del proceso psicoeducativo de los adolescentes de la población objetivo y a las poblaciones con características similares, mediante la réplica del programa propuesto. Tras la utilización del cuestionario de agresividad AQ de Buss y Perry, se obtuvo como resultado que, la mayoría de los adolescentes, en un 38% de la población total, presenta un nivel de agresividad Medio; pero que, además, existen valores de un 21% y un 6% con niveles de agresividad Alto y Muy Alto respectivamente, dejando en evidencia la existencia de la variable agresividad en el 64% de la población objetivo. Estos resultados concuerdan con los obtenidos en la investigación de Jibaja (2019), quien encontró niveles de agresividad Medio (34,5%), Alto (34,5) y Muy Alto (10,7%) en la población de adolescentes infractores del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación de Chiclayo en el año 2019; quien justificaría esto como el resultado de una sobrepoblación de adolescentes institucionalizados ocasionando conflictos entre sus pares, evidenciando baja tolerancia y escaso manejo de emociones provocando conductas agresivas; coincidiendo con lo mencionado por Saravia (2017), quien en su investigación conformada por 120 adolescentes varones de 14 a 20 años de edad, institucionalizados en un Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación de Lima, obtuvo que, el 48.8% de la población de estudio, presentó un nivel de agresividad Medio. Asimismo, Alfaro (2022) en su investigación conformada por 80 adolescentes en conflicto con la ley penal del Centro Juvenil de Medio Cerrado Ucayali – Pucallpa en el año 2021, obtuvo que 42.50% de los adolescentes presentaron un nivel de agresividad Medio, el 37.50% en la categoría Alta, concluyendo que existe una tendencia de niveles de conducta agresiva Medio y Alto en poblaciones de adolescentes infractores a la ley penal que cumplen una medida socioeducativa, justificando los resultados con el estadio propio del adolescente, debido a los cambios emocionales y vulnerabilidad a las conductas impulsivas donde estas pueden estar siendo reforzadas por el contexto y el grupo de pares.

Similarmente, la investigación de Cubas, y Morales (2022) realizada con adolescentes de 15 y 17 años de edad de un centro educativo en Ferreñafe, Chiclayo, obtuvo que el nivel de agresividad fue Medio con el 56% seguido del nivel Alto con 18.75% en la encuesta

pretest, logrando disminuir estos indicadores tras la aplicación de su programa cognitivo conductual. Por otro lado, Molero (2017) en su investigación realizada a adolescentes de un centro educativo en Lima, Perú obtuvo como resultado de su investigación que el 37% de la población de estudio presentó un nivel Medio, el 29% un nivel Alto y el 12% un nivel Muy Alto de agresividad, concluyendo que aproximadamente el 78% de los adolescentes evaluados presentan niveles medios de agresividad con tendencia a niveles altos y muy altos; explicando estos resultados con las características propias de los adolescentes quienes atraviesan por constantes cambios físicos y psicológicos, reflejando conductas impulsivas, irritación y poca tolerancia frente al estrés. Vílchez (2021) realizó una investigación aplicada a adolescentes de entre 12 y 17 años atendidos en una posta en Piura, obteniendo como resultado un nivel de agresividad Medio, proponiendo así un programa cognitivo conductual de 16 sesiones. Asimismo, Díaz y Saavedra (2021) encontró en su investigación que el 50.8% de 315 adolescentes de instituciones educativas públicas en José Leonardo Ortiz, Chiclayo, presentó un nivel de agresividad Medio, concluyendo que el comportamiento agresivo de los adolescentes estaría determinado por la crianza de los progenitores.

Lo antes mencionado evidencia que, en la población adolescente, existe una gran tendencia a presentar principalmente niveles de agresividad Medio; sin embargo, la investigación realizada por Mego (2019), nos indica que su población de estudio conformada por 272 adolescentes del nivel secundaria, encontró que el 67% presentaba nivel Alto de agresividad, mientras que el 24% presentó un nivel Medio, por lo que propone como solución a la problemática elaborar su propuesta de un programa Cognitivo Conductual para disminuir la agresividad en su población objetivo. Si bien la investigación no tiene como resultado principal el nivel Medio de agresividad, muestra que la población de estudio en su mayoría presenta niveles Altos y Medios, corroborando así la presencia de la variable agresividad al igual que las demás investigaciones citadas en el presente apartado.

Pacheco, et al. (2020) menciona que la agresividad entre adolescentes es una problemática ascendente y viene afectando en contextos diversos: académicos, sociales y culturales. Siendo que, en la sociedad peruana, la agresividad es un problema latente que está asociado, no solamente al crimen organizado, sino también a la delincuencia común.

Es por ello que, la agresividad como una problemática social, se evidencia en niveles tanto medios como altos en la población adolescente, no sólo en una población de infractores

juveniles sino de adolescentes sin problemas con la ley penal como lo mencionado en los autores previamente citados.

Respecto a las dimensiones de agresividad (Tabla 3) de la presente investigación, se obtuvo en la dimensión Agresividad Física que el 39% de la población de estudio, presentó un nivel Alto seguido del nivel Medio con un 34%. Estos resultados guardan relación con los encontrados en las investigaciones Pacheco et al. (2020) quien refiere que el 38% de su población de estudio, presentó un nivel Alto de agresividad física, seguida del nivel Medio con un 20%, encontrando un predominio de niveles altos en la población de sexo masculino. Asimismo, Carranza (2022), encontró en su investigación con adolescentes infractores atendidos en un Servicio de Orientación Juvenil Chimbote, que el 56.6 % de la población, presentó un nivel Alto en la dimensión Agresividad Física, caracterizado por ser jóvenes que golpean, o realizan algún daño físico. Jibaja (2019) en su investigación menciona que en la dimensión Agresividad Física predomina el nivel Alto con un 36,9 % de la población total. Mego (2020) en su investigación encuentra niveles Altos en la dimensión Agresividad Física con un 58 % en su población de estudio.

Estos resultados pueden sustentarse con lo mencionado por Ocaña y Rodríguez, 2011 (como se citó en Jibaja, 2019) quien manifiesta que las agresiones físicas son habilidades que permiten utilizar otros recursos para conseguir lo que se desea; evidenciándose esta clase de agresión sobretudo en la adolescencia, y se produciría con más frecuencia en hombres según lo mencionado por Buss y Shackelford, 1997; Card, et al. 2008; Ostrov y Crick, 2007; Shope, et al. 1978; Toldos, 2005 (como se citó en Mate, 2018).

Respecto a las dimensiones Agresión Verbal y Hostilidad se obtuvo un porcentaje de 34% y 44% respectivamente; representando un nivel Medio. Esto coincide con las investigaciones de Ignacio (2019) quien encontró niveles Medios en las cuatro dimensiones: agresividad física, verbal, ira y hostilidad justificando dichos resultados mediante la inestabilidad emocional de los adolescentes quienes presentan una tendencia a descontrolar sus sentimientos creando formas precipitadas y desafiantes de comportarse. Vílchez (2021) manifiesta que, en su investigación, los resultados de la investigación arrojan que el 53% presenta un nivel Medio de Agresividad Verbal y el 57% presenta también un nivel medio un nivel Medio en la dimensión Hostilidad. Asimismo, Jibaja (2019) en su investigación encuentra que el 34,5% se encuentra en un nivel Medio de Agresividad Verbal, y 35,7% se ubica también en un nivel Medio en la dimensión Hostilidad.

Sin embargo, en investigaciones como la de Mego (2019) y Pacheco (2020) se encontraron niveles de agresividad Verbal Alto con un 80% y el 40% de su población de estudio, respectivamente; del mismo modo Carranza (2022), en su investigación encuentra que el 50% de su población de estudio presentó un nivel Alto de Agresión Verbal caracterizado por gritos, insultos, palabras soeces. Por otro lado, en la dimensión Hostilidad Mego (2019) y Pacheco (2020) encuentran que el 57% y 38% respectivamente presentan un nivel Alto de Hostilidad; justificando los resultados con los cambios emocionales de los adolescentes.

Finalmente, en la dimensión Ira (Figura 4) se obtuvo que, 34% de la población total presentó un nivel Bajo, seguido de un 29% con un nivel Medio. Estos resultados concuerdan con los hallados por Vílchez (2021) quien propuso un programa Cognitivo Conductual en agresividad, encontró que su población de estudio presentó un nivel Bajo en la dimensión Ira con un 47% de su población de estudio coincidiendo con Palacios, (2020, citado en Vílchez 2021) quien encuentra un nivel Bajo de Ira en su investigación con estudiantes de una institución educativa privada, concluyendo que los adolescentes perciben la ira en menor intensidad, minimizando la exteriorización de algún tipo de provocación o prejuicio. Por otro lado, Saravia (2017) tras su investigación encontró que el 94,2% de su población de estudio presentó un nivel muy Alto de Ira, el 1.7% nivel Alto y el 4.2% nivel Medio, mostrando así niveles muy altos en esta dimensión, concluyendo que existe una correlación negativa muy significativa entre el control de emociones y sentimientos y la Ira.

En torno a los resultados obtenidos en la presente investigación, podemos referir que, en base a los estudios realizados por Saravia (2017), Cubas y Morales (2022) los adolescentes infractores, presentan niveles de agresividad medios, con tendencia a presentar niveles altos debido a una pobre regulación de sus emociones, caracterizada por altos niveles de impulsividad, baja tolerancia a situaciones sociales contrarias a las esperadas, pudiendo explicarse esto, desde la teoría de frustración en la cual Mate (2018) manifiesta que cuando un individuo se frustra al no conseguir lo que desea o no obtener la recompensa esperada, su respuesta más común es la conducta agresiva. En la misma línea López, et al. (2011, como se citó en Mate, 2018) refiere que los adolescentes agresivos impulsivos presentan problemas a la hora de mostrar habilidades sociales, así como menores niveles de comunicación y regulación emocional. Caprara y Cervone (2007, como se citó en Saravia 2017) mencionan

que “la autorregulación emocional es central en la disposición del comportamiento prosocial y en la inhibición del comportamiento agresivo”.

Por otro lado, Bandura s.f., (como se citó en Carrasco y González, 2006) agrega que las conductas agresivas se aprenden en gran parte por observación, y se van a perfeccionando a través de la práctica reforzada. En ese sentido, los adolescentes infractores con altos índices de agresividad, han venido reforzando practicas agresivas desde los entornos más cercanos que comprenden la familia, la comunidad e incluso, el actual estado de reclusión, donde el comportamiento agresivo se refuerza por el grupo de pares mediante la práctica común y normalizada de esta. Sumado a esto, agregamos lo mencionado por Sobral, et al. (2000, citado en Saravia, 2017) quien resalta el rol de la empatía que cumple como motivadora de la conducta pro social; sobretodo, como inhibidora de la conducta agresiva.

Cuando hablamos de habilidades sociales como un componente fundamental en la aparición o inhibición de la conducta agresiva, hablamos fundamentalmente del aprendizaje de estas conductas socialmente aceptables, al ser aprendido, son sujetas a modificaciones y cambios positivos o negativos. Es donde entra a tallar la importancia de la presente investigación, ya que, continuando con Mate, et al. (2010) uno de los mecanismos básicos para el aprendizaje de estas conductas prosociales sería: reforzamiento positivo, el modelado, el feedback y desarrollo de expectativas cognitivas respecto a situaciones interpersonales.

Por otro lado, se obtienen los siguientes resultados en torno a las características sociodemográficas de la población de estudio: los adolescentes infractores, son procedentes de distintas regiones del Perú, distribuidos según Tabla 4, el mayor porcentaje de adolescentes provienen del departamento de Lambayeque (39%), San Martín (21%), Cajamarca (20%), y en menor cantidad las regiones de Amazonas (11%), Loreto (5%) y países extranjeros como Venezuela (4%) y Ecuador (1%). Las edades de los adolescentes fueron entre 15 (5%), 16 (10%), 17 (32%), 18 (33%) y 19 (20%), coincidiendo con la investigación de Jibaja (2019) quien concluye diciendo que el 63 % de los adolescentes, en su investigación, son de la región Lambayeque.

El tiempo de internamiento de los adolescentes infractores de menos de un mes (9%), entre un mes y seis meses (14%), entre seis meses y menor a un año (23%) y quienes se encuentra internados en el centro juvenil por más de un año (54%) conformando la mayor cantidad de la población de estudio. Respecto a su situación educativa, se estima que el 92%

(98) de los adolescentes han culminado, o se encuentran cursando el nivel secundario (CEBA), el 5% el nivel primario (5), mientras que el 3% (3) habría ingresado al centro juvenil tras haber iniciado el nivel superior. Coincidiendo con la investigación de Jibaja (2019) quien menciona que el 64.3% de su población tenía primaria completa o inconclusa, y en el porcentaje más escaso 2.9% en nivel superior. Por su parte Roncero et al. (2018) 35, 3 % tuvo nivel primario incompleto, el 25,5 % nivel primario completo, y que el 3, 8 % logró completar la secundaria y que solo el 1,1 % de manera superior o universitaria.

El 75% de los adolescentes institucionalizados, refiere haber consumido algún tipo de sustancia psicoactiva antes de su ingreso al centro juvenil, mientras que el otro 25%, manifiesta no haber consumido ningún tipo de sustancia psicoactiva antes de su ingreso. Respecto al tipo de sustancia psicoactiva el 50% de la población, que indicó sí haber consumido, refieren haber consumido alcohol, el 29% marihuana, el 10% refiere haber consumido alcohol y marihuana, y el 11% refiere consumo de alcohol, marihuana y cocaína; coincidiendo con Jibaja (2019) quien encontró que el 55,9 % declaró haber consumido sustancias adictivas, de ellas el 38 % consumió alcohol y otro 38% marihuana, siendo las dos sustancias más consumidas en ambas poblaciones; coincidiendo con el boletín informativo de PRONACEJ, (Julio, 2023) quienes indican que el 53 % de la población adolescente en conflicto con la ley penal refiere haber consumido drogas antes de su ingreso; sin embargo, respecto al tipo de sustancia indican un 89% consumo de marihuana.

Finalmente, respecto al tipo de infracción por el cual fueron internados en el centro juvenil, como sanción penal, el 58% (62) de la población total, cometió el delito de robo agravado, el 25% (26) violencia sexual, el 4% (4) Hurto, el otro 4% (4) tráfico de drogas, el 3% (3) Homicidio, el 2% (2) por lesiones graves y el 5% (5) restante por otro tipo de delito. Estos resultados coinciden con la investigación realizada por Ronceros, et al. (2018) y Jibaja (2019) quienes en su investigación, encontraron que el 34,4% y el 49% de su población de estudio, respectivamente, cometió el delito de robo agravado; así mismo el último boletín informativo de abril 2022 del Ministerio de Justicia y Derechos Humanos y PRONACEJ manifiesta que indica que el robo agravado y la violación sexual de menor de edad son las infracciones más cometidas por adolescentes de los CJDR, las cuales ascienden a 48 % y 16 % respectivamente.

Respecto a estos resultados obtenidos se determinaron los niveles de agresividad más significativos en relación a los datos sociodemográficos de la población de estudio, obteniendo que las regiones de Cajamarca (11%), Lambayeque (14%), Loreto (3%) y los

países de Ecuador (1%) y Venezuela (1%) presentan un nivel de agresividad Medio, mientras que las regiones de Amazonas (5%) y San Martín (8%), presentan niveles de agresividad Bajo.

Asimismo, respecto a las edades, se encuentra una prevalencia del nivel Medio de agresividad en adolescentes de 16, 17 y 19 años de edad, mientras que, los adolescentes de 18 años, presentan un nivel de agresividad Alto, y los adolescentes de 15 años de edad, un nivel Bajo coincidiendo con diversos estudios que indican la presencia de la variable agresividad en este grupo etario, entre estas investigaciones tenemos la mencionada por Silva, et al. (2021) quien refiere que existe un aumento de la actuación adolescente en conductas antijurídicas relacionadas con la agresividad y edad emitidas por el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF, 2018) que indica que adolescentes entre 14 y 17 años de edad fueron procesados por delitos de hurto y tráfico de drogas, y en el 2017 cita al departamento de estadística de Colombia, manifestando que adolescentes entre 14 y 18 años de edad, son arrestados por actos delictivos en contra de la ley penal.

Respecto al tiempo de internamiento, se evidencia que los adolescentes que se encuentran entre un año y un año a más de internamiento, presentan un nivel de agresividad Medio, mientras que el mayor porcentaje de adolescentes con un tiempo de internamiento menor a un año, tienden a presentar un nivel de agresividad bajo. Esto podría responderse, según Sarmiento et al. (2017, como se citó en Jibaja, 2019) a que los adolescentes con medidas de internamiento en medios cerrados, generan mayor grado de apatía, aburrimiento y frustración sumado a la incertidumbre respecto a las medidas judiciales, pudiendo esto inducir conductas agresivas hacia sus compañeros o hacia ellos mismos.

En torno a los niveles de agresividad y el nivel de instrucción, se encontró que quienes tenían el nivel primario y superior (concluido o en curso), presentaban principalmente, un nivel de agresividad Alto, y quienes cuentan con nivel secundaria (concluido o en curso), presentan un nivel de agresividad Medio en un 36%. Datos distintos a los encontrados por Pacheco (2020), quien en una población de adolescentes de entre 15 a 18 años de diversas instituciones educativas del Perú, determina que el 38.6% de su población de estudio presentó un nivel de agresividad Alto, y el 16.2% un nivel Muy Alto.

Por otro lado, respecto al consumo o no consumo de sustancias psicoactivas, no se encontraron diferencias significativas; concluyendo que, tanto los adolescentes que indicaron un consumo de sustancias psicoactivas antes de su ingreso al centro juvenil y quienes indican no haber consumido ningún tipo de sustancia psicoactiva, presentan un nivel

Medio de agresividad con un 30% y 8% respectivamente. Sobre el tipo de sustancias psicoactivas y los niveles de agresividad, se encontró que, los adolescentes con consumo (pre ingreso) de alcohol, marihuana+alcohol+cocaína, presentan un nivel Medio de agresividad y quienes presentan un consumo de Marihuana y marihuana + alcohol, presentan un nivel de agresividad Bajo. Juárez, et al. (2009) en su investigación *“Influencia del consumo de sustancias psicoactivas en los patrones de comportamiento violento”* manifiesta que los consumidores de sustancias psicoactivas tienden a involucrarse en comportamientos más violentos, así como ilegales que aquellos que no lo son. Respecto a los niveles bajos de agresividad, manifiesta que, esto se ve influenciado por un consumo reducido, mientras que los niveles altos de agresividad, podrían estar asociados a consumos más elevados, es decir, habitual. (Falck, et al. 2002, como se citó en Juárez, 2009).

En torno a los tipos de delito por el cual se encuentran internados, se encontró que el mayor porcentaje de adolescentes que cometieron el delito de homicidio, presentan un nivel Alto de agresividad, mientras que quienes cometieron hurto, lesiones graves, violencia sexual, tráfico de drogas y otros presentan un nivel de agresividad Medio, y finalmente, quienes cometieron robo agravado presentan un nivel de agresividad Bajo.

Durante la investigación se logran tener resultados variados, muchos de ellos coinciden con investigaciones previas; lo que indica que la variable agresividad en adolescentes infractores y no infractores, es un fenómeno presente que requiere una intervención especializada e inmediata.

CAPITULO IV. CONCLUSIONES

Tras los resultados obtenidos en la investigación, se concluye lo siguiente:

El nivel de agresividad presentado por los adolescentes del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación de Chiclayo, 2023 fue Medio, en un 38% de la población total, dejando en evidencia la existencia de la variable agresividad en la población de estudio.

Respecto a la dimensión Agresividad Física, el 39% de la población de estudio presenta un nivel Alto, denotando un comportamiento que involucra golpes, puñetes, empujones, patadas, uso de objetos punzocortantes y otras formas de maltrato físico. Respecto a la dimensión Agresividad Verbal, el 36% de la población de estudio, presenta un nivel Medio, denotando un nivel de moderada intensidad mostrando conductas humillantes hacia los demás por medio de insultos, gritos y amenazas. Respecto a la dimensión Ira, se encuentra que, el 34% de la población de estudio presenta un nivel Bajo, lo que significa la presencia de dicha dimensión en menor intensidad, indicando sentimientos de enojo o enfado. Respecto a la dimensión Hostilidad, el 44% de la población, presenta un nivel Medio, evidenciando un nivel de moderada intensidad lo que indica una actitud de disgusto y desaprobación hacia los demás, con una intención clara de perjudicar a los otros.

La agresividad asociada a los datos sociodemográficos concluye los siguientes datos más resaltantes: en torno al lugar de residencia, los provenientes de Cajamarca, Lambayeque, Loreto presentan un nivel Medio de agresividad, mientras que Amazonas y San Martín, presentan un nivel de agresividad Bajo. Por otro lado, los provenientes de países extranjeros, como Venezuela presenta niveles de agresividad Alto, y en Ecuador predomina el nivel de agresividad Medio. Respecto a los adolescentes de 15 años de edad, en su mayoría presentan un nivel de agresividad Bajo, mientras que el grupo etario de 16 a 19 años de edad, presentan en su mayoría, un nivel de agresividad Medio. Según tiempo de internamiento, los adolescentes institucionalizados entre un mes y seis meses presentan un nivel de agresividad Bajo, mientras que, los adolescentes que permanecen por más de un año a más, evidencian un nivel de agresividad Medio. Según el grado de instrucción académica, los del nivel secundario presentan, en su mayoría, un nivel de agresividad Medio, y los del nivel primario y superior, presentan un nivel de agresividad Alto. Por otro lado, tanto los adolescentes que consumen sustancias psicoactivas como quienes no lo hacen, presentan un nivel de agresividad Medio. Finalmente, según el tipo de infracción,

los adolescentes que presentan un nivel de agresividad Alto, son aquellos que se encuentran internados por el delito de Homicidio; mientras que, quienes cometieron hurto, lesiones graves, tráfico de drogas y

violencia sexual, presentaron un nivel de agresividad Medio; y los adolescentes que cometieron la infracción de robo agravado, en su mayoría, presentan un nivel de agresividad Bajo.

Finalmente, tras evidenciar indicadores de agresividad en la población, se elabora el programa de agresividad en adolescentes ***“Liberándonos de la Agresividad”***, basado en los conceptos teóricos del paradigma Cognitivo Conductual, el cual busca modificar conductas agresivas por comportamientos prosociales, a través de diecisiete sesiones que involucra técnicas como la reestructuración cognitiva, autoinstrucciones, autocontrol emocional, resolución de conflictos, relajación y entrenamiento en habilidades sociales; los mismos que serán aplicados mediante actividades de fácil entendimiento y aplicación en la vida diaria de los adolescentes.

CAPITULO V: RECOMENDACIONES

Se recomienda a las autoridades competentes del centro juvenil, la aplicación de la presente propuesta de programa Cognitivo Conductual, a fin de reducir los niveles de agresividad en los adolescentes y fomentar el desarrollo de habilidades prosociales.

Se recomienda que, el personal encargado de dirigir el programa, sea profesional idóneo en el área de Psicología, con habilidades que permitan una rápida integración con los adolescentes, mediante habilidades de liderazgo, empatía y escucha activa; favoreciendo así, el rapport entre el facilitador y los participantes.

Se recomienda al área de psicología del centro juvenil continuar con la intervención en la variable agresividad, mediante nuevas estrategias grupales e individuales que refuercen la propuesta planteada en la presente investigación.

Se recomienda a las autoridades competentes que tienen bajo su custodia adolescentes con las mismas características de la población de estudio, replicar la propuesta de programa cognitivo conductual con las variantes según sea el caso.

Se recomienda seguir investigando sobre la variable agresividad en adolescentes, asociando los niveles de agresividad según grado de instrucción académica, debido a que no se encontraron mayores antecedentes al respecto.

BIBLIOGRAFÍA REFERENCIADA.

- Aguilar, M. (2017). *Programa Cognitivo Conductual y disminución de conductas agresivas en estudiantes de la Institución Educativa Particular Harvard College De Piura, 2017*. [Tesis de Maestría. Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo]. Repositorio institucional UPAGU.
<http://repositorio.upagu.edu.pe/handle/UPAGU/708>
- Alfaro, J. (2022). *Conducta agresiva en adolescentes en conflicto con la ley penal del centro juvenil de medio cerrado Ucayali – Pucallpa*. [Tesis de licenciatura. Universidad Nacional de Ucayali]. Repositorio institucional de UNU
http://repositorio.unu.edu.pe/bitstream/handle/UNU/5230/B03_2022_UNU_PSICOLOGIA_2022_T_JOSE-ALFARO.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Cabrera, M. (16, Nov 2021). La región Lambayeque ocupa el primer lugar en delincuencia juvenil. *Correo*. <https://diariocorreio.pe/edicion/lambayeque/la-region-lambayeque-ocupa-el-primer-lugar-en-delincuencia-juvenil-noticia/>
- Cáceres, M. (2015). Diseño y aplicación de un programa Cognitivo Conductual para el desarrollo y adquisición de conductas prosociales en niños con agresividad de 9 a 12 años de la escuela Atanasio Viteri. [Tesis de licenciatura. Universidad Politécnica Salesiana Sede Quito]. Repositorio institucional
<https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/9177/1/UPS-QT06712.pdf>
- Carranza, L. (2022). “Programa cognitivo conductual para tratar conductas agresivas de adolescentes infractores atendidos en un servicio de orientación juvenil Chimbote - 2022”. [Tesis para obtener grado de Magister. Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio académico UCV
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/104071>
- Carrasco, M y Gonzales, M. (2006). Aspectos conceptuales de la agresión: definición y modelos explicativos. *Acción Psicológica*, 4 (2), 7-38 Revisado en
<https://www.redalyc.org/pdf/3440/344030758001.pdf>
- Cepeda, Z. (2021). “Factores asociados a la conducta antisocial y delictiva en una muestra colombiana de adolescentes: Análisis diferencial entre jóvenes infractores y no infractores”. [Tesis doctoral. Universidad Autónoma de Madrid]. Repositorio institucional UAM <https://repositorio.uam.es/handle/10486/703381>
- Ccopa, F., Fuster, D., Rivera, K., Pejerrey, Y. y Yupanqui, M. T. (2020). Factores de la delincuencia juvenil en el Perú desde el enfoque preventivo. *Revista Eleuthera*, 22 (2), 149-169. Revisado en
<https://revistasoj.s.ucaldas.edu.co/index.php/eleuthera/article/view/2569/2376>

- Contini, E. (2015). Agresividad y Habilidades Sociales en la adolescencia. Una aproximación conceptual. *Revista Psicodebate*. 15 (2) pp. 31-54. Revisado en https://dspace.palermo.edu/ojs/index.php/psicodebate/article/view/533/pdf_12
- Cubas, L. y Morales, S. (2022). *Programa cognitivo conductual para disminuir la agresividad en adolescentes de una institución educativa Ferreñafe, 2022*. [Tesis de licenciatura. Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio institucional UCV <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/106276>
- Díaz, M. y Saavedra, N. (2021). *Estilos de crianza y agresividad en estudiantes de instituciones educativas públicas del distrito de José Leonardo Ortiz – Chiclayo 2021*. . [Tesis de licenciatura. Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio institucional UCV <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/82338>
- Díaz, M.; Ruiz, M. y Villalobos, A. (2012). *Manual de técnicas de intervención Cognitivo Conductuales*. Descleé de Browser, S.A. <https://clea.edu.mx/biblioteca/files/original/304ecb650075d21dd0e2ed615276c34d.pdf>
- Espinoza, R. (2019). *Nivel de agresividad en estudiantes de la Institución Educativa Primaria “Virgen de Fátima”, Huallanca, 2016*. [Tesis para obtener grado de Maestro. Universidad San Pedro]. Repositorio institucional USP http://repositorio.usanpedro.edu.pe/bitstream/handle/USANPEDRO/12163/Tesis_61664.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Fagoaga, J. Y Sánchez, B. (2011). *Grupos de referencia y conductas agresivas de los adolescentes que cursan el bachillerato general y comercio turno matutino en el Complejo Educativo Capitán General Gerardo Barrios de la ciudad de Santa Ana en el período de marzo a septiembre de 2010*. [Tesis para licenciatura. Universidad de El Salvador]. Repositorio institucional UES <https://ri.ues.edu.sv/id/eprint/881/>
- Gaete, V. (2015). Desarrollo psicosocial del adolescente. *Revista Chilena de Pediatría*, 86(6), 436– 443. Revidado en <https://doi.org/10.1016/j.rchipe.2015.07.005>
- Gonzales, M y Carrasco, M. (2006). Intervención psicológica en agresión: técnicas, programas y prevención. *Acción Psicológica*, 4 (2), pp. 83-105. Revisado en <https://www.redalyc.org/pdf/3440/344030758004.pdf>
- Hernández, Fernández y Baptista (2010). *Metodología de la investigación científica*. (5 edición). México: Mc Graw-Hill
- Hernández, Fernández y Baptista (2014). *Metodología de la investigación científica*. (6ª edición). México: Mc Graw-Hill

- Hernández, N. y Sánchez, J. (2007). *Manual de Psicoterapia Cognitivo Conductual para trastornos de la salud*. Libros en red. URL [Manual de psicoterapia cognitivo-conductual para trastornos de la salud - Nicolás Alejandro Hernández Lira - Google Libros](#).
- Herrera, M. (2020). “*La resiliencia y su relación con la agresividad en adolescentes infractores*”. [Tesis para obtener la Licenciatura. Universidad Técnica de Ambato]. Repositorio institucional UTA
<https://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/31382>
- Ignacio, S. (2019). *Propuesta de un programa cognitivo conductual para reducir conductas agresivas en adolescentes en conflicto con la ley penal atendidos en un servicio de Chiclayo, 2017*. [Tesis para obtener grado de Magister. Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo]. Repositorio institucional UNPRG
<https://repositorio.unprg.edu.pe/handle/20.500.12893/8287>
- Jaime, J. (2019). *Efectos de un programa Cognitivo Conductual en la depresión del adulto mayor del programa CAM - de la provincia de Lambayeque, 2016*. [Tesis para obtener grado de Magister. Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo]. Repositorio institucional UNPRG.
<https://repositorio.unprg.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12893/7751/BC-%204038%20JAIME%20RODRIGUEZ.pdf?sequence=1&isAllowed=y#:~:text=Se%20evidencia%20tambi%C3%A9n%20que%20antes,tiene%20probabilidad%20de%20tener%20depresi%C3%B3n.>
- Jibaja, E. (2019). *Agresividad en adolescentes infractores en proceso de reinserción de un centro juvenil de diagnóstico y rehabilitación de Chiclayo, durante septiembre - diciembre del 2016*. [Tesis de licenciatura. Universidad Santo Toribio de Mogrovejo]. Repositorio académico USAT
<https://tesis.usat.edu.pe/handle/20.500.12423/1986>
- Juárez, F.; Galindo, B. y Santos, Y. (2009). Influencia del consumo de sustancias psicoactivas en los patrones de comportamiento violento. *Psicología y Salud*. 19(2) pp. 223-235. Revisado en <https://www.redalyc.org/pdf/29111986007.pdf>
- López, E., Mesurado, B., y Guerra, P. (2019). Distintos estilos del sentido del humor y su relación con las conductas agresivas físicas y verbales en adolescentes argentinos. *Interdisciplinaria*, 36(2), 69-78. Revisado en:
<http://www.scielo.org.ar/pdf/interd/v36n2/1668-7027-interd-36-02-00069.pdf>
- Martín, F. (2020). La agresividad humana y sus interpretaciones. *La Albolafia: Revista de Humanidades y Cultura*. N°. 20, 2020 págs. 427-441. Revisado en
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7720611>
- Matalinares, M., Yaringaño, J., Uceda, J., Fernández, E., Huari, Y., Campos, A., & Villavicencio, C. (2012). Estudio psicométrico de la versión española del

cuestionario de agresión de Buss y Perry. *Revista IIPSI*, 15 (3), 147 – 161.

Recuperado en:

http://sisbib.unmsm.edu.pe/BVRevistas/Investigacion_Psicologia/v15_n1/pdf/a9v15n1.pdf

Mate, A. (2018). *Esquemas cognitivos disfuncionales, distorsiones cognitivas y agresión en jóvenes y adolescentes*. [Tesis Doctoral. Universidad Complutense de Madrid]. Repositorio institucional UCM <https://eprints.ucm.es/id/eprint/46800/1/T39676.pdf>

Mate, M; López, S.; Alvarez, M. (2010). *Ciencias Psicosociales: Tema 7. Las Habilidades sociales*. Universidad de Cantabria. https://ocw.unican.es/pluginfile.php/424/course/section/214/tema_07.pdf

Mego, C. (2019). “*Propuesta de un programa de terapia Cognitivo Conductual para disminuir agresividad en adolescentes de una institución educativa en Ferreñafe*”. [Tesis para obtener la licenciatura. Universidad Señor de Sipán]. Repositorio institucional USS SIPAN <https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/7053>

Ministerio de Justicia y Derechos Humanos (2022). *Boletín estadístico julio 2022: Reporte mensual de datos estadísticos presentados por la UAPISE. PRONACEJ*. Revidado en <https://www.gob.pe/institucion/pronacej/informes-publicaciones/3364385-boletin-estadistico-julio-2022>

Molero, L. (2017). “*Niveles de agresividad en estudiantes del tercer año de secundaria de la Institución Educativa Particular Trilce Villa el Salvador, Lima 2017*”. [Tesis para optar por la licenciatura. Universidad Inca Garcilaso de la Vega]. Repositorio institucional UIGV <http://repositorio.uigv.edu.pe/handle/20.500.11818/1542>

Morales, C. (2015). *Agresividad y resiliencia en adolescentes infractores, Pimentel – 2015*. [Tesis para grado de Magister. Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo]. Repositorio institucional UPAGU <http://repositorio.upagu.edu.pe/bitstream/handle/UPAGU/178/MORALES%20HUMAN.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Moreno, J. y Utria, E. (2011). Caracterización de los programas de tratamiento cognitivo-conductual para el manejo de problemas de comportamiento en niños y adolescentes realizados en Bogotá entre 2002 y 2008. *Psicología desde el Caribe*, 28 (1), 39-76. Revisado en <https://www.redalyc.org/pdf/213/21320758004.pdf>

Muñoz, F. (2000). *Adolescencia y Agresividad*. (Tesis doctoral) Universidad Complutense, Madrid. Revisado en <http://eprints.ucm.es/tesis/19972000/S/4/S4017401.pdf>

Organización Mundial de la Salud. (2020). *Salud de la madre, el recién nacido, del niño y del adolescente*. Disponible en https://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/dev/es/

- Organización Mundial de la Salud y Organización Panamericana de la Salud (2014).
Prevención de la violencia: la evidencia. Disponible en:
https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/85671/9789275317488_spa.pdf;jsessionid=6D2236D5BA04C9E79688C12317C1A963?sequence=1
- Pacheco, M., Damasco, J., Ordoñez y M., Salazar, D. (2020). Estudio Transversal:
Conducta de agresión en estudiantes de quinto año de secundaria de cuatro
instituciones educativas periféricas de Lima, Perú. *Revista Médica HJCA*. 12 (3):
166-171. DOI: <http://dx.doi.org/10.14410/2020.12.3.ao.24>
- Papalia, D, Wendkos, S & Diskin, R (2011). *Desarrollo Humano*. (11va ed). México; Mc
Graw Hill Interamericana editores S.A.
- Penado, M; Andrew, J; Peña, E. (2014). Agresividad reactiva, proactiva y mixta: análisis
de los factores de riesgo individual. *Anuario de Psicología Jurídica*. 24, pp. 37-42.
Revisado en <https://www.redalyc.org/pdf/3150/315031876005.pdf>
- Porras, I. (2022). *Programa cognitivo conductual para disminuir el estado-rasgo de
ansiedad en un grupo de estudiantes de 1° de secundaria*. [Tesis para obtener grado de
Magister. Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo]. Repositorio institucional UNPRG
<https://repositorio.unprg.edu.pe/handle/20.500.12893/10017>
- Ramírez, M. (2019). *Estilos de crianza y agresividad en adolescentes en un Centro Juvenil
de Diagnóstico y Rehabilitación De Chiclayo*. [Tesis de licenciatura. Universidad
Privada Juan Mejía Baca]. Repositorio institucional UJMB
<http://repositorio.umb.edu.pe:8080/jspui/handle/UMB/331>
- Rodríguez, R. y Ordoñez, A. (2015). *"Eficacia De Un Taller De Técnicas Asertivas De
Comunicación Asertiva En Adolescentes Del Colegio San Gerónimo Emiliani"*.
[Tesis de licenciatura. Universidad Rafael Landívar – Guatemala]. Repositorio
institucional <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesisjcem/2015/05/42/Rodriguez-Rocio.pdf>
- Roncero, D., Andrew, J & Peña, E (2018). Efecto de diferentes patrones de agresión sobre
la desadaptación institucional y la reiteración delictiva en menores infractores.
Revista española de investigación criminológica, 16 (7), 1-24. DOI:
<https://reic.criminologia.net/index.php/journal/article/view/159>
- Sarabia, M. (2017). Habilidades Para La Vida Y Agresividad En Adolescentes Infractores
Recluidos En Un Centro De Rehabilitación De Lima. *Revista de la Universidad
Autónoma del Perú*. 2017, 2(1), 66- 90.
<https://core.ac.uk/download/pdf/236373633.pdf>
- Sampieri, R. H. (2010). Metodología de la investigación (10° edición ed.). Mexico: Mc
Graw Hill

- Silva, C.; Barchelot, L.; Galvan, G.; Caracterización de la conducta agresiva y de variables psicosociales en una muestra de adolescentes de la ciudad de Bucaramanga y su área metropolitana. *Psicogente*, vol. 24, núm. 46, pp. 36-57, 2021.
<https://www.redalyc.org/journal/4975/497570255003/html/>
- Silvera, R. (2005). *Programa cognitivo- conductual para reducir la agresividad en los delinquentes juveniles de 12 a 18 años en la Circunscripción Judicial del Estado Mérida*. [Tesis de para obtener el grado de Maestro. Universidad Centro occidental “Lisandro Alvarado”]. Recuperado de:
http://bibmed.ucla.edu.ve/Edocs_bmucla/textocompleto/TWS462S552005.pdf
- Terán, I. (2016, junio). Violencia juvenil delincencial en Latinoamérica: un desafío ético de las sociedades del siglo XXI. *Scielo Analythics*. 14. (1).
http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1690-32932016000100009
- Tintaya, Y (2017). Propiedades psicométricas del cuestionario de Agresión de Buss y Perry-AQ en adolescentes de Lima Sur. *Revista de la Universidad Autónoma del Perú*. 85-113. Revisado en <https://core.ac.uk/download/pdf/328019924.pdf>
- Yapko, M. (2006). *Para romper los patrones de la depresión*. Pax. México (pp 38-42). Recuperado de
<https://books.google.com.gt/books?id=HNqn2CMrQQsC&printsec=copyright#v=onepage&q&f=false>
- Vílchez, B. (2021). *Programa cognitivo conductual para manejar agresividad de los adolescentes atendidos en un centro de salud de Narihuala 2021: Estudio descriptivo - propositivo*. [Tesis para obtener grado de Magister. Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio académico UCV.
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/104106>

ANEXOS

ANEXO N°1

Cuestionario de Agresión (AQ)

Edad: _____

Institución: _____

INSTRUCCIONES.

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

CF = Completamente falso para mí

BF = Bastante falso para mí

VF= Ni verdadero, ni falso para mí

BV = Bastante verdadero para mí

CV = Completamente verdadero para mí

Recuerda que no hay respuestas buenas o malas, sólo interesa conocer la forma como tú percibes, sientes y actúas en esas situaciones.

	CF	BF	VF	BV	CV
01. De vez en cuando no puedo controlar el impulso de golpear a otra persona					
02. Cuando no estoy de acuerdo con mis amigos, discuto abiertamente con ellos					
03. Me enoja rápidamente, pero se me pasa enseguida					
04. A veces soy bastante envidioso					
05. Si se me provoca lo suficiente, puedo golpear a otra persona					
06. A menudo no estoy de acuerdo con la gente					
07. Cuando estoy frustrado, muestro el enojo que tengo					
08. En ocasiones siento que la vida me ha tratado injustamente					
09. Si alguien me golpea, le respondo golpeándole también					
10. Cuando la gente me molesta, discuto con ellos					
11. Algunas veces me siento tan enojado como si estuviera a punto de estallar					
12. Parece que siempre son otros los que consiguen las oportunidades					
13. Suelo involucrarme en la peleas algo más de lo normal					
14. Cuando la gente no está de acuerdo conmigo, no puedo evitar discutir con ellos					
15. Soy una persona apacible					
16. Me pregunto por qué algunas veces me siento tan resentido por algunas cosas					
17. Si tengo que recurrir a la violencia para proteger mis derechos, lo hago					
18. Mis amigos dicen que discuto mucho					
19. Algunos de mis amigos piensan que soy una persona impulsiva					
20. Sé que mis «amigos» me critican a mis espaldas					
21. Hay gente que me provoca a tal punto que llegamos a pegarnos					
22. Algunas veces pierdo el control sin razón					
23. Desconfío de desconocidos demasiado amigables					
24. No encuentro ninguna buena razón para pegar a una persona					
25. Tengo dificultades para controlar mi genio					
26. Algunas veces siento que la gente se está riendo de mí a mis espaldas					
27. He amenazado a gente que conozco					
28. Cuando la gente se muestra especialmente amigable, me pregunto qué querrán					
29. He llegado a estar tan furioso que rompía cosas					

ANEXO N° 2

Estadísticos de fiabilidad

	Alfa de Cronbach	N de elementos
Escala total	,836	29
Subescala Agresión Física	,683	9
Subescala Agresión Verbal	,565	5
Subescala Ira	,552	7
Subescala Hostilidad	,650	8

Categorías diagnóstica de la escala

	ESCALA	SUB ESCALAS			
	AGRESIÓN	Agresividad Física	Agresividad Verbal	Ira	Hostilidad
Muy Alto	99 a Más	30 a Más	18 a Más	27 a Más	32 a Más
Alto	83 – 98	24 – 29	14 – 17	22 – 26	26 – 31
Medio	68 – 82	16 – 23	11 – 13	18 – 21	21 – 25
Bajo	52 – 67	12 – 17	7 – 10	13 – 17	15 – 20
Muy Bajo	Menos a 51	Menos a 11	Menos a 6	Menos a 12	Menos a 14

ANEXO N° 3

DATOS SOCIODEMOGRÁFICOS

Te presentamos algunas preguntas de carácter personal, para lo cual te pedimos sinceridad; cabe resaltar que, los datos registrados en esta ficha serán únicamente utilizados para fines de la investigación ya que son de carácter confidencial. (Esquema adaptado de Jibaja, 2019).

Edad del participante: _

Tiempo de Internamiento en el centro:

1 mes	6 meses	1 año	Más de 1 año

Lugar de residencia (Antes de ingresar al Centro)

Departamento	Provincia	Distrito

Nivel educativo

Sin grado de instrucción.	Primaria	Secundaria	Superior o universitaria

Cuál fue el tipo de infracción por la que estas en esta institución.

Robo agravado	Hurto	Violencia sexual	Lesiones graves	Trafico de drogas	Homicidio	otros

Consumo de sustancias psicoactiva.

SÍ

☐

NO

☐

Especifique el tipo de sustancia

Alcohol	Marihuana	Cocaína	Éxtasis	Otros

ANEXO N°4

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

Chiclayo, 27 de abril 2023

Sr.

ELMER CUBAS CUBAS

DIRECTOR (A) DEL CIDR José Quiñones Gonzales - Chiclayo.



Presente. -

De mi mayor consideración:

Dulce suscribe, Natty Trinidad Vidal Tarazona, licenciada en Psicología con colegiatura N° 22772; ante su insignie despacho me presento y solicito: AUTORIZACIÓN PARA APLICACIÓN DEL CUESTIONARIO DE AGRESIVIDAD DE BLISS Y PERRY (29 ítems) a la población de la institución que dignamente usted dirige, a fin de continuar con la investigación académica para obtener el grado de Magister con mención en Psicología Clínica y de la Salud, de la Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo denominado: "Propuesta de un programa Cognitivo Conductual en agresividad de adolescentes del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación de Chiclayo, 2023"; cuyo producto final, podrá ser proporcionado a su institución para los fines que usted estime pertinente.

Esperando contar con lo solicitado, dejo mi correo electrónico y número de contacto a fin de realizar cualquier tipo de coordinación para la ejecución de lo solicitado.

Correo: nattyvidaltarazona@gmail.com

Cel.: 995281785

Agradeciéndole anticipadamente la autorización para dicha diligencia en su institución, le hago llegar las muestras de mi especial consideración y estima.

Atentamente,


La Natty Tr. Vidal Tarazona
PSICÓLOGA
C.P.P. 22772

Consentimiento para participar en un estudio de investigación
Dirigido al director de la Institución

Investigador: Ps. Nely Trinidad Vidal Tarazona
Título: *Propuesta de un programa Cognitivo Conductual en agresividad de adolescentes del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación Chiclayo, 2023.*

Señor director y tutor legal del Centro Juvenil de Rehabilitación y Diagnóstico José Quiroz González sede Chiclayo: ABG. ELMER CUBAS CUBAS.

A través del presente documento se solicita su autorización para la participación de adolescentes institucionalizados en el centro que usted dirige, menores de 18 años, en la investigación: *Propuesta de un programa Cognitivo Conductual en agresividad de adolescentes del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación Chiclayo, 2023.*

Fin del Estudio:

Este trabajo es desarrollado por un investigador de la facultad de Post Grado de la Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo. Se está realizando este estudio para proponer un programa Cognitivo Conductual en agresividad, por lo que se requiere identificar el nivel de agresividad en adolescentes infractores acogidos en la institución que dignamente usted representa.

Procedimientos:

Si Usted acepta la participación, se podrá a los adolescentes que respondan preguntas del cuestionario en aproximadamente 15 a 20 minutos de duración.

Riesgos:

No se prevé riesgos por participar en este estudio.

Beneficio:

Los adolescentes, como la institución, se beneficiarán con la Propuesta de programa Cognitivo Conductual, al término de la investigación, además de conocer los resultados de la evaluación de la variable de estudio; lo que permitirá a los profesionales de la institución, realizar las acciones pertinentes a su cargo. Asimismo, se podrá proporcionar los resultados de la evaluación de manera individual y confidencial a los participantes que deseen tener acceso a dicha información.

Costos e Incentivos: La presente investigación, no supone un gasto para los participantes del estudio, y tampoco, recibirá ningún incentivo económico ni de ninguna otra índole.

Confidencialidad:

La información que se recaja será confidencial, siendo usada estrictamente para las fines antes de la investigación. Cualquier resultado publicado, no mostrará ningún dato sensible del participante que permita su identificación. Los actúan resultados de la evaluación, serán de uso exclusivo del investigador, y no será proporcionado a terceros. El adolescente podrá realizar cualquier pregunta antes de decidir si desea participar o no de la investigación.


ANEXO N°6


Uso de la información:
La información será eliminada al finalizar el estudio.

Derechos del participante:
La participación de los evaluados es voluntaria. El adolescente tiene la potestad de retirar su consentimiento para la participación cuando lo estime pertinente, sin perjuicio alguno.

Contacto:
Si Usted tiene alguna duda adicional, por favor enviar su cuestionamiento al correo: natyvidaltarazona@gmail.com
Si hubiera preguntas sobre los aspectos éticos del estudio, o cree que los adolescentes no han sido tratados adecuadamente durante el proceso puede contactar al Comité de Ética en Investigación de la FACHSE de la UNPRG.

CONSENTIMIENTO
De forma voluntaria brindo mi consentimiento para que todos los adolescentes menores de 18 años pertenecientes a la institución que represento, sean parte de este estudio, comprendo en qué consiste la participación, también entiendo que los adolescentes pueden decidir no participar y retirarse en cualquier momento sin perjuicio alguno.

Firma del Director de la Institución

ELMER CUBAS CUBAS
DIRECTOR
INSTITUTO DE MANEJO Y REHABILITACIÓN
JOSÉ PERDONES GONZÁLES
PROGRAMA NACIONAL DE CORTOS JUVENILES
(CNI)
16502085
Fecha: 10-05-23

Firma del Investigador

Nombre: Natty Trinidad Vidal Tarazona
DNI: 45150062
Fecha: 10/05/2023




Recibo digital

Este recibo confirma que su trabajo ha sido recibido por Turnitin. A continuación podrá ver la información del recibo con respecto a su entrega.

La primera página de tus entregas se muestra abajo.

Autor de la entrega: **Naty Trinidad Vidal Tarazona**
Título del ejercicio: **Maestría**
Título de la entrega: **Propuesta de un programa Cognitivo Conductual en agresivi...**
Nombre del archivo: **ty_Trinidad_Vidal_Tarazona_M_Tesis_ASESOR_agresion_CC_R...**
Tamaño del archivo: **2.6M**
Total páginas: **136**
Total de palabras: **36,465**
Total de caracteres: **202,391**
Fecha de entrega: **02-ago.-2023 09:37p. m. (UTC-0500)**
Identificador de la entre... **2140643789**

UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUIZ GALLO
FACULTAD DE CIENCIAS HISTÓRICAS SOCIALES Y
EDUCACIÓN
UNIDAD DE POSGRADO
PROGRAMA DE MAestría EN PSICOLOGÍA CLÍNICA



TESIS
Propuesta de un programa Cognitivo Conductual en agresividad de
adolescentes del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación de Chiclayo,
2023.
Presentada para obtener el Grado Académico de Maestría en Psicología con
mención en Psicología Clínica.

Investigador (a): **Bach. Vidal, Tarazona, Naty Trinidad**
Asesor (a): **Dra. Raquel Yovana Tello Flores**
Lambayeque - Perú
2023

Dra. Tello Flores Raquel Yovana

Asesor

Propuesta de un programa Cognitivo Conductual en agresividad de adolescentes del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación de Chiclayo

INFORME DE ORIGINALIDAD

7 %	7 %	1 %	4 %
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	hdl.handle.net Fuente de Internet	2 %
2	repositorio.sibdi.ucr.ac.cr:8080 Fuente de Internet	1 %
3	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	1 %
4	repositorio.unprg.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
5	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	<1 %
6	servicio.bc.uc.edu.ve Fuente de Internet	<1 %
7	repositorio.umb.edu.pe:8080 Fuente de Internet	<1 %
8	repositorio.uigv.edu.pe Fuente de Internet	<1 %

9	cdn.www.gob.pe Fuente de Internet	<1 %
10	ww1.docero.mx Fuente de Internet	<1 %
11	es.scribd.com Fuente de Internet	<1 %
12	repositorio.unprg.edu.pe:8080 Fuente de Internet	<1 %
13	eprints.ucm.es Fuente de Internet	<1 %
14	repositorio.upagu.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
15	repositorio.autonomadeica.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
16	repositorio.umb.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
17	repositorio.unjfsc.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
18	www.dspace.uce.edu.ec Fuente de Internet	<1 %
19	www.scribd.com Fuente de Internet	<1 %
20	Submitted to Universidad Europea de Madrid Trabajo del estudiante	<1 %

21	repositorio.upla.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
22	repositorio.unu.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
23	revistamedicahjca.iesg.gob.ec Fuente de Internet	<1 %
24	repositorio.unfv.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
25	psicopedia.org Fuente de Internet	<1 %
26	raulravelo.com Fuente de Internet	<1 %
27	revistas.autonoma.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
28	1library.co Fuente de Internet	<1 %
29	Submitted to Universidad Catolica Los Angeles de Chimbote Trabajo del estudiante	<1 %
30	es.slideshare.net Fuente de Internet	<1 %
31	repositorio.upn.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
32	repositorio.uta.edu.ec Fuente de Internet	

<1 %

33

Submitted to Aliat Universidades

Trabajo del estudiante

<1 %

34

renati.sunedu.gob.pe

Fuente de Internet

<1 %

35

tesis.usat.edu.pe

Fuente de Internet

<1 %

36

Submitted to Universidad Internacional de la Rioja

Trabajo del estudiante

<1 %

37

addi.ehu.es

Fuente de Internet

<1 %

38

Ángela María Álvarez-López, Natalia Jeaneth Carmona-Valencia, Ángela Liceth Pérez-Rendón, Adriana Jaramillo-Roa. "Factores psicosociales asociados al consumo de sustancias psicoactivas en adolescentes de Pereira, Colombia", Universidad y Salud, 2020

Publicación

<1 %

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 15 words

Excluir bibliografía

Activo



Dra. Tello Flores Raquel Yovana

Asesor

CONSTANCIA DE APROBACIÓN DE ORIGINALIDAD DE TESIS

Yo, Tello Flores Raquel Yovana, asesor de tesis de la bachiller, NATY TRINIDAD VIDAL TARAZONA.

Titulada:

Propuesta de un programa Cognitivo Conductual en agresividad de adolescentes del Centro Juvenil de Diagnóstico y Rehabilitación de Chiclayo, 2023; luego de la revisión exhaustiva del documento, constato que la misma tiene un índice de similitud de 7% verificable en el reporte de similitud del programa Turnitin.

El suscrito analizó dicho reporte y concluyó que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender, la tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo.

Lambayeque 05 de enero del 2023



TELLO FLORES RAQUEL YOVANA

DNI: 09866598

ASESOR