



**UNIVERSIDAD NACIONAL  
PEDRO RUIZ GALLO**



**FACULTAD DE CIENCIAS HISTÓRICO SOCIALES Y  
EDUCACIÓN**

**Unidad de Posgrado  
Ciencias Histórico Sociales y Educación**

**PROGRAMA DE MAESTRÍA  
EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN**

**“PROGRAMA DE EDUCACIÓN EMOCIONAL BASADO EN LAS  
TEORÍAS DE LAWRENCE SHAPIRO Y ALBERT BANDURA, PARA  
DISMINUIR LAS CONDUCTAS AGRESIVAS DE LOS ESTUDIANTES  
DEL QUINTO GRADO DEL NIVEL PRIMARIO DE LA INSTITUCIÓN  
EDUCATIVA N° 11134 DEL DISTRITO DE PICSI – CHICLAYO”**

**TESIS**

**PRESENTADO PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE  
MAESTRO EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN CON MENCIÓN EN  
INVESTIGACIÓN Y DOCENCIA**

**AUTOR:**

**LOBATO VÁSQUEZ, MILTO GERMÁN**

**ASESOR:**

**M. SC. RAMOS BAZÁN, MIGUEL HUGO**

**LAMBAYEQUE – PERÚ**

**2018**

“Programa de Educación Emocional basado en las teorías de Lawrence Shapiro y Albert Bandura, para disminuir las conductas agresivas de los estudiantes del 5<sup>to</sup> Grado del nivel primario de la Institución Educativa N° 11134 del distrito de Pisci-Chiclayo”



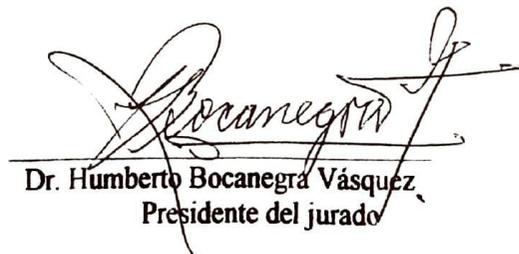
Bach. Milto G. Lobato Vásquez  
AUTOR



M. Sc. Miguel Hugo Ramos Bazán  
ASESOR

Tesis presentada para optar el grado académico de Maestro en Ciencias de la Educación con Mención en Investigación y Docencia.

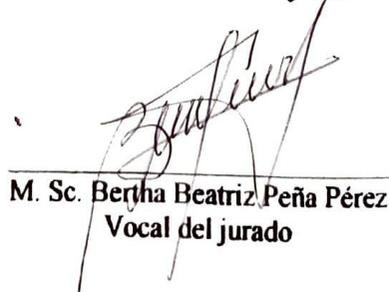
Aprobado por:



Dr. Humberto Bocanegra Vásquez  
Presidente del jurado



Dra. Laura Isabel Altamirano Delgado  
Secretario del jurado



M. Sc. Bertha Beatriz Peña Pérez  
Vocal del jurado

Lambayeque, 2018



N° 000281



## ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

Siendo las 12:30 horas del día 24 de agosto del año dos mil dieciocho, en la Sala de Sustentaciones de la Facultad de Ciencias Histórico Sociales y Educación de la Universidad Nacional "Pedro Ruiz Gallo" de Lambayeque, se reunieron los miembros del jurado, designados mediante Resolución N° 2237-2015-O-FACHSE, de fecha 28/05/15 conformado por:

<u>Dr. Humberto Bacconegra Vásquez</u>	PRESIDENTE(A)
<u>Dra. Laura Isabel Altimirano Delgado</u>	SECRETARÍA(A)
<u>M.sc. Bertha Beatriz Peña Pérez</u>	VOCAL
<u>M.sc. Miguel Hugo Ramos Bazán</u>	ASESOR(A)

con la finalidad de evaluar la tesis titulada Programa "Educación Emocional" basado en las teorías de Lawrence Shapiro y Albert Bandura para disminuir las conductas agresivas en los estudiantes del Quinto grado del nivel Primario de la I.E. N° 11134 del distrito de Pisco-Chiclayo 2015.

presentado por el(los) / los(as) tesisista(s) Milto Germán Lobato Vásquez

sustentación que es autorizada mediante Resolución N° 2231-2018-O-FACHSE de fecha 17/08/18

El Presidente del Jurado autorizó el inicio del acto académico; producido y concluido el acto de sustentación de tesis, de conformidad con el Reglamento de la Unidad de Posgrado de la Facultad de Ciencias Histórico Sociales y Educación de la Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo, Artículos 97°, 98°, 99°, 100°, 101°, 102°, y 103°; los miembros del jurado procedieron a la evaluación respectiva, haciendo una serie de preguntas y recomendaciones a el sustentante(s), quien \_\_\_\_\_, procedieron a dar respuesta a las interrogantes y observaciones; quien(es) obtuvo (obtuvieron) 30 puntos que equivale al calificativo de Regular

En consecuencia el(los) / los(as) sustentante(s) queda(n) apto(s) para obtener el Grado Académico de

Maestro en Ciencias de la Educación con mención en Investigación y Docencia

Siendo las 13:30 horas del mismo día, se da por concluido el acto académico, firmando la presente acta:

[Firma]  
PRESIDENTE  
[Firma]  
VOCAL

[Firma]  
SECRETARIO

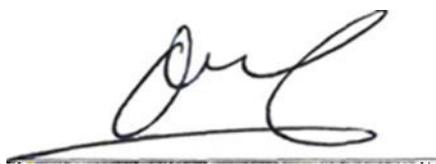
ASESOR

Observaciones: El asesor no estuvo presente en el acto de Sustentación

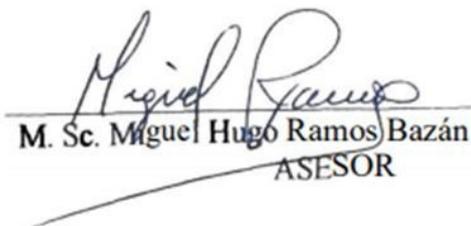
### Declaración jurada de originalidad

Yo, Milto Germán Lobato Vásquez, investigador principal, y Miguel Hugo Ramos Bazán, asesor del trabajo de investigación “Programa de Educación Emocional basado en las teorías de Lawrence Shapiro y Albert Bandura, para disminuir las conductas agresivas de los estudiantes del quinto grado del nivel primario de la Institución Educativa N° 11134 del distrito de Picsi – Chiclayo”, declaramos bajo juramento que este trabajo no ha sido plagiado, ni contiene datos falsos. En caso se detectara lo contrario asumo responsablemente la anulación de este informe y por ende el proceso administrativo a que hubiere lugar. Que puede conducir a la anulación del título o grado emitido como consecuencia de este informe.

Lambayeque, agosto 2018



Bach. Milto Germán Lobato Vásquez  
AUTOR



M. Sc. Miguel Hugo Ramos Bazán  
ASESOR

## **Dedicatoria**

A Dios, por su eterno e infinito amor...

## **Agradecimiento**

De manera muy especial al M. Sc. Miguel Hugo Ramos Bazán, por sus enseñanzas brindadas en el programa de Maestría, así como por sus valiosos aportes como asesor del presente trabajo de investigación.

## Índice General

Acta de sustentación .....	iii
Declaración jurada de originalidad.....	iv
Dedicatoria .....	v
Agradecimiento... ..	vi
Índice General.....	vii
Resumen... ..	viii
Abstrac.....	ix
Introducción.....	10

## Contenido

1 ANÁLISIS DEL OBJETO DE ESTUDIO .....	16
1.1 UBICACIÓN DEL OBJETO DE ESTUDIO .....	16
1.2 EVOLUCIÓN HISTÓRICO TENDENCIAL DEL OBJETO DE ESTUDIO .....	16
1.3 CARACTERÍSTICAS DEL PROBLEMA.....	17
1.4 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.....	18
1.4.1 Problema general .....	18
1.4.2 Problema específico.....	19
1.5 OBJETIVOS .....	19
1.5.1 Objetivo General .....	19
1.5.2 Objetivos Específicos .....	19
1.6 JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN .....	20
1.7 METODOLOGÍA.....	21

2	MARCO TEÓRICO .....	22
2.1	ANTECEDENTES DE ESTUDIO .....	22
2.2	BASES TEÓRICO CIENTÍFICAS DEL OBJETO DE ESTUDIO .....	24
2.2.1	NEUROCIENCIA Y EDUCACIÓN.....	24
2.2.2	LAS EMOCIONES .....	29
2.2.3	LA AGRESIVIDAD .....	37
2.2.4	LOS NEUROTRANSMISORES Y LAS EMOCIONES.....	46
2.2.5	LA EDUCACIÓN EMOCIONAL .....	48
2.2.6	TEORÍA DEL APRENDIZAJE SOCIAL DE ALBERT BANDURA .....	52
2.2.7	TEORÍA DE LAWRENCE SHAPIRO.....	58
2.3	FORMULACIÓN DE LA HIPÓTESIS .....	64
2.3.1	Hipótesis General .....	64
2.3.2	Hipótesis Específica .....	64
2.4	IDENTIFICACIÓN DE VARIABLES.....	64
2.5	OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES .....	65
3	MARCO METODOLÓGICO .....	67
3.1	TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN.....	67
3.1.1	Tipo de investigación .....	67
3.1.2	Diseño de investigación.....	69
3.2	POBLACIÓN Y MUESTRA.....	70
3.2.1	Población .....	70

3.2.2	Muestra.....	70
3.3	MÉTODOS, TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS.....	70
3.3.1	Métodos.....	70
3.3.2	Técnicas.....	71
3.3.3	Instrumentos de recolección de datos.....	72
3.4	ANÁLISIS DE LOS DATOS.....	73
4	PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS.....	74
4.1	PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LOS DATOS.....	74
4.2	DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS.....	85
	CONCLUSIONES:.....	86
	RECOMENDACIONES.....	88
	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	89
	<b>ANEXOS.....</b>	<b>91</b>

## Resumen

La agresividad es un problema muy frecuente que se encuentra presente en los niños del nivel primario, dificultando no solamente la convivencia entre estudiantes, si no también el propio proceso de enseñanza – aprendizaje.

Los alumnos del 5<sup>to</sup> Grado del nivel primario de la Institución Educativa N° 11134, perteneciente al Centro Poblado de Capote, Distrito de Picsi, Provincia de Chiclayo no son ajenos al problema de la agresividad, ya que en la práctica educativa se ha visto que pelean continuamente, se insultan, quitan sus cosas de manera violenta, se agreden verbal y físicamente; evidenciándose la presencia de conductas agresivas que dificultan las buenas relaciones interpersonales; de esto surge la necesidad de diseñar y proponer un programa para educarlos emocionalmente.

Este programa comprende aportes de las teorías de los psicólogos Lawrence Shapiro y Albert Bandura, y está orientado a disminuir las conductas agresivas, fomentando el autoconocimiento, la automotivación y el autocontrol de las propias emociones, busca además desarrollar la empatía y las relaciones interpersonales en los estudiantes.

Didácticamente la investigación permitirá abarcar formas más eficaces de enseñanza, tomando en cuenta el conocimiento emocional de los alumnos; pedagógicamente permitirá a los docentes el cumplimiento de sus objetivos planificados para con los estudiantes, ello permitirá tener un currículo más flexible y diversificado, tomando en cuenta la realidad y necesidad de los estudiantes.

## **Abstrac**

Aggression is a very frequent problem that is present in elementary school children, making it difficult not only for students to coexist, but also the teaching-learning process itself.

The students of the 5th Grade of the primary level of the Educational Institution N ° 11134, belonging to the Centro Poblado de Capote, District of Pícsi, Province of Chiclayo are not alien to the problem of aggressiveness, since in educational practice they have been seen to fight continuously, they insult each other, take their things violently, verbally and physically attack each other; evidencing the presence of aggressive behaviors that hinder good interpersonal relationships; From this arises the need to design and propose a program to educate them emotionally.

This program includes contributions from the theories of the psychologists Lawrence Shapiro and Albert Bandura, and is aimed at reducing aggressive behaviors, promoting self-awareness, self-motivation and self-control of one's own emotions, and also seeks to develop empathy and interpersonal relationships in students.

Didactically the investigation will allow to cover more effective forms of teaching, taking into account the emotional knowledge of the students; pedagogically, it will allow teachers to meet their planned objectives for students, this will allow them to have a more flexible and diversified curriculum, taking into account the reality and needs of the students.

## **Introducción**

Los niños de hoy en día están expuestos a adquirir conductas agresivas más que cualquier otra generación anterior, siendo diversos los factores que contribuyen para que ello suceda; así tenemos a la televisión, el internet, los videojuegos y la propia familia como elementos que ejercen enorme importancia en el desarrollo del individuo, y concretamente, en el modo y forma de su personalidad.

La agresividad en los niños, en su mayoría, es una forma de comportamiento aprendido del mundo que los rodea, y que si bien es cierto, en algunos casos puede tener como causa el factor biológico, sin embargo, los estudios demuestran que es la educación la que en definitiva determina; he aquí la importancia para que padres y maestros incidan, siendo la infancia y la niñez las mejores etapas para corregir los comportamientos agresivos.

La presente investigación tiene como objeto de estudio los niños del 5<sup>to</sup> Grado de la Institución Educativa N° 11134 del Centro Poblado menor de Capote, del distrito de Picsi, quienes tienen dificultad para controlar sus emociones negativas como la ira, es por ello que se propone un programa que permitirá fomentar una educación integral, es decir, que involucre diversos aspectos del ser humano, entre ellos el afectivo, de tal manera que los estudiantes aprendan a superponerse a las adversidades de la vida y salir airosos de ellas, expresar adecuadamente sus emociones, respetar a sus compañeros, valorarse y mantener la calma en situaciones difíciles; ello conllevará a disminuir el alto nivel de agresividad que presentan.

En la presente investigación se propone el Programa de “Educación Emocional”, el mismo que está basado en las teorías del Dr. Lawrence Shapiro y Albert Bandura, y tiene como finalidad disminuir las conductas agresivas identificadas en el objeto de estudio.

La investigación está estructurada de la siguiente manera:

En el CAPÍTULO I denominado “Análisis del Objeto de Estudio”, se describe la ubicación del objeto de estudio, su evolución histórica, se formula el problema y describe sus características, se presenta los objetivos de la investigación, su importancia y metodología empleada.

En el CAPÍTULO II denominado “Marco Teórico”, se presenta el sustento teórico y científico de la investigación como son las teorías acerca de las emociones, la agresividad, los aportes teóricos de Lawrence Shapiro y Albert Bandura y se concluye formulando la respectiva hipótesis y operacionalización de variables.

En el CAPÍTULO III denominado “Marco Metodológico”, se presenta el tipo y diseño de investigación; así mismo presentamos a las variables de estudio, población y muestra, las técnicas e instrumentos utilizados en la recolección de datos .

Finalmente en el CAPÍTULO IV se presenta el análisis y se discute los resultados a los que se ha arribado, se presenta además la información obtenida de la Guía de Observación realizada al grupo de estudio; y los resultados obtenidos en la que se identifica el nivel de agresividad de los estudiantes, finalizando con la propuesta como solución al problema de investigación, las conclusiones, recomendaciones, referencias bibliográficas y los respectivos Anexos.

## CAPÍTULO I

### ANÁLISIS DEL OBJETO DE ESTUDIO

#### 1.1 UBICACIÓN DEL OBJETO DE ESTUDIO

El objeto de estudio está integrado por los niños del 5<sup>to</sup> Grado de primaria de la I.E. N° 11134. El Centro Educativo está ubicado en la calle Los Libertadores N°232 del Centro Poblado menor de Capote, distrito de Picsi, Región Lambayeque. Fue creada el 02 de agosto de 1971 mediante Resolución N° 082, tiene 48 años de fundada y alberga actualmente a una población aproximada de 170 estudiantes distribuidos en 12 secciones.

#### 1.2 EVOLUCIÓN HISTÓRICO TENDENCIAL DEL OBJETO DE ESTUDIO

Los niños del 5<sup>to</sup> Grado de la I. E. N° 11134 están integrados por varones y mujeres con edades que van desde los 9 a los 11 años. La mayoría de ellos provienen de la zona rural y en sus tiempos libres ayudan a sus padres en las labores del campo. Ellos presentan tendencias agresivas y de baja autoestima, siendo que muchos no aceptan sus características físicas, reflejan dificultad para expresar sus sentimientos como propios, no aceptan la opinión de sus compañeros, se muestran agresivos y pelean constantemente dentro y fuera del aula, presentan dificultad para resolver sus problemas emocionales, cometen errores y les cuesta superarlo, carecen de iniciativa propia para tomar decisiones, no mantienen la serenidad cuando son molestados por sus compañeros y se muestran ansiosos cuando participan en clase.

### 1.3 CARACTERÍSTICAS DEL PROBLEMA

La escuela constituye un excelente escenario de socialización, donde el niño aprende a interactuar con sus compañeros, estableciendo relaciones interpersonales que pasarán a formar parte de la base de su personalidad. Este escenario, sin embargo, por la confluencia de niños que proceden de diferentes familias, con distintos patrones culturales, educativos y económicos se ve alterado por distintas formas de comportamiento entre las cuales se encuentra la manifestación de conducta agresivas.

Desde el punto de vista social, el problema se caracteriza porque forma parte del propio desenvolvimiento en la sociedad, adquiere gran importancia debido a que si se educa al niño emocionalmente, no sólo tendrá una convivencia armoniosa dentro de la escuela; sino también fuera de ella, y en el futuro se tendrá a un integrante de la sociedad con personalidad y comportamiento adecuados.

Desde el punto de vista económico, el comportamiento agresivo al generar una mala convivencia, es posible que la persona no se integre eficazmente en el grupo laboral, practique el aislamiento, el trabajo individual y el autoritarismo; propiciando a no contribuir ni en el desarrollo económico del país ni del individuo mismo.

Desde el punto de vista cultural, se puede catalogar a la agresividad, específicamente a la agresividad masculina como algo normal, sin embargo es la educación la que incide para solucionar los problemas y romper paradigmas propios de una sociedad machista.

Desde el punto de vista político, la educación emocional, específicamente en el tratamiento de la agresividad escolar, debe formar parte de políticas de Estado, pues se trata de una cultura de prevención relacionado a otros problemas. Se ha demostrado que de la agresividad a la violencia y de éste al actuar delictivo solo hay una diferencia de intensidad, debiendo el Estado dar la importancia debida en la solución del problema.

Desde el punto de vista científico, la inteligencia emocional no contiene una carga genética marcada, de allí que es determinante lo que los padres y maestros enseñan; la agresividad es una manifestación de la ira; por tanto, la educación emocional comprende habilidades para controlar las propias emociones.

#### 1.4 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

Teniendo en cuenta las características del problema descrito precedentemente, queda formulado de la siguiente manera:

##### 1.4.1 Problema general

¿Qué efectos tiene el Programa de Educación Emocional basado en las teorías de Lawrence Shapiro y Albert Bandura en las conductas agresivas de los estudiantes del 5<sup>to</sup> grado del Nivel Primario de la Institución Educativa N° 11134 del distrito de Picsi – Chiclayo?

#### 1.4.2 Problema específico

¿Cuál es el nivel de agresividad de los alumnos del 5<sup>to</sup> grado del Nivel Primario de la I. E. N° 11134, distrito de Picsi – Chiclayo?

#### 1.5 OBJETIVOS

##### 1.5.1 Objetivo General

Diseñar un Programa de Educación Emocional basado en las teorías de Lawrence Shapiro y Albert Bandura para disminuir el nivel de agresividad de los niños del 5<sup>to</sup> Grado de Primaria de la I.E. N° 11134 del distrito de Picsi – Chiclayo.

##### 1.5.2 Objetivos Específicos

- Identificar el nivel de agresividad de los niños del 5<sup>to</sup> Grado I.E. N° 11134 del distrito de Picsi – Chiclayo.
- Describir los principales aportes de las teorías de Lawrence Shapiro y Albert Bandura en lo relacionado con la agresividad en los niños.
- Proponer un Programa de Educación Emocional basado en las teorías de Lawrence Shapiro y Albert Bandura para disminuir el nivel de agresividad de los niños del 5<sup>to</sup> Grado de Primaria de la I. E. N° 11134 del Distrito de Picsi – Chiclayo.

## 1.6 JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

La infancia y la niñez constituyen la base del desarrollo de la personalidad, son estas las etapas propicias para educar a los niños emocionalmente y prevenir la presencia de conductas agresivas.

**Justificación teórica.-** La investigación tiene como propósito elaborar un programa de educación emocional basado en las teorías de Lawrence Shapiro y Albert Bandura, con el propósito de disminuir el nivel de agresividad en los estudiantes. Este programa es un aporte al conocimiento y es de utilidad para que padres y educadores disminuyan y prevengan conductas agresivas en los niños.

**Justificación práctica.-** La presencia de conductas agresivas en un aula de clase impide el normal desarrollo del proceso enseñanza-aprendizaje y dificulta la convivencia de los estudiantes. Por ello, con la aplicación del programa propuesto los niños aprenderán a controlar su ira y a adquirir habilidades para tener relaciones armoniosas, así como para mejorar su aprendizaje.

**Justificación metodológica.-** El programa de “Educación Emocional” una vez que sea demostrada su validez y confiabilidad puede ser utilizado en otras Instituciones Educativas, así como en distintos niveles de la Educación Básica.

**Justificación social.-** En el campo social la investigación adquiere gran importancia debido a que educando al niño emocionalmente no sólo tendrá una convivencia armoniosa dentro y fuera de la escuela; sino que también, en el futuro se tendrá a un integrante de la sociedad con personalidad y comportamientos adecuados.

## 1.7 METODOLOGÍA

La presente investigación se encuentra circunscrito dentro del paradigma mixto con datos de carácter cualitativo y cuantitativo. Su alcance es descriptivo – propositivo porque se trabaja sobre la realidad de los hechos y detalla la situación actual del problema identificando a los niños agresivos y describiendo sus características esenciales. Propositivo, porque a partir de ello se realiza una propuesta de un Programa para modificar (disminuir) el nivel de agresividad de los niños. Así mismo su diseño es anidado concurrente de modelo dominante (DIAC), prevaleciendo datos cualitativos frente a los cuantitativos .

En cuanto a la metodología empleada se hace uso del método analítico – sintético, el mismo que permite analizar los hallazgos del marco teórico. La modelación es otro de los métodos presentes, ya que se plantea una perspectiva propositiva a partir del diseño del Programa de “Educación Emocional” para disminuir las conductas agresivas del objeto de estudio.

## CAPÍTULO II

### MARCO TEÓRICO

#### 2.1 ANTECEDENTES DE ESTUDIO

Se ha identificado muchos trabajos de investigación relacionados al nuestro, pero a diferencia del resto, esta investigación se caracteriza por sustentarse en otras teorías para dar solución a la problemática. Al respecto se ha seleccionado los siguientes antecedentes:

**LINARES, A. (2005)** en su investigación titulada: “Programa de Habilidades Sociales Basado en la Inteligencia Emocional de Lawrence Chapiro para Disminuir las Conductas Agresivas en Niños”, se propuso como objetivos identificar las conductas agresivas, sus causas, principales consecuencias que generan, y propuso además el diseño de un programa de habilidades sociales. La investigadora concluyó que muchos de los niños se mostraban desconfiados, inseguros, retraídos e inclusive agresivos ante el acercamiento de sus pares; que la familia, la sociedad y el ambiente escolar influyen preponderantemente en la adquisición de conductas agresivas en los niños; que la falta de habilidades sociales para resolver conflictos genera agresividad en los niños; que el comportamiento agresivo de los niños conlleva a la sumisión, timidez, dependencia y retraso en el desarrollo de sus capacidades, habilidades y destrezas; y finalmente que mediante la aplicación de una propuesta de habilidades sociales es posible que los niños disminuyan su agresividad.

El investigador resalta la relevancia de las “Habilidades Sociales” para la buena convivencia entre persona. Indudablemente, si el niño no aprende a comunicar de manera adecuada sus sentimientos y emociones, difícilmente logrará buenas relaciones interpersonales y tener una convivencia armónica.

**ÁLVAREZ, M. (2010)** en su investigación denominada: “Plan de Estrategias Metodológicas para la Convivencia Democrática, en los Estudiantes del 6<sup>to</sup> Grado de Primaria en la I.E. N°40080 Manuel de la Fuente del distrito de Sachaca – Arequipa”, se planteó diversos objetivos como mejorar el desarrollo de la convivencia democrática de los alumnos para que su formación personal sea más adecuada y esté acorde con las exigencias de la sociedad moderna y hacer que los estudiantes asuman a través de comportamientos idóneos una actitud diferente ante los retos de una sociedad moderna. Luego de aplicar un plan de estrategias metodológicas la investigadora concluyó que a través de la aplicación de encuestas y observaciones realizadas pudo determinar que luego de haberse aplicado el programa, los estudiantes del 6<sup>to</sup> Grado habían mejorado su convivencia democrática, manifestándose a través de práctica de valores, participaciones con libertad y cumplimientos de normas, así mismo concluyó que la mayoría de estudiantes toman la decisión de cómo actuar durante su permanencia en el aula y muestran comportamientos adecuados.

La investigación demuestra que la convivencia escolar se puede mejorar siguiendo un conjunto de pasos debidamente planificados. Así pues, el factor “agresividad”, es un elemento que está presente en la convivencia escolar, siendo posible disminuirla a través de un programa de educación emocional.

**ARIOLA, E. (2010)** en su tesis denominada; “La Mediación como Propuesta Alternativa en la Gestión Estratégica para la Resolución de Conflictos Interpersonales y su Influencia en el Clima del Aula de los Niños y Niñas del Sexto Grado de Educación Primaria de la I.E. Nuestra Señora del Sagrado Corazón de Jesús”. La investigadora concluyó que la gestión de la mediación hace posible que los niños desarrollen la capacidad para dar

solución a sus propios conflictos interpersonales y que los alumnos alcanzan a optimizar el cambio de su comportamiento mediante la aplicación de la gestión estratégica de los conflictos interpersonales. La autora da cuenta que la propuesta es aplicable en el aula, y que es posible que los niños y niñas se apropien de conocimientos, habilidades sociales, practican valores, desarrollen integralmente su modo de actuar frente a los conflictos interpersonales, propiciando un clima positivo en el aula con bajo índice de problemas.

Esta investigación otorga especial importancia a la “mediación” para la solución de conflictos; sin embargo, se cree que para un mejor resultado, se debería educar primero a los estudiantes en la parte emocional.

## 2.2 BASES TEÓRICO CIENTÍFICAS DEL OBJETO DE ESTUDIO

### 2.2.1 NEUROCIENCIA Y EDUCACIÓN

La palabra “neurociencia” es una de las más usadas hoy en día para referirse a la ciencia que estudia el sistema nervioso, específicamente el sistema nervioso central.

Etimológicamente “neurociencia” viene del griego “neuro” que significa “nervio” y el latín “scientia” que significa conocimiento; es decir, neurociencia es la ciencia que estudia el sistema nervioso.

La neurociencia es una ciencia interdisciplinaria, compuesta por varias disciplinas científicas. Vílchez, L. (2015), señala que las principales disciplinas científicas que conforman la neurociencia son las siguientes:

**Neuroanatomía.** - Estudia la estructura del sistema nervioso.

**Neuroquímica.** - Estudia las bases químicas de la actividad neuronal.

**Neuroendocrinología.** – Estudia las interacciones entre el sistema nervioso y el sistema endócrino.

**Neuropatología.** - Estudia los trastornos del sistema nervioso.

**Neurofarmacología.** - Estudia el efecto de los fármacos sobre la actividad nerviosa.

**Biosociología.** - Estudia científicamente la biología del comportamiento.

**Psicofisiológica.** - Estudia la relación entre la actividad fisiológica y los procesos psicológicos.

**Neurociencia cognitiva.** - Estudia las bases neurales de la cognición (procesos intelectuales superiores: pensamiento, memoria, atención y procesos de percepción complejos).

#### 2.2.1.1 Aportes de la neurociencia al conocimiento científico

Un importante aporte de la neurociencia es haber ayudado a comprender cómo funciona nuestro sistema nervioso, específicamente nuestro cerebro, de qué manera se relacionan unas a otras nuestras neuronas y el papel que desempeñan los neurotransmisores.

Nuestro cuerpo es una estructura muy compleja, una máquina que hasta ahora nadie ha podido inventar. Está formado por varios sistemas entre los cuales encontramos al sistema nervioso, siendo el más importante del cuerpo humano y teniendo como función principal recibir y procesar información que proviene tanto del exterior como del interior del propio organismo con el fin de participar en su regulación del

funcionamiento de los demás órganos y sistemas del organismo. Este sistema está integrado por el sistema nervioso central (SNC) y el sistema nervioso periférico (SNP). A su vez, el SNC está conformado por el encéfalo y la médula espinal, y el SNP está conformado por el sistema somático y el autónomo. El cerebro junto al cerebelo y al bulbo raquídeo forma parte del encéfalo.

Todas las partes del sistema nervioso son importantes; sin embargo, el cerebro desempeña la función primordial del cual depende todo el organismo. Si no fuera por el cerebro humano, nuestro cuerpo no sería más que una porción de carne unida a huesos y articulaciones. La neurociencia ha explicado cómo es que funciona nuestro cerebro, revelando un conjunto de misterios nunca antes conocidos.

Nuestro cerebro para funcionar adecuadamente necesita de dos tipos de células nerviosas: Las neuronas y las células de la glía. Las primeras de las nombradas constituyen unidades elementales de procesamiento y transmisión de información del sistema nervioso y se comunican unas a otras a través de la sinapsis. Para que sea posible la sinapsis, nuestras neuronas utilizan a los neurotransmisores, sustancias químicas que su descubrimiento por la ciencia ha hecho posible revelar el verdadero misterio de cómo es que funcionaba la mente humana.

### 2.2.1.2 Los neurotransmisores: un enigma revelado por la neurociencia

Hasta hace no muchos años, no se sabía con exactitud de cómo funcionaba nuestro cerebro, cómo se producía el pensamiento, qué sustancias o elementos influía en nuestro estado de ánimo, para sentirse alegres, tristes, enojados, estresados, ansiosos, deprimidos, iracundos, agresivos, etc. Si bien es cierto, circunstancias externas influyen para sentir estas sensaciones, sin embargo, y en definitiva, la manera de cómo los percibimos a esas circunstancias es lo que determina el cómo nos sentimos. Ahora bien, al decir “que la manera de cómo los percibimos a las circunstancias es lo que determina el cómo nos sentimos”, entonces es posible de entrenar a nuestro cerebro a percibir de manera que sea beneficioso para nosotros.

Shapiro (1997) en su libro de Inteligencia Emocional nos muestra un ejemplo de la reacción positiva de una niña de nombre Phyllis cuando sus compañeras se burlaron de ella en el comedor de su escuela diciéndole que era la más fea del grupo. El propio Shapiro comenta que al reaccionar la niña de manera adecuada, sin molestarse ni hacer uso de la violencia, el cerebro pensante triunfó sobre el cerebro emocional, que hubiera sido tan fácil dejar que las palabras de sus compañeras quedaran impregnadas en su mente y perjudicar su autoestima, convertirse en un momento traumático e incluso dejar marcas en su vida, sin embargo, la parte racional del cerebro de Phyllis no lo permitió, saliendo airosa de la situación que seguramente fue olvidado rápidamente

Para producir cualquiera de las emociones, nuestras neuronas se comunican entre sí a través de unas sustancias químicas que se llaman neurotransmisores. Estas sustancias hacen posible la transmisión de información de una neurona a otra a través de la sinapsis.

Nuestras células nerviosas conducen la información a través de impulsos eléctricos que recorren por el axón para llegar a las terminaciones nerviosas; una vez llegado los impulsos eléctricos a las terminaciones nerviosas llamadas dendritas, deben pasar a la siguiente neurona. Los neurotransmisores hacen posible este paso de información de una neurona a otra.

Los científicos han descubierto que los neurotransmisores determinan no solo nuestros estados de ánimo y la expresión de nuestras emociones, sino también el funcionamiento de nuestro organismo. Su deficiencia o exceso da lugar a muchas enfermedades.

El cuerpo está diseñado para producir por sí mismo los neurotransmisores que necesita según las circunstancias; sin embargo, el estilo de vida, la alimentación, las pocas horas de sueño, la presión en el trabajo, las preocupaciones y la falta de ejercicio hacen que el organismo no funcione correctamente.

Actualmente se sabe que existen más de 50 neurotransmisores, y si bien es cierto, muchos de ellos han sido descubiertos el siglo pasado e incluso siglos

atrás; sin embargo, sus funciones como neurotransmisores han sido descubiertas por la neurociencia en el presente siglo XXI.

## 2.2.2 LAS EMOCIONES

### 2.2.2.1 Etimología

Para comprender mejor acerca de las emociones, es necesario conocer su etimología. Según el diccionario etimológico la palabra “emoción” viene del latín “emotio” “emotiones”, nombre que se deriva del verbo “emovere”. A su vez, el verbo “emovere” se forma sobre el verbo “moveré” con el prefijo “e”/ “ex” (de desde) y significa retirar, desalojar de un sitio, hacer mover. (Diccionario Etimológico Español, 2019).

### 2.2.2.2 Concepto

Las emociones son estados afectivos que se presentan en el ser humano ante determinadas circunstancias que le sucede. Son reacciones de carácter subjetivas que originan cambios en el organismo; dichos cambios pueden ser fisiológicos o endocrinos, siendo que, no son aprendidos (innatos) y están influidos por experiencia.

### 2.2.2.3 Clasificación

Existen diversas clases de emociones según el autor y el criterio adoptado. En la presente investigación se toma en cuenta su clasificación tradicional: básicas, derivadas, positivas y negativas.

#### 2.2.2.3.1 Emociones básicas

Llamadas también emociones biológicas, primarias o innatas y son aquellas que son comunes a todos los seres humanos, sin importar su cultura, sus costumbres o el medio geográfico donde viven.

Según Shapiro (1997) comenta que la existencia de las emociones básicas como el amor, el odio, el miedo, el dolor, y la culpa son aceptadas por la gran mayoría de estudiosos y que todas las otras emociones derivan de ellas como una combinación de colores.

Las emociones básicas fueron propuestas en el año 1972 por el psicólogo estadounidense Paúl Ekman, quien tomando en cuenta el criterio de la expresión facial llegó a determinar seis tipos de emociones básicas.

Según Ekman (1972), las emociones básicas son: Alegría, ira, miedo, asco, sorpresa y tristeza.

**Alegría.-** Es un tipo de emoción básica y de carácter positiva. Se produce gracias a un suceso favorable para el individuo y se manifiesta con signos exteriores tales como una sonrisa, un estado positivo, bienestar del organismo, etc.

**Miedo.-** Es una emoción que produce angustia y se presenta ante una circunstancia de peligro real o imaginario.

**Asco.-** Esta emoción produce rechazo hacia algo que el sujeto interpreta como desagradable.

**Sorpresa.-** Es una emoción repentina causada por algo imprevisto o inesperado pudiendo ser de acuerdo al contexto agradables, negativas o no tener ninguna valoración.

**Tristeza.-** Es una emoción que ocurre por un suceso interpretado de manera desfavorable y se manifiesta con signos exteriores como el llanto, el desgano, el aislamiento, etc.

**Ira.-** Es una emoción que se presenta en respuesta a la no consecución de un objetivo trazado o una necesidad no satisfecha.

#### 2.2.2.3.2 Emociones derivadas

Se les suele llamar también emociones secundarias y son aquellas que generalmente provienen de las emociones básicas. Estas emociones no son innatas, si no son aprendidas por la persona, dependen de factores culturales, consuetudinarios, creencias, normas sociales y morales y el medio donde se desarrollan. Así tenemos que de la alegría se deriva la felicidad, la satisfacción, la euforia, la dicha; de la ira se deriva la furia, la cólera, el rencor, la irritabilidad, la agresividad; del miedo se deriva la preocupación, el temor, el pánico, la ansiedad; del asco se deriva la repulsión, la aversión; de la sorpresa se deriva la

conmoción, el asombro, el desconcierto y de la tristeza se deriva la pena, la congoja, la nostalgia, la melancolía, la depresión, la culpa, la vergüenza.

#### 2.2.2.3.3 Emociones positiva

Las emociones positivas son aquellas que producen bienestar al organismo e influyen en la buena salud del individuo. Entre las principales emociones positivas tenemos a la alegría, la felicidad, la satisfacción, la euforia.

#### 2.2.2.3.4 Emociones negativas

Son aquellas que no solo producen malestar al organismo sino que también afectan la salud de la persona. Entre estas emociones tenemos a la tristeza, el odio, la ira, la cólera, la ansiedad, la culpa, el miedo, la pena, la vergüenza.

Es importante señalar que no todas las emociones consideradas negativas son realmente perjudiciales para el organismo, pues depende mucho de cómo la persona sabe manejar estas emociones para utilizarlas a favor o en contra.

Shapiro (1997), cree que el propio individuo ha aprendido a utilizar las emociones negativas como una medio de supervivencia; de esta manera el miedo protege de los posibles daños y ayuda a evitar el peligro. La ira ayuda a superar obstáculos y conseguir lo que se necesita. La tristeza con respecto al distanciamiento de un apersona envía señales para que regrese.

#### 2.2.2.4 Componentes de las emociones

Actualmente se sabe que las emociones – entre ellas la agresividad derivada de la ira - tienen componentes fisiológicos, cognitivos y conductuales; opinión compartida también por Muñoz, F. (2000) en su tesis doctoral.

##### 2.2.2.4.1 Componente cognitivo

Está relacionada con el conocimiento, la experiencia y la percepción que un individuo tiene de la realidad. Generalmente, las emociones son producto de esas percepciones. Así por ejemplo, un apersona sentirá alegría porque sabe que determinado acontecimiento es positivo para él o al menos así lo percibe; por el contrario, se sentirá iracundo si interpreta tal o cual situación como algo negativo. Todo parte del valor que se le asigne a las situaciones que se presentan, pero a la vez, el valor asignado depende del conocimiento propio de cada individuo.

##### 2.2.2.4.2 Componente afectivo o evaluativo

Constituye la primera reacción ante un estímulo y es de carácter involuntario: El ritmo respiratorio aumenta, se presenta cambios a nivel hormonal, etc. La posibilidad de comportarse de manera agresiva aumenta cuando el individuo asocia agresión con poder, fuerza, control o dominio y se presenta además cuando se siente haber recibido un trato injusto, situación que origina rivalidad hacia los otros. Dicha rivalidad se da a conocer a través de la agresividad que se encuentra justificada por ella.

#### 2.2.2.4.3 Componente conductual

Se relaciona con las competencias, destrezas, estrategias y habilidades. Hay un acuerdo entre los investigadores en que los individuos que presentan conductas agresivas no tienen habilidades para relacionarse con sus pares y mucho menos para solucionar conflictos propios de la convivencia entre los hombres.

#### 2.2.2.5 El sistema límbico y las emociones

El sistema límbico, determinante en la aparición de los estados de ánimo del ser humano, está formado por un grupo de estructuras del encéfalo y que se encuentran conectados entre sí.

El sistema límbico se relaciona directamente con las emociones. Este sistema es el encargado de estas poderosas fuerzas internas, aquello que vinculamos con lo que escapa a la razón.

El miedo, la alegría, la tristeza, el asco, se cree que tiene su base neurológica en el sistema límbico.

#### 2.2.2.6 Teorías de las emociones

Según la Psicología Emocional, las principales teorías de las emociones se clasifican en: fisiológicas, neurológicas y cognitivas.

Las teorías fisiológicas atribuyen a las emociones ser las respuestas a mecanismos intracorporales del propio individuo. Por su parte, las teorías neurológicas señalan que la actividad cerebral, específicamente la de las neuronas, origina respuestas emocionales, y las teorías cognitivas atribuyen las emociones con los pensamientos y diversas actividades mentales. Existen también otras teorías que explican las emociones, entre estas tenemos a las siguientes:

#### 2.2.2.6.1 Teoría Evolutiva

Esta teoría se basa en las ideas de Charles Darwin, quien decía que las emociones evolucionaron porque eran adaptativas y permitían a los hombres sobrevivir y reproducirse. Por ejemplo, el miedo obligaba a los individuos a luchar o a huir a fin evitar el peligro.

#### 2.2.2.6.2 Teoría de la Emoción De James-Lange

Ésta teoría es una de las más conocidas que existe actualmente. Fue Propuesta por William James y posteriormente por Carl Lange. Esta teoría señala que las emociones se originan a consecuencia de las reacciones fisiológicas a los eventos.

Así mismo, esta reacción emocional depende de la forma como interpretamos las reacciones físicas. Por decir, si imaginamos que estamos corriendo por una montaña y vemos un tigre, de inmediato comenzaremos a temblar y nuestro corazón se palpitará más rápido. Según la teoría de James-Lange, interpretaremos nuestros cambios físicos como la tembladera y el aceleramiento de nuestros latidos y concluiremos que estamos muy asustados: “me encuentro temblando y, por tanto, tengo miedo”. Esta teoría sostendría que

no estamos temblando porque estar asustado, sino al contrario, es decir, que estamos asustado porque sentimos que estamos temblando.

#### 2.2.2.6.3 Teoría de la Emoción de Cannon-Bard

Cannon-Bard, no aceptaba la teoría de James – Lange, entonces propuso su propia teoría. La teoría de Cannon-Bard señala que las emociones se originan cuando el tálamo a consecuencia de algún estímulo envía un mensaje al cerebro, provocando una reacción fisiológica. Al mismo tiempo, el cerebro de manera simultánea recibe un mensaje sobre la experiencia emocional.

#### 2.2.2.6.4 Teoría de Schachter-Singer

La teoría de Schachter-Singer, forma parte de las teorías cognitivas de la emoción, y postula que los cambios fisiológicos ocurren primero. Posteriormente, el individuo lo que hace es identificar los motivos de esta activación para experimentar la llamada emoción.

Esta teoría está inspirada tanto en la teoría de James-Lange como en la de Cannon-Bard. Por un lado, igual que la primera, propone que los individuos infieren sus emociones a partir de las respuestas fisiológicas. Sin embargo, se diferencia de ésta teoría por la relevancia e importancia del acontecimiento y la interpretación de carácter cognitiva que la persona realiza para etiquetar las emociones. Por otro lado, igual que la segunda teoría, también refiere que reacciones fisiológicas similares originan una variedad de emociones.

#### 2.2.2.6.5 Teoría de la Evaluación Cognitiva

Según esta teoría, el pensamiento ocurre antes que la emoción, es decir, primero pensamos y luego sentimos la emoción. Según Richard Lazarus que fue el que más destacó en esta teoría, la secuencia de eventos implica en primer lugar un estímulo, seguidamente se origina una emoción. Así, por ejemplo, si estamos recorriendo un camino y vemos venir de frente hacia nosotros una serpiente, primero pensaremos que es un animal venenoso y al picarnos podría causarnos la muerte; esto originará la emoción del miedo y consecuentemente la reacción fisiológica de atacarla o huir.

### 2.2.3 LA AGRESIVIDAD

#### 2.2.3.1 Definición

La agresividad es una emoción derivada de la ira, entendida esta como una emoción de carácter negativo que se presenta cuando un individuo no ve concretado un objetivo que previamente se ha trazado.

Las investigaciones realizadas en este campo han llegado a una conclusión que la agresividad es una manifestación de defensa y de afirmación de un individuo a su especie. Así mismo, se dice que esta emoción se manifiesta en condiciones de aislamiento, en la lucha por decidir el manejo del grupo, lo que permite llegar a establecer de la agresividad es influido por factores ambientales.

Si bien es cierto, a la luz de esta teoría la agresividad es vista como algo normal; sin embargo, en una sociedad civilizada, regulada por el derecho y las normas de convivencia,

no es bueno que se manifieste, pues no solo genera problemas en quien lo padece, sino también en el entorno de éste, haciendo difícil una buena convivencia.

### 2.2.3.2 La agresividad en los niños

Es hermoso observar las actitudes de los niños cuando juegan, corren, saltan, conversan, se ríen. Sin embargo, no todas las actitudes que muestran los niños son adecuadas, pues entre ellos también se muestran pequeñas o muchas dosis de agresividad.

La agresividad en los niños es un tema preocupante y serio que se debería tratar y controlar a tiempo ya que de ello dependerá el tipo de sociedad en que en el futuro hemos de tener. Por otro lado, cuando por ejemplo en un aula de clase se muestran conductas de agresividad, no solo dificulta el propio aprendizaje de los niños agresivos si no también el de sus compañeros, teniendo problemas no solo en el campo del aprendizaje, sino también en el campo social, pues los niños agresivos muchas veces acaban por ser excluidos de los grupos generándose así un problema mayor.

El autor de la Inteligencia Emocional de los Niños, dice que el niño que a la edad de los ocho o nueve años es considerado como agresivo o problemático es muy probable que cuando tenga diez u once años de edad sea catalogado como un niño poco sociable y antisocial. Asimismo, cuando el niño considerado agresivo madura en su aspecto físico, sus pares, e incluso las personas adultas, pueden considerarlo como una amenaza, corriendo el riesgo de quedar aislado y empeorar aún más su situación, trayendo consigo a que busque insertarse en grupos antisociales donde sí es aceptado. ( Shapiro, 1997, p.171).

Un niño que es rechazado por sus pares, presenta muchísimas posibilidades de abandonar sus estudios y desertar la escuela, así mismo, tienen más probabilidades de ser potenciales delincuentes o consumidores habituales de algún tipo de sustancia ilícita como las drogas o el alcohol. El comportamiento agresivo que se presenta en los niños, puede acabar por convertirse en comportamientos delictivos.

### 2.2.3.3 Tipos de agresividad

La agresividad presenta las siguientes tipologías:

**Agresividad física.-** Este tipo de agresividad se manifiesta a través del uso de la fuerza, golpes, empujones, arañones, patadas, puñetes, etc. dirigido de unos a otros.

**Agresividad verbal (insultos).-** Es una respuesta vocal que a través de palabras se manifiesta estímulos nocivos sobre una determinada persona. (Insultos, amenazas, burlas, desprecios).

**Agresividad facial.-** Se refiere a toda clase de expresión que se hace en contra de otra persona, no causando daño físico, se manifiesta con las miradas, gestos, ademanes, que se realiza con la cara.

**Agresividad indirecta.-** La agresividad indirecta es aquella que se manifiesta sobre objetos de la persona que se encuentra afectada. Es un tipo de agresividad bastante frecuente en los niños, y se expresa rompiendo los cuadernos de sus compañeros, escondiendo los lapiceros, rayando las hojas de los libros o manchándolos, etc.

**Agresividad sexual.-** Este tipo de agresividad tiene que ver con la conducta sexual entre las personas, manifestaciones agresivas en sus diferentes manifestaciones tanto físicas como psicológicas.

**Agresividad activa.-** La agresividad activa es aquella que se entiende por conducta violenta. Aquí el agresor necesita hacer valer sus intereses a costa de la violencia, sin respetar los derechos de los demás.

**Agresividad pasiva.-** Este tipo de agresividad es un poco difícil de detectar. Se caracteriza porque el individuo que lo padece omite cumplir sus deberes esenciales generando una conducta pasiva omisiva..

Los diversos tipos de agresividad mencionados anteriormente, dan lugar a cuatro tipos de conductas agresivas: conducta agresiva activa física, conducta agresiva pasiva física, conducta agresiva activa verbal y conducta agresiva pasiva verbal.

#### 2.2.3.4 Manifestación de la agresividad en los niños

Son variadas las formas de cómo se manifiesta la agresividad en los niños, pudiendo ir desde las palabras y gestos hasta la concreción de agresiones físicas y escenas violentas con las personas y las cosas. Su carácter es polimorfo, ya que puede presentarse a nivel físico, cognitivo, emocional y social.

### 2.2.3.5 Teorías que explican la agresividad

Según Muñoz, F. ( 2000) y Chapi, J. ( 2012), las teorías que explican la agresividad son las siguientes:

#### 2.2.3.5.1 Teoría Psicodinámica de la Agresión

Sigmund Freud así como otros notables psicólogos de orientación psicodinámica consideran la agresión como un motor básico de la vida. Este psicólogo afirma que “evidentemente, al ser humano no le es fácil renunciar a la satisfacción de estas tendencias agresivas suyas; no se siente bien sin esa satisfacción (...). Siempre se podrá vincular amorosamente entre sí a un mayor número de hombres, con la condición de que sobren otros en quienes descargar los golpes” (Freud, 1930, p.55).

#### 2.2.3.5.2 Teoría Etológica

La etología estudia la conductas de los animales y lo realiza en su ambiente natural donde se encuentran. Parten de un análisis descriptivo y a través de la observación estudian de manera objetiva, evitando cualquier tipo de subjetividad y básicamente tomando en cuenta su contexto y su valor adaptativo.

Tomando en cuenta conductas agresivas parecidas entre los humanos y los animales los etólogos buscan dar respuestas y explicaciones del porqué se manifiestan en estos últimos sujetos estos tipos de conductas.

Desde el punto de vista de la etología la agresividad tiene una fuerte dosis de factor genético, y que su manifestación busca la conservación y equilibrio de la especie.

#### 2.2.3.5.3 Teorías Neurobiológicas

Las teorías neurobiológicas consideran que las conductas agresivas son inherentes al propio individuo y que se encuentran dentro de él, sin embargo, determinados aspectos fisiológicos y biológicos determinan y estimulan las respuestas.

#### 2.2.3.5.4 Hipótesis de la Frustración - Agresión

Esta teoría fue planteada por primera vez por Dollard y Miller en el año 1944 y considera a la frustración como causa de la agresividad. Así pues, se atribuye que cuando el individuo no logra obtener aquello que ha planificado o simplemente lo que desea conseguir viene consigo la frustración y tras ella la manifestación de conductas agresivas. Es común ver que un niño se muestra agresivo cuando no ha logrado obtener lo que ha deseado, así por ejemplo, si intenta alcanzar un juguete que está en un lugar alto y pese a sus esfuerzos no lo consigue, entonces es probable que golpee las manos en el piso, grite, reniegue, tire las cosas e incluso agrede a otros niños que pudieran estar a su lado. A partir de esta teoría podríamos decir que las personas agresivas son aquellas que en algún momento de sus vidas han experimentado algún tipo de fracaso y este no ha sido superado.

Entre las frustraciones que generan agresividad podemos citar a las siguientes:

- Restricción a los niños de ciertas actividades como jugar en el aula de clase.
- Preferencia a unos niños más que a otros.

- Pérdida de protección de los niños.
- Formación de hábitos de limpieza.
- Frustraciones por no conseguir objetivos en la escuela.
- Restricción a los niños para moverse de sus asientos en un aula de clase.

Dollard (1939) considera que la agresividad es consecuencia directa de una frustración acaecida previamente, y que toda frustración conducirá siempre a alguna forma de agresión.

#### 2.2.3.5.5 Teoría del Aprendizaje Social

Esta teoría cuyo máximo exponente es Albert Bandura, sostiene que las conductas agresivas son aprendidas del entorno social del individuo. Los aportes de Bandura serán desarrollados de manera más amplia en las posteriores páginas.

#### 2.2.3.6 Causas y factores de la agresividad en los niños

La agresividad en los niños no se presenta de manera aislada; si no que tiene sus propias causas que lo originan.

Si bien es cierto que en algunos casos muy aislados el factor genético podría ser una causa de la agresividad; sin embargo, en la mayoría de casos las causas se encuentran en la propias familias, en sus problemas, disfuncionalidades y frustraciones. Por otro lado, los medios de comunicación y los juegos que los niños realizan continuamente, son factores que inciden en la manifestación de conductas agresivas en los niños.

Las principales causas que podrían generar agresividad en los niños encontramos a las siguientes:

#### 2.2.3.6.1 La familia.

La familia es la institución que más influye en el desarrollo de la personalidad de un individuo, es el primer grupo social en la que el hombre se inserta y de lo que de ella aprenda perdurará para toda la vida. La familia influye grandemente en la autoestima, en la adquisición de valores y la formación del carácter. Si bien es cierto, determinadas características (no físicas ) del ser humano se transmiten por la herencia, éstas no son determinantes y constituyen solo un pequeño y reducido porcentaje, siendo el entorno social y principalmente la familia las que contribuyen preponderantemente en el ser humano.

#### 2.2.3.6.2 Modelos de conducta

Otro factor que influye en la adquisidor de conductas agresivas en los niños son aquellos vistos como “modelos de conducta” por los niños, generalmente éstos aprenden conductas agresivas de sus padres y persona mayores que viven junto a él para quienes dichas personas representan modelos a seguir ; de allí la importancia en que los adultos deben evitar discutir o fomentar comportamientos violentos delante de los niños.

#### 2.2.3.6.3 Incongruencia educativa

La incongruencia educativa entre escuela y hogar es otra causa de la conducta agresiva en los niños. Esta se manifiesta cuando los padres desapruaban las normas aprendidas por el niño en la escuela o viceversa.

#### 2.2.3.6.4 Factores orgánicos

Los problemas de índole biológico u orgánica, como las alteraciones hormonales o incluso deficiencias en la nutrición son causantes también en muchos casos de agresividad. Así mismo, pueden estar implicados factores más complejos, como las alteraciones nerviosas. Por otro lado, en personas con tendencia a la agresividad se ha hallado niveles bajos de serotonina, un neurotransmisor implicado en el manejo de las emociones.

#### 2.2.3.6.5 Déficit de habilidades sociales

Las habilidades sociales son capacidades que permite al individuo relacionarse con sus pares de manera eficaz y armónica; sin embargo, no todos los niños desarrollan estas capacidades, lo cual puede generar una tendencia a responder de manera agresiva. De hecho, se ha observado que la ausencia de estrategias sociales para enfrentar la frustración o el estrés genera conductas agresivas.

#### 2.2.3.6.6 Exposición a escenas violentas

Exponer a los niños a escenas violentas también es otra causa de la agresividad, porque como se ha dicho, los niños siempre tratan de imitar conductas que observan, de ahí la importancia de evitar que los niños observen programas televisivos que reproduzcan escenas de violencia.

#### 2.2.3.6.7 Baja autoestima

La agresividad es también una consecuencia de la baja autoestima, una forma de manifestación de inseguridad y de poco aprecio hacia uno mismo, lo que conlleva a buscar llamar la atención del resto de personas a fin de sentirse escuchados y tomados en cuenta.

### 2.2.3.7 Consecuencias de la agresividad en los niños

La agresividad en los niños produce consecuencias a corto y largo plazo. A corto plazo la agresividad produce consecuencias como el bajo rendimiento académico y consecuentemente el fracaso escolar, deficientes relaciones interpersonales por el rechazo generado por sus compañeros de su entorno. Los niños en los niveles de preescolar y primaria que son agresivos, tienen muchas probabilidades de que sus compañeros los rechacen y de que su rendimiento escolar sea bajo. La conducta agresiva hace que el niño tenga complicaciones y dificultades en las relaciones sociales, imposibilitando una correcta integración al ambiente en que se encuentre.

A largo plazo la agresividad puede genera comportamientos delictivos, siendo los niños agresivos potenciales delincuentes. Por otro lado, a medida que crecen, los niños agresivos tienen mayores probabilidades de consumir drogas.

## 2.2.4 LOS NEUROTRANSMISORES Y LAS EMOCIONES

Los neurotransmisores son sustancias químicas que hacen posible la transmisión de los impulsos nerviosos de una neurona a otra. Cada uno de los neurotransmisores cumple determinadas funciones en el organismo. Veamos la función de los dos neurotransmisores más importantes ( dopamina y serotonina) en la manifestación de las emociones.

### 2.2.4.1 Función emocional de la dopamina

La dopamina u hormona del placer está relacionada con sensaciones de gratificación, de bienestar, de euforia y de satisfacción en el individuo. Su presencia hace que el individuo se

sienta bien, en cambio su carencia está relacionada con la tristeza, la melancolía, el desánimo, el miedo, etc.

Podemos entender además la importancia del neurotransmisor conocido como dopamina a partir de los trastornos causados por el mal funcionamiento de los sistemas dopaminérgicos, así por ejemplo la psicosis, los trastornos conductuales y la hiperactividad son causados entre otras causas por déficit de dopamina.

#### 2.2.4.2 Función emocional de la serotonina

La serotonina es otro de los neurotransmisores que influye grandemente en las emociones del individuo. Ha diferencia de la dopamina que produce un estado de bienestar pasajero, la serotonina produce bienestar más o menos duradero, por eso se dice que la dopamina está relacionada con el placer, en cambio la serotonina con la felicidad.

La deficiencia de serotonina trae consigo entre otras consecuencias trastornos afectivos como depresión, ansiedad, ataques de pánico, fobias, desórdenes de sueño, etc. emociones que de alguna manera tienen relación con las conductas agresivas.

Los neurotransmisores entre los cuales se encuentran la dopamina y la serotonina, juegan un rol central en la regulación de la conducta de las personas e influyen sobre los estados de ánimos: sensación de bienestar, apetito, humor, libido, vitalidad, descanso y sueño. La agresividad de los niños en edad escolar se debe básicamente a un desequilibrio de los neurotransmisores, de ahí también la importancia de regularizarlo a través de dinámicas, ejercicios físicos y alimentación adecuada.

## 2.2.5 LA EDUCACIÓN EMOCIONAL

La educación emocional consiste en la adquisición de habilidades y el desarrollo de capacidades para el buen manejo de las emociones, abarca el conocimiento de las propias emociones (autoconocimiento), el manejo adecuado de las mismas (autocontrol), el comprender las emociones de los demás poniéndonos en su lugar (empatía), el fomentar las buenas relaciones interpersonales, entre otros aspectos.

### 2.2.5.1 Dimensiones de la educación emocional

La educación emocional comprende las siguientes dimensiones:

#### 2.2.5.1.1 Autoconocimiento emocional

Esta dimensión de la educación emocional consiste en la identificación de las propias emociones en los instantes mismos en que se presenta. Quizá sea un poco difícil de realizar debido a que es el propio sujeto quien tiene que identificarla, sin embargo, siguiendo una preparación adecuada es posible y hasta ventajoso que uno mismo reconozca sus propias emociones.

#### 2.2.5.1.2 Autocontrol emocional

La educación emocional implica no solo a conocer e identificar nuestras propias emociones, si no también, el saber controlarlas por uno mismo (autocontrol). En principio, es importante que las emociones se expresen, sobre todo, cuando se trata de emociones positivas como la alegría, la gratitud, el amor, etc. , pero cuando se trata de emociones

negativas como la ira, la agresividad, la hostilidad, el desprecio, el miedo, etc. deben ser controladas y expresadas de manera adecuada.

El autocontrol emocional es la capacidad que permite al ser humano a gestionar de manera adecuada sus propias emociones, sin permitir que sean las emociones las que lo controlen.

La ira, considerada una emoción negativa que se manifiesta como agresividad, se encuentra muy a menudo en los niños y es difícil de controlarla sin una eficiente educación emocional; al respecto Shapiro (1997) dice que hoy en día el problema más común de los niños está relacionado con el control de la ira y ello representa un 40 ó 50% de las desviaciones clínicas; ante ello, la reeducación emocional se presenta como una de las alternativas más eficaces para tratar estos problemas conductuales (p. 262)

Como se puede notar, el autor de *Inteligencia Emocional de los Niños* habla de “Reeducación Emocional” como una manera de enseñar a los niños a controlar sus emociones; entiéndase pues, que la acción de “reeducar” de que nos habla, es una forma de educar nuevamente; sin embargo, en nuestro medio tal vez no sea lo más apropiado hablar de este término, dado que, nuestros niños probablemente nunca hayan sido educados emocionalmente.

El autor antes aludido recomienda trabajar con niños agresivos actividades de autocontrol, entre ellas un tipo de juego denominado “Mantén la Calma” que consiste en hacer que niños molesten a otro con palabras, frases o gestos mientras éste cumple un determinado objetivo. En nuestro medio podríamos hacer por ejemplo que un niño considerado agresivo recorra cierta distancia con un huevo en un acuchara sostenido por su boca mientras sus compañeros le gritan: “lo vas a caer” “tú no puedes hacerlo”, “eres feo”,

“tienes las orejas grandes”, etc. el niño que lleva el huevo debe comprender y ser consciente que las intenciones de sus compañeros es molestarlo y distraerlo para que no logre su objetivo, sin embargo él debe de ignorarlos si quiere ganar.

Juegos parecidos al mencionado en el ejemplo anterior se debe trabajar con niños agresivos, ya que, como se habrá visto, el juego consiste en hacer que uno o más niños insulten a otro mientras este último persigue un objetivo generalmente muy valioso para él y desventajoso para el resto. Si el niño que juega se concentra, no hace caso a los insultos por más que suenen ofensivos, tiene muchísimas probabilidades de ganar. Si por el contrario, “pisa el palito” como se dice cotidianamente, y hace caso a los insultos que son provocados, el jugador tendrá muchas probabilidades de perder. Sin duda, este tipo de juego ayuda significativamente a controlar las propias emociones. Si hubiera el futbolista francés Zinedine Zidane jugado a “Mantén la Calma” en la escuela, probablemente no hubiera pisado el palito y respondido a un insulto con un cabezazo en el pecho de su contendor, el jugador italiano Materazzi , en la final del Mundial Alemania 2006, partido disputado entre las selecciones de Francia e Italia. Zidane fue expulsado y el partido se definió por penales, con triunfo de Italia.

El juego “Mantén la Calma” es practicado exitosamente en muchos países del mundo. Al respecto el Centro Mexicano de Inteligencia Emocional – CIES (2017) ha dicho que este juego es propicio para enseñar a los niños y adolescentes a manejar y controlar situaciones de enojo y de explosividad.

Enseñar a los niños a controlar sus emociones, no solo facilitará el proceso de enseñanza aprendizaje, sino que también, contribuirá a formar mejores personas y ciudadanos exitosos en las diversas áreas de la vida.

El Dr. Shapiro recalcando la importancia del juego Mantén la Calma, señalando que la Educación Emocional, debe estar enfocada a la parte emocional y pensante del cerebro, no solo enseñarles a los niños qué deberían hacer cuando son el blanco de las burlas, si no también, practicar el control de sus emociones mientras reciben burlas.

#### 2.2.5.1.3 Automotivación emocional

Esta tercera dimensión de la educación emocional es la capacidad de mantener el ánimo, la perseverancia y el optimismo frente a la adversidad. Un ser humano capaz de motivarse por sí mismo fácilmente podrá vencer las adversidades que se presente, porque sabe utilizar su energía interna y dirigir sus pensamientos y el poder de sus palabras para conseguir los objetivos deseados a pesar de las dificultades que se pueda presentar

#### 2.2.5.2 Por qué deben enseñarse a los niños capacidades emocionales

El éxito de hoy en día no es el premio para aquellas personas con un cociente intelectual elevado, sino para los emocionalmente inteligentes, es decir, para aquellos que se han educado en la adquisición de capacidades emocionales. Estas habilidades debe enseñarse a los niños para ser exitosos en cualquier actividad que desempeñen, en cualquier profesión arte u oficio.

Adquirir capacidades emocionales en la adultez resulta un poco difícil, sin embargo si estas se enseñan en la niñez el aprendizaje es más rápido y perdura para siempre.

Los escépticos creen que no es importante la educación emocional en los niños, que las emociones surgen de una manera natural, que los niños son de esa o tal manera porque sus padres son así, que las emociones son heredadas y nada podrá cambiarlo. Sin embargo; nada de esto es cierto, es importante y hasta imprescindible enseñar a los niños capacidades emocionales, que las emociones ya no surgen de manera natural como en antaño, que si bien es cierto muchos caracteres e incluso la inteligencia es transmitido a través de la herencia, las emociones en lo más mínimo lo son. Shapiro (1997) dice que el Cociente Emocional en un mínimo porcentaje depende del factor genético, esta característica debe ser aprovechada por los padres y maestros a fin de producir cambios en el individuo.

En tiempos de antaño, los juegos de los niños propiciaban a que manifesten emociones positivas. Cuando los niños jugaban a los trompos, las escondidas, la pega pega, saltar la soga, los yaces, las bolichas”, al gato y al ratón, la gallina ciega, etc. verdaderamente despertaba en ellos, emociones positivas. Sin embargo actualmente los videojuegos como la ballena azul, mortal kombat, doom, grand theft auto, postal, etc. propician a la violencia, el suicidio, al odio, la ira, el rencor, la tristeza, la ansiedad.

## 2.2.6 TEORÍA DEL APRENDIZAJE SOCIAL DE ALBERT BANDURA

Muchas son las teorías que explican de cómo el ser humano aprende; entendido el aprendizaje, como el proceso de adquisición de conocimientos, habilidades, valores y actitudes. Sin duda, el aprendizaje es un proceso complejo que no se da de la misma manera en todos los individuos, sin embargo, determinados factores influyen preponderantemente

en su concreción. Así pues, existen ciertos patrones de conducta que son aprendidos del entorno social.

La Teoría del Aprendizaje Social, fue formulada por Albert Bandura en el año 1977, esta teoría es considerada hoy en día como una de la más influyentes del aprendizaje. En ella se señala que gran parte de lo que el hombre sabe, procede del medio social, pues el individuo observando a otros adquiere conocimientos, reglas, habilidades, estrategias, creencias, y sobre todo, actitudes y formas de comportamiento que repercuten, indefectiblemente, en su personalidad y conducta.

La teoría del Aprendizaje Social, explica que el hombre, y específicamente el niño, aprende del medio que lo rodea, concretamente del medio social, de las acciones de otros individuos, vistas o escuchadas de manera directa o indirecta a través de medios como la televisión, la radio, el libro u otro que reproduzca acciones de personas. De aquí la importancia de los adecuados programas que los medios de comunicación deben transmitir.

#### 2.2.6.1 El aprendizaje social: un aprendizaje por observación

Bandura explica que muchas actitudes y comportamientos son aprendidos del entorno social a través de la observación. Explica también que la afinidad entre el sujeto que observa y el sujeto que es observado juega un papel importante en el aprendizaje, pues el niño tiende a imitar o aprender conductas de sus padres, maestros, amigos, personajes favoritos de sus películas, series, etc. Bandura los llama “modelos” a los sujetos de quienes el niño aprende.

El aprendizaje por “observación de modelos”, se da cuando se despliegan nuevas pautas que no se encontraban presentes antes de la observación del modelo (Bandura, 1969).

Según Bandura (1969), el aprendizaje por observación se realiza ordenadamente de manera secuencial según el siguiente proceso: atención, retención, producción y motivación. El primer paso es la atención que realiza el observador a los acontecimientos relevantes del medio, y que es necesario para que estos sean percibidos en forma significativa. En cualquier momento atendemos a una de innumerables actividades. Así pues, las características del modelo influyen en la atención que el observador lo dirige. Las características notorias del objeto observado llaman también la atención, en especial su tamaño, forma, color, textura, material, etc.

El valor funcional observado de las actividades modeladas contribuyen en la atención, especialmente aquellas consideradas importantes por el sujeto que percibe. Los alumnos consideran muy funcionales a casi todas las actividades de sus maestros. Se espera que aprendan las conductas modeladas y tendrán que ejecutarlas o examinarse acerca de ellas. Sumada al valor funcional esta la confianza de los estudiantes en que el docente es muy competente, lo que contribuye a la atención. Los factores que aumentan la percepción de la competencia del modelo son los reconocimientos que estos tengan tales como títulos, profesiones, medallas, posición social, etc.

El segundo paso es la retención, que requiere codificar y transformar la información modelada para guardarla en la memoria, así como ordenarla, organizarla y repasarla cognoscitivamente. El aprendizaje por observación descansa en dos medios de almacenamiento cognoscitivo de la información: imaginario y verbal (Bandura, 1977).

El tercer paso de aprendizaje por observación es la producción, que conlleva a traducir las concepciones visuales y simbólicas de los acontecimientos modelados en conductas abiertas.

La motivación es el cuarto paso que influye en el aprendizaje por observación, siendo tal vez el más importante porque sin ella no es posible la atención, retención y producción. Se aprende mejor acciones modeladas que son consideradas más importantes.

Quienes creen que los modelos poseen una destreza que es importante saber, se interesan a observarlos y se esfuerzan por retener lo que aprenden, por el contrario, si el modelo observado no tiene ninguna característica que llame la atención del observador, éste no tendrá interés en aprender nada de aquel.

De manera concluyente podemos decir que el proceso del aprendizaje por observación según la teoría de Albert Bandura pasa por cuatro etapas que son: Atención, retención, producción y motivación. De lo anterior se infiere que, si el niño no presta atención a lo que ve o escuche entonces no habrá nada que retener; si el niño no retiene algo de los que ha visto o escuchado entonces no habrá nada que producir; si aquello que el niño ha visto u observado con atención, lo ha retenido y producido pero no se le ha motivado a través de un estímulo positivo entonces el aprendizaje no será posible.

#### 2.2.6.2 El aprendizaje de las conductas agresivas según la teoría de Albert Bandura

Bandura (1977), enseña a través de su teoría del Aprendizaje Social, que el niño aprende pautas de comportamiento del entorno social, del ambiente que lo rodea, de aquello que observa o escuche de sus amigos, padres, educadores (modelos); desde esta postura, Bandura sostiene que las conductas agresivas son aprendidas.

El investigador Chapi, J. (2012), señala que a la luz de la teoría del Aprendizaje Social el hombre incorpora conductas agresivas aprendidas del medio social externo.

Bandura señala que aprendemos principalmente mediante la observación de agentes sociales a los que se les atribuye la categoría de modelos. Entre estos tenemos a los siguientes:

#### 2.2.6.2.1 Las influencias familiares

La familia ejerce enorme influencia en el aprendizaje de ciertas conductas. Generalmente los padres, hermanos mayores, tíos, abuelos, etc. son considerados modelos de imitación por parte de los niños, éstos no lo discriminan si la conducta de aquellos es buena o mala, simplemente lo observan e imitan porque viene de alguien al quienes ellos consideran importantes.

#### 2.2.6.2.2 Las influencias subculturales

Existen pautas consideradas como algo normales en pequeños grupos minoritarios cuyos miembros no saben más que otra cosa que lo aprendido en ese reducido número de apersonas. A este pequeño grupo con creencias, costumbres, actitudes y tradiciones diferentes a las dominantes en una sociedad se les llama subculturas y lo aprendido en ellos ejerce enorme influencia en el individuo. El problema no se percibe mientras un miembro del grupo minoritario se encuentre en su grupo si no cuando sale de este, pues las pautas aprendidas no resultan ser tan normales. Chapi Mori (2012) dice que sin ir muy lejos los establecimientos militares adiestran al soldado solo a matar y cuando el uniformado egresa

de estos grupos militares, no sabe más que empuñar el arma y disparar; lo mismo sucede con pequeños grupos donde la práctica de conductas agresivas es vista como algo normal.

La Teoría de Alberto Bandura resalta que hay una mezcla de factores sociales y psicológicos que influyen en la conducta de un individuo.

#### 2.2.6.3 El “Muñeco Bobo”: un experimento realizado por albert Bandura

El experimento del “Muñeco Bobo”, fue realizado por Albert Bandura en el año de 1961, a través del cual se corrobora empíricamente la Teoría del Aprendizaje Social de Bandura con la cual se demostró que los niños adquieren conductas agresivas por imitación de las personas adultas. En efecto, en este experimento Bandura muestra a un grupo de niños, un adulto (modelo) golpeando con puñetes, patadas, con un martillo de juguete y tirándose de manera violenta encima de un muñeco; posteriormente el muñeco es dado de manera individual al grupo de niños que observó siendo que éstos castigan al muñeco de la misma manera que lo hacía el adulto. (Bandura, 1961).

En este experimento al sujeto que fue observado se le llama “modelo”. En la sociedad, muchas personajes constituyen modelos para los niños, están los propios padres, hermanos mayores, abuelos, tíos, personajes de sus series favoritas, etc. Los niños otorgan no poca atención a estos personajes (modelos) y copian su comportamiento sin juzgar si son buenos o malos.

Los niños pueden imitar el comportamiento del sujeto observado, sin discernir si resulta apropiado o no, sin embargo, existe una serie de factores que permiten que se de una mayor posibilidad para que un niño o niña copie el comportamiento que la sociedad considera importante o más apropiado para su género.

Así pues, es más probable que un niño imite a los sujetos que percibe como similares a sí mismo. En consecuencia, es más probable que imite el comportamiento modelado por sujetos del mismo sexo. Así mismo, existen mayores posibilidades que un niño reproduzca comportamientos que son vistos como buenos o que son gratificados por los adultos. Por ejemplo, si una madre ve a su niña consolar una muñeca y le dice “qué buena niñas eres tú”, esto es muy gratificante para la niña y hace posible que este comportamiento por parte de la niña se repita, esto debido a que su comportamiento ha sido reforzado.

Por otro lado, los niños también imitan comportamientos ajenos por las consecuencias positivas producidas. Por ejemplo, un niño ha observado que cierto comportamiento de otro niño ha sido elogiado y recompensado, por tanto, es más probable que el comportamiento observado sea imitado.

### 2.2.7 TEORÍA DE LAWRENCE SHAPIRO

El Dr. Lawrence Shapiro, es autor de varios libros, entre los cuales se encuentra el de “Inteligencia Emocional de los Niños”. En este libro, Shapiro da a conocer la manera de cómo se debe enseñar a los niños a ser inteligentes emocionalmente. El autor menciona que el éxito de una persona no depende de su cociente intelectual (CI), sino sobre todo, de su cociente emocional (CE).

La inteligencia emocional, entendida como: capacidad para afrontar problemas y salir airoso, capacidad para expresar y controlar emociones, capacidad para saber relacionarse con lo demás; se consigue a través de la educación emocional.

### 2.2.7.1 La importancia de saber elegir nuestros pensamientos

Las emociones influyen no sólo en los estados de ánimo, sino también en las vidas de las personas; de manera apresurada incluso podría decirse que las emociones influyen en los propios pensamientos; por ejemplo, si una persona siente la emoción de la alegría, entonces sus pensamientos serán generalmente positivos; sin embargo, estudios han demostrado que son los pensamientos los que determinan las emociones, de tal manera que al elegir la manera de pensar, se estará también eligiendo el tipo de emoción que se desea sentir; esta es una forma y estrategia que se utiliza hoy en día para mover las piezas del tablero de la salud mental y utilizar nuestros pensamientos para programar las emociones. No podemos elegir de manera directa estar alegres u optimistas porque estos estados de ánimo es el resultado de nuestro inconsciente, sin embargo podemos elegir nuestros pensamientos (que pueden ser controlados) para estar alegres u optimistas; si no se puede controlar directamente el inconsciente, si es posible hacerlo desde la parte consciente eligiendo a los pensamientos.

Hoy en día también se sabe que muchos de los alimentos que consumimos influyen en nuestras emociones, por ejemplo el chocolate tiene relación con la emoción de alegría y el optimismo. Así mismo, una gran variedad de medicamento en psiquiatría se usa para regular las emociones y los estados de ánimo de las personas, así por ejemplo las grandes industrias farmacéuticas han creado una serie de medicamentos como el prozac, escitalopran, bivadine; ecitalex, etc que se usan para regular los estados de ánimo y tratar enfermedades relacionadas con el sistema nervio, muchas de estos medicamentos son adictivas y su uso es restringido, por ello, debemos aprovechar nuestra propia capacidad mental y haciendo uso de nuestro pensamiento. Al respecto Schwartz (citado en Shapiro, 1997) señala que pensar

de manera adecuada puede ser tan efectivo como la medicación para tratar problemas de ansiedad, depresión, angustia, fobias, etc. Por parte Shapiro agrega que si bien es cierto, los alimentos "que hacen sentirse bien" como pueden ser el chocolate, los dulces, los helados, etc. hacen que el cerebro libere neurotransmisores como la serotonina y las endorfinas hormonas asociadas al bienestar del organismo, sin embargo no se tiene que ingerir nada para su producción si se hace uso del pensamiento, la meditación y los ejercicios.

#### 2.2.7.2 La serotonina: un neurotransmisor que disminuye la agresividad

Se ha hecho mención que los neurotransmisores son sustancias químicas que permiten la comunicación entre las células nerviosas; estas sustancias están estrechamente ligadas con los tipos de emoción; así por ejemplo, la serotonina tiene relación con la alegría, la dopamina tiene relación con el placer. Por otro lado, estudios demuestran que la deficiencia de neurotransmisores produce ciertas enfermedades mentales; así por ejemplo, el Alzheimer está asociado con una baja producción de acetilcolina; la depresión, fobia social, TDAH y Parkinson están asociados con una baja producción de dopamina, y la epilepsia con una baja producción de GAMA.

La ciencia ha demostrado además que la serotonina produce alegría y bienestar; por el contrario su deficiencia produce depresión, problemas con el control de la ira, el desorden obsesivo-compulsivo e incluso puede conllevar al suicidio. He aquí la importancia de la serotonina para controlar y disminuir la agresividad en los niños.

La importancia de la serotonina radica en que este neurotransmisor genera alegría; a una persona alegre le hace muy fácil sonreír, y, la sonrisa relaja los músculos del rostro

(músculos faciales), y también reduce el flujo de sangre de los vasos cercanos, generando que la sangre se enfríe produciendo la disminución de la temperatura de la corteza cerebral.

Una forma de ayudar al cerebro a producir serotonina es también haciendo ejercicios físicos y consumiendo alimentos apropiados, por ello que los expertos recomiendan el uso de actividades físicas y juegos que involucren ejercicios físicos para disminuir la agresividad en los niños. Es posible disminuir y controlar las emociones negativas como la ira y la agresividad, eligiendo la manera de pensar, produciendo serotonina a partir de ejercicios físicos, alimentación sana y pensamientos adecuados. No se puede regular las emociones de otra manera, ni siquiera irrumpiendo quirúrgicamente en el cerebro de una persona.

### 2.2.7.3 El sistema límbico y la neocorteza

Las investigaciones científicas han señalado que el sistema límbico tiene a su cargo la parte emocional del cerebro; sin embargo, Lawrence Shapiro afirma de que este sistema está o debería estar estrechamente relacionado con la parte pensante, constituyendo la relación entre el sistema límbico y la neurocorteza una tarea de la inteligencia emocional. La tarea de la educación emocional es sin duda controlar la parte emocional a través de la parte racional del cerebro, el resultado positivo se llama: Inteligencia Emocional.

#### 2.2.7.4 Cómo poder disminuir conductas agresivas en los niños.

Son variadas las causas y factores que hacen posible que un niño tenga comportamiento agresivo. Según el Dr. Lawrence Shapiro, una forma bastante eficaz de poder disminuir e incluso prevenir conductas agresivas es enseñando a los niños y niñas a ser empáticos, amables, enseñarles un lenguaje para solucionar problemas, capacidades y formas de comunicación, fomentar la alegría y el buen humor, evitar el rechazo en los grupos y utilizar jugos cooperativos. (Chapiro, 1997, p. 35)

La empatía es la capacidad de comprender a las otras personas, de ponerse en su lugar de ellos como si nos estuviera sucediendo lo mismo, como si a uno mismo estuviera pasando determinada situación. Por lo general los niños que tiene un comportamiento agresivo no son niños empáticos y enseñarles esta capacidad disminuirá considerablemente su agresividad. Al respecto Shapiro(1997), dice que “la recompensa de enseñarles a los niños a mostrar más empatía es enorme” (p.14).

Así pues, las personas empáticas tienden a ser menos agresivos y por naturaleza son personas generosas y más comprometidas con actividades pro sociales. Los niños empáticos por lo general son más apreciados por sus compañeros y personas adultas y son además más exitosos en colegio, en el trabajo y en la vida.

Respecto de enseñar un lenguaje para resolver problemas Shapiro nos muestra un programa denominado “YPRP” (Yo Puedo Resolver un Problema) que consiste en enseñar a los niños impulsivos a razonar en lugar de actuar sobre sus problemas, a suplicar que sus compañeros o amigos compartan con él sus juguetes en vez de quitárselos, a decir que se siente enojado en lugar de pelear. Los niños que aprendan capacidades para resolver sus problemas no solo les permitirán salir airosos de situaciones problemáticas que se presenten

en ese momento, si no que dichas capacidades perdurarán por siempre en su vida. Para desarrollar estas capacidades es necesario poner en práctica pares de palabras tales como: es/no es, y/o, algo/todo, antes/después, ahora/más tarde, mismo diferente.

Estos juegos de palabras están diseñados para que los niños puedan percibir sus diferencias y la importancia de sus significados a través de las respuestas que pueden generar, recomendándose su aplicación para disminuir conductas agresivas.

#### 2.2.7.5 La ira y la agresividad: dos problemas latentes en los niños

Una educación emocional no será válida si no involucra a dos problemas emocionales presente actualmente en nuestra niñez como son la ira y la agresividad. Decimos “actualmente” porque la generación actual de niños está más expuesta a estos tipos de problemas que cualquier otra generación anterior, y es que, el tipo de vida, los programas no apto para niños que se transmiten en los medios de comunicación, los juegos violentos que practican los niños usando como juguetes armas de juego por ejemplo, y sumado a ellos se tiene los conflictos familiares, presencia de familias conflictivas y disfuncionales, han conllevado a que se tenga niños agresivos en nuestra sociedad y la escuela.

## 2.3 FORMULACIÓN DE LA HIPÓTESIS

El supuesto lógico o explicación anticipada queda definido así:

### 2.3.1 Hipótesis General

- Hi: Si se diseña y aplica el programa de Educación Emocional basado en las teorías de Lawrence Shapiro y Albert Bandura, entonces disminuirá considerablemente el nivel de agresividad de los estudiantes del 5<sup>to</sup> Grado de Primaria de la I. E. N° 11134 del distrito de Picsi, provincia de Chiclayo.

### 2.3.2 Hipótesis Específica

- H1.: El nivel de agresividad de los alumnos del 5<sup>to</sup> Grado de Primaria de la I.E. N° 11134 del distrito de Picsi, provincia de Chiclayo, es alto.

## 2.4 IDENTIFICACIÓN DE VARIABLES

Considerando el criterio metodológico tenemos a las siguientes variables:

**Variable independiente** : Programa de “Educación Emocional”

**Variable dependiente** : Conductas Agresivas.

## 2.5 OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLE	DIMENSIONES	SUB DIMENSIONES	INDICADORES	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN
V.I. Programa "Educación Emocional"	INTRAPERSONAL	Autoconocimiento	Reconoce sus sentimientos y emociones.  Identifica sus propias emociones.	<b>Técnica:</b> Observación <b>Instrumento:</b> Cuestionario
		Automotivación	Reacciona con pensamientos positivos ante emociones negativas propias.	<b>Técnica:</b> Observación <b>Instrumento:</b> Cuestionario
		Autocontrol	Controla sus emociones negativas	<b>Técnica:</b> Observación <b>Instrumento:</b> Cuestionario
	INTERPERSONAL	Empatía	Identifica los sentimientos de las otras personas y colabora con ellas.  Respeto las emociones ajenas.	<b>Técnica:</b> Observación <b>Instrumento:</b> Escala likert
		Relaciones interpersonales	Dialoga con sus compañeros expresando sus emociones.  Identifica emociones ajenas.  Dialoga expresando sus emociones.	<b>Técnica:</b> Observación <b>Instrumento:</b> Escala Likert

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECO- LECCIÓN
<b>V.D. Conductas Agresivas</b>	Cognitivo	<p>Cree tener la razón en todas las circunstancias.</p> <p>Cree que los problemas se solucionan con violencia.</p>	Guía de observación. Test.
	Afectivo	<p>Manifiesta en su rostro sentimientos de ira.</p> <p>Manifiesta con las manos u otras partes de su cuerpo comportamientos de agresividad.</p> <p>Manifiesta desprecio hacia sus compañeros.</p>	Guía de observación. Test.
	conductual	<p>Agrede físicamente a sus compañeros.</p> <p>Golpea a los objetos de su entorno.</p> <p>Agrede verbalmente a sus compañeros.</p> <p>Se niega a cooperar con sus compañeros.</p> <p>Se burla de sus compañeros.</p>	Guía de observación. Test.

## CAPÍTULO III

### MARCO METODOLÓGICO

#### 3.1 TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

##### 3.1.1 Tipo de investigación

La presente investigación se encuentra circunscrita dentro del paradigma mixto con datos de carácter cualitativo y cuantitativo. Su alcance es descriptivo – propositivo. Descriptivo, porque se trabaja sobre la realidad de los hechos y detalla la situación actual del problema identificando el nivel de agresividad de los niños y describiendo sus características esenciales. Propositivo, porque a partir de ello se realiza una propuesta de un Programa para modificar (disminuir) el nivel de agresividad.

Según Sampieri y Mendoza (2008) señalan que el enfoque mixto está sustentado en el paradigma del pragmatismo, e implica la recolección y el análisis de datos cuantitativos y cualitativos, así como su integración y discusión de ambos, para realizar inferencias producto de toda la información recabada (metainferencias) y lograr un mayor entendimiento del fenómeno bajo estudio.

Creswel y Creswel *et al.* (citado en Sampieri y Mendoza, 2019) resumen al enfoque mixto como un método que utiliza evidencias de datos numéricos, verbales, textuales, visuales, simbólicos y de otras clases para entender problemas en las ciencias.

Johnson *et al.* (citado en Sampieri y Mendoza, 2019) visualizan a la investigación mixta como un continuo en donde se mezclan los enfoques cuantitativo y cualitativo, centrándose más en uno de ellos o dándoles el mismo peso.

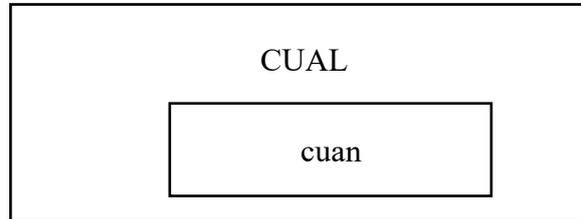
Por otro lado, según Sampieri y Mendosa (2019) los estudios descriptivos tienen como finalidad especificar propiedades y características de conceptos, fenómenos, variables o hechos en un contexto determinado. Por su parte, Muñoz Razo (2011) señala que la investigación descriptiva tiene como objetivo de estudio representar algún hecho, acontecimiento o fenómeno por medio del lenguaje, gráficas o imágenes de tal manera que se pueda tener una idea cabal del fenómeno en particular, incluyendo sus características, sus elementos o propiedades, comportamientos y particularidades.

Atendiendo a lo señalado precedentemente, nuestra investigación asume el enfoque “mixto” porque recolecta datos de naturaleza cualitativa y cuantitativa, predominado el primero sobre el segundo. Así mismo, los datos cualitativos y cuantitativos son recogidos a través de la Guía de Observación (Anexo N°01) y la Lista de Chequeo Conductual de Varona (anexo N° 02).

Finalmente, nuestra investigación es descriptiva - propositiva, porque se trabaja sobre la realidad de los hechos, identificando a los estudiantes agresivos y describiendo la manifestación de sus conductas para luego identificar el nivel de agresividad; así mismo, no se agota en la sola descripción de los hechos, si no que a partir de ello, proponemos un programa basado en aportes teóricos de Lawrence Shapiro y Albert Bandura con la finalidad de disminuir el nivel de agresividad.

### 3.1.2 Diseño de investigación

Se asumió el diseño anidado concurrente de modelo dominante (DIAC):



Según Hernández y Mendoza (2019) los diseños de investigación en el enfoque mixto, no se encuentran aun plenamente definidos; sin embargo, existen diseños generales como los concurrentes, secuenciales, de conversión y de integración. En los diseños concurrentes los datos cualitativos y cuantitativos se recogen y analizan simultáneamente, y es anidado concurrente de modelo dominante en cuanto uno de ellos se encuentra contenido en el otro que viene a ser el dominante.

Así pues, nuestro diseño fue el DIAC porque prevalecen datos cualitativos, correspondiente a indicadores como la forma de actuar de los estudiantes, su interrelación con sus pares, la forma como manifiestan sus emociones, sobre todo las relacionadas con la agresividad. Así mismo, identificados los estudiantes agresivos a través de la ficha de observación, se les ha aplicado la Lista de Chequeo Conductual para poder identificar su nivel de agresividad. Con los mismos instrumentos y de manera simultánea se han obtenidos datos de naturaleza cuantitativa como es su edad, número de varones y mujeres considerados agresivos, número de veces en que se repiten las conductas agresivas-

## 3.2 POBLACIÓN Y MUESTRA.

### 3.2.1 Población

La población examinada está constituida por los alumnos del 5<sup>to</sup>. Grado del nivel Primario de la I.E. N° 11134 del distrito de Picsi, quienes estudian en dos secciones:

Sección A: Conformado por 17 estudiantes

Sección B: Conformado por 17 estudiantes

Entonces:

$$U = 34 \text{ estudiantes}$$

### 3.2.2 Muestra

Si bien es cierto, la muestra representa a un subgrupo de la población; sin embargo, dado que nuestra población está formada por un reducido número de estudiantes y siendo que además se pretende estudiar a todos ellos, tenemos a una población muestral, donde:

$$U = N = 34 \text{ estudiantes}$$

### 3.3 MÉTODOS, TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS.

#### 3.3.1 Métodos.

Se ha hecho uso de los siguientes métodos:

**Método Lógico Inductivo.-** Este método permitió partir de conocimientos particulares como es de la observación de las conductas de cada alumno, para luego llegar a tener un conocimiento general como es el alto nivel de agresividad presente en la mayoría de alumnos.

**Método Analítico – Sintético.** – Se usó para analizar y resumir de manera sintética los aportes de las teorías de Lawrence Chapiro y Alberto Bandura, así como para analizar las diversas teorías del marco teórico, permitiendo arribar a conclusiones.

**Método Modelación.** - Ya que la investigación plantea una perspectiva propositiva a partir del diseño del Programa de Educación Emocional para disminuir las conductas agresivas de estudiantes del nivel primario.

#### 3.3.2 Técnicas.

Se hizo uso de las siguientes técnicas:

- ✓ **Técnicas de gabinete.-** Esta técnica permitió elaborar el marco teórico científico de nuestra investigación, básicamente los antecedentes de estudio y los aportes teóricos de Lawrence Shapiro y Albert Bandura a través de sus teorías la Inteligencia Emocional de los Niños y el Aprendizaje Social respectivamente.

**El Fichaje.** – Básicamente se utilizaron las siguientes:

**Ficha de Resumen:** Usada para extraer la síntesis de las fuentes bibliográficas consultadas, e incorporarlas a nuestro marco teórico en la medida que fueran pertinentes y constituyeran aporte a nuestra investigación.

**Fichas Textuales:** Se utilizaron básicamente para transcribir literalmente información de fuentes consultadas y que sirvieron como aporte a nuestra investigación.

**Fichas Bibliográficas:** Se utilizaron para transcribir información de carácter bibliográfica o fuente informativa.

- ✓ **Técnicas de campo.** - Se hizo uso de la observación semiestructurada, lo que permitió observar atentamente el fenómeno de investigación en el ambiente de convivencia de los estudiantes (escuela), registrar la información durante el correspondiente proceso de investigación para luego ser analizadas.

### 3.3.3 Instrumentos de recolección de datos

Se hizo uso de los siguientes instrumentos:

- ✓ **Instrumentos de diagnóstico.** - Para identificar a los estudiantes con conductas agresivas se usó:

**Guía de entrevista.** - Fueron utilizadas por el entrevistador para guiarse en la entrevista que se realizó. En nuestra guía de entrevista estuvieron las preguntas a realizar acerca de lo que se quiso tener información; ello ha permitido también recordar al entrevistador las preguntas a realizar a fin de que se cumpla con el objetivo propuesto.

**Guía de observación.**- Este instrumento permitió observar las conductas de los estudiantes dentro y fuera del aula de clase y especialmente en las horas de recreo.

#### 3.4 ANÁLISIS DE LOS DATOS.

Organizada la información se ha hecho uso de la estadística descriptiva e inferencial así como de codificaciones; para el efecto del análisis e interpretación de los datos también se ha hecho uso de cuadros estadísticos, y mediante sumatoria de valores asignado previamente se ha analizado tomado en cuenta el baremo del Test (Anexo N° 02), lo que ha permitido identificar el nivel de agresividad de los estudiantes y proponer el Programa de Educación Emocional con el fin de disminuirlo.

## CAPÍTULO IV

### PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

#### 4.1 PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LOS DATOS

Se presenta la información recogida a través de la Guía de Observación (Anexo N° 01) y el Test de agresividad (Anexo N° 02), así también su respectivo análisis. La Guía de observación se aplicó a 34 estudiantes de las secciones “A” y “B” del 5<sup>to</sup> Grado de Primaria de la I.E. N° 11134 del Distrito de Picsi, Provincia de Chiclayo. La sección “A” estuvo conformada por 17 alumnos divididos en 8 mujeres y 9 varones. Así mismo, la sección “B” estuvo conformada también por 17 alumnos divididos en 6 mujeres y 11 varones.

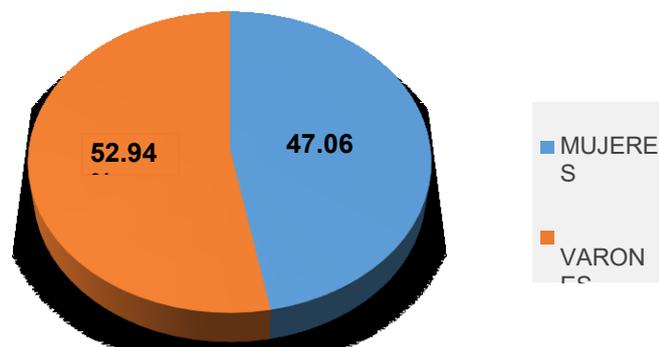
**Cuadro N° 01**

<b>SECCIÓN “A”</b>		
<b>GÉNERO</b>	<b>NÚMERO</b>	<b>%</b>
FEMENINO	8	47.06
MASCULINO	9	52.94
TOTAL	17	100.00

Fuente : Guía de observación

Fecha : 07/08/2017

## Sección "A"

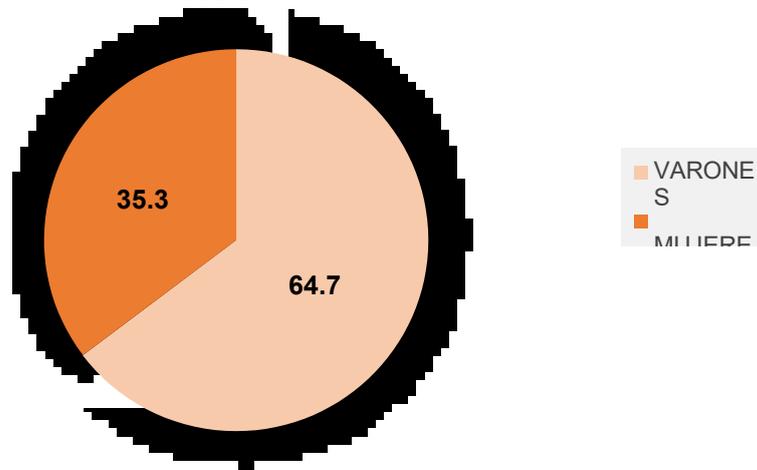


Cuadro N° 02

SECCIÓN "B"		
GÉNERO	NÚMERO	%
FEMENINO	6	35.3
MASCULINO	11	64.7
TOTAL	17	100.00

Fuente : Guía de Observación  
 Fecha : 07/08/2017

## Sección "B"



**ANÁLISIS:**

La sección “A” estuvo conformada por 17 estudiantes de los cuales 8 de ellos que representan el 47.06 % son mujeres y 9 de ellos que representan el 52.94% son varones.

La sección “B” estuvo conformada por 17 estudiantes de los cuales 11 de ellos que representan el 64.7 % son varones y 6 de ellos que representan el 35.3% son mujeres, como se muestran a continuación:

**RESULTADO DE LA GUÍA DE OBSERVACIÓN APLICADA A LOS ALUMNOS  
DE LAS SECCIONES “A” Y “B” DEL QUINTO GRADO DE PRIMARIA DE LA  
I.E. N° 11134**

**Cuadro N° 03**

<b>SECCIÓN “A”</b>					
	AGRESIVOS		NO AGRESIVOS		%
MASCULINO	8	47.06%	1	5.88%	52.94
FEMENINO	2	11.74%	6	35.32%	47.06
<b>TOTAL</b>	<b>10</b>	<b>58.8%</b>	<b>7</b>	<b>41.2%</b>	<b>100.00%</b>

Fuente : Guía de observación

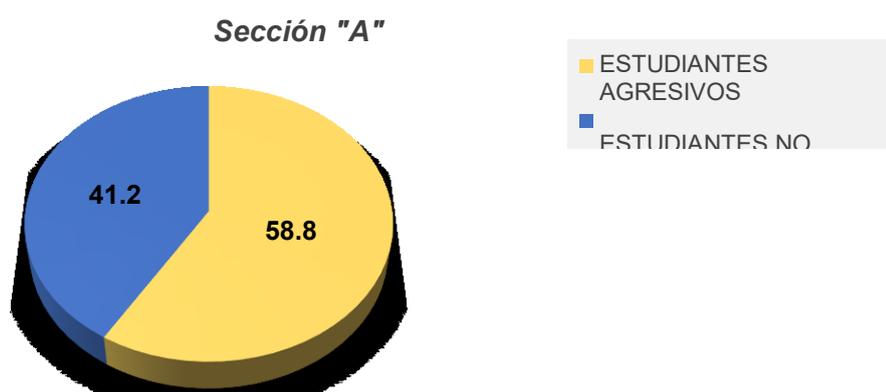
Fecha : Agosto del 2017

**ANÁLISIS:**

Del total de estudiantes de la sección “A”, 10 alumnos que representan el 58.8% son agresivos, y el resto, esto es 7 de ellos que representa el 41.2% no son niños agresivos. Así

mismo de los estudiantes agresivos 2 de ellos que representan el 11.74% son mujeres y 8 de ellos que representan el 47.06% son varones.

De la guía de observación aplicada se concluye que el 58.8% de los estudiantes de la sección "A" son niños agresivos, tal y como se puede observar en el siguiente gráfico



**Cuadro N° 04**

<b>Sección "B"</b>					
	AGRESIVOS		NO AGRESIVOS		%
MASCULINO	7	41.2%	4	23.5%	<b>64.7%</b>
FEMENINO	2	11.7%	4	23.6%	<b>35.3%</b>
TOTAL	9	<b>52.9%</b>	8	<b>47.1%</b>	<b>100.00%</b>

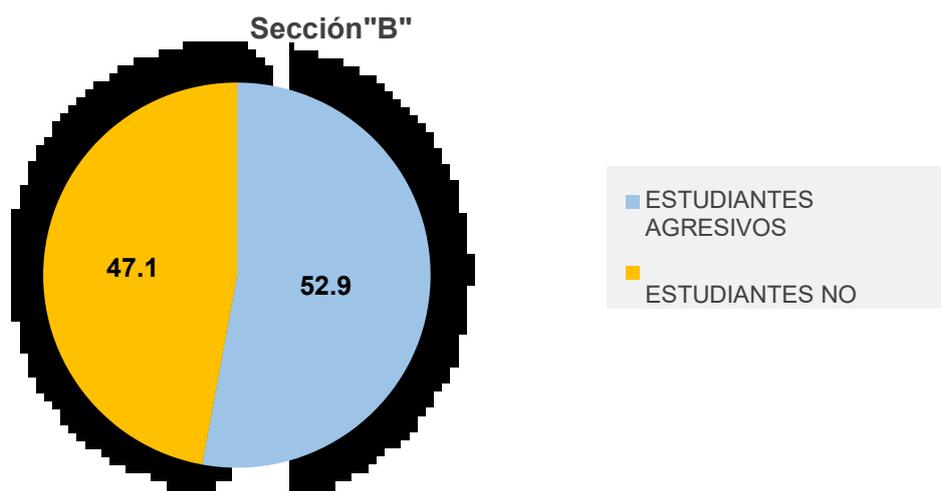
Fuente : Guía de observación

Fecha : Setiembre del 2017

## ANÁLISIS

Del total de estudiantes de la sección "B", 9 alumnos que representan el 52.9% son agresivos; y el resto, esto es 8 de ellos que representa el 47.1% no son niños agresivos. Así mismo de los estudiantes agresivos 2 de ellos que representan el 11.7% son mujeres y 7 de ellos que representan el 41.2 % son varones.

De la guía de observación aplicada se concluye que el 52.9% de los estudiantes de la sección "B" son niños agresivos como se puede observar en el siguiente gráfico:



**RESULTADO DEL TEST DE AGRESIVIDAD APLICADO A LOS ALUMNOS  
SELECCIONADOS DE LA SECCIÓN “A” DEL QUINTO GRADO DE  
PRIAMRIA DE LA I.E. N° 11134**

A continuación presentamos lo resultados del test aplicado a los alumnos de la sección “A” que tuvo como objetivo verificar su nivel de agresividad. Los resultados han sido tabulados en el cuadro siguiente:

**Cuadro N° 05**

Xi	Fi	%	ESTADÍSTICOS
30	1	10.0	$\bar{X}=54.8$ $S= 13.32$ $CV= 24.3\%$
38	1	10.0	
45	2	20.0	
60	1	10.0	
62	1	10.0	
66	3	30.0	
70	1	10.0	
TOTAL	10	100.00%	

Fuente : Test de agresividad

Fecha : 04/10/2017

## ANÁLISIS:

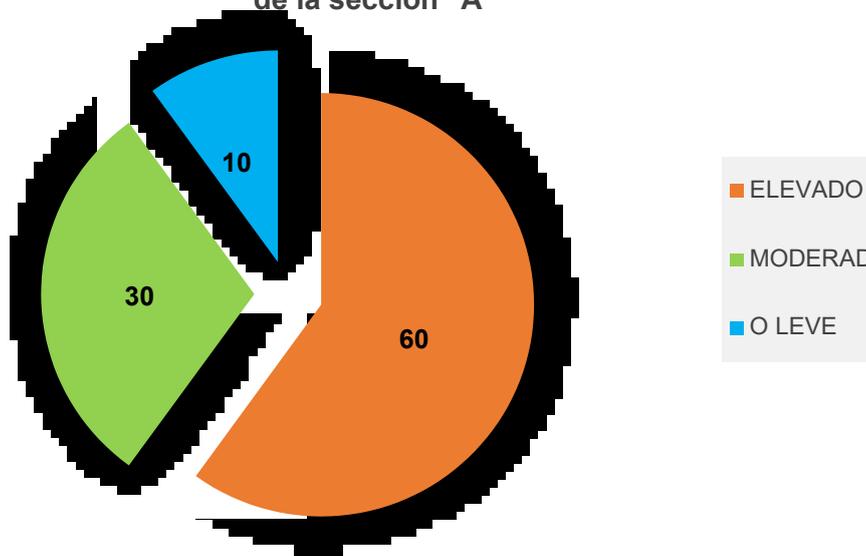
Para verificar el nivel de agresividad de los sujetos investigados de la sección “A”, se aplicó el test de agresividad de Varona, de cuyo análisis se desprende que los puntajes obtenidos van de 30 a 70 puntos como máximo, siendo la frecuencia de 1 en ambos extremos representando el 10%.

Por otro lado, la mayoría de los estudiantes examinados han alcanzado puntajes por encima de los 54 puntos que hacen un total de 60% de los calificativos, del cual se sostiene que tienen un elevado nivel de agresividad; así mismo, el 30% de los puntajes oscilan entre 37 y 54 puntos lo que significa que tienen un moderado nivel de agresividad y solo el 10% de los estudiantes obtuvo puntaje por debajo de 36 lo que significa que sólo una pequeña minoría tiene un leve nivel de agresividad.

El grupo de estudiantes seleccionados de la sección “A” tiene un promedio de 54.8 puntos, lo que significa que tienen un elevado nivel de agresividad pues superaron los 54 puntos que es el límite superior del nivel moderado de agresividad según el baremo. Así mismo, presentan una desviación estándar de 13.32 unidades alrededor de la media, comportándose homogéneo con 24.3% de variabilidad.

Del grupo de estudiantes seleccionados de la sección “A” según los puntajes obtenidos por cada alumno y según el baremo establecido tienen un elevado nivel de agresividad. A continuación se presenta el siguiente gráfico:

Nivel de agresividad de los estudiantes seleccionados de la sección "A"



Se concluye que de los 10 estudiantes seleccionados de la sección "A" 6 de ellos que representan el 60% del total tienen un nivel de agresividad elevado; 3 de ellos que representan el 30% del total tienen nivel de agresividad moderado y sólo 1 de ellos que representa en 10% del total tiene nivel de agresividad leve.

**RESULTADO DEL TEST DE AGRESIVIDAD APLICADO A LOS ALUMNOS  
SELECCIONADOS DE LA SECCION "B" DEL QUINTO GRADO DE  
PRIMARIA DE LA I.E. N°11134**

A continuación presentamos lo resultados del test aplicado a los alumnos de la sección "B" que tuvo como objetivo verificar su nivel de agresividad. Los resultados han sido tabulados en el cuadro siguiente:

**Cuadro N° 06**

Xi	Fi	%	ESTADÍSTICOS
43	1	11.1	$\bar{X}=58.2$ $S= 9.28$ $CV= 15.94\%$
45	1	11.1	
48	1	11.1	
63	1	11.1	
64	3	33.4	
65	1	11.1	
68	1	11.1	
TOTAL	9	100.00%	

Fuente : Test de agresividad

Fecha : 04/10/2017

**ANÁLISIS:**

Para verificar el nivel de agresividad de los sujetos investigados de la sección “B”, se sometió a un test de agresividad cuyo análisis se desprende que los puntajes obtenidos van de 43 a 68 puntos como máximo, siendo la frecuencia de 1 en ambos extremos representando el 11.1%.

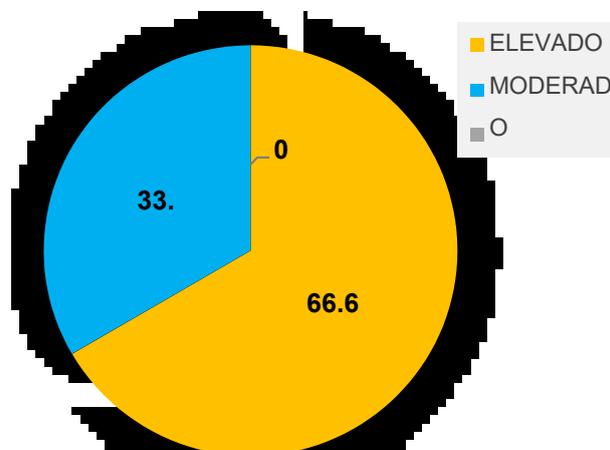
Por otro lado, la mayoría de los estudiantes examinados han alcanzado puntajes por encima de los 54 puntos que hacen un total de 66.6% de los calificativos, del cual se sostiene que tienen un elevado nivel de agresividad.; así mismo, el 3.4% de los puntajes oscilan entre 37 y 54 puntos lo que significa que tienen un moderado nivel de agresividad y ninguno de ellos tiene nivel leve de agresividad.

El grupo de estudiantes seleccionados de la sección “B” tiene un promedio de 58.2 puntos, lo que significa que tienen un elevado nivel de agresividad pues superaron los 54 puntos que es el límite superior del nivel moderado según nuestro baremo establecido. Así mismo, presentan una desviación estándar de 9.28 unidades alrededor de la media, comportándose homogéneo con 15.94% de variabilidad.

Del grupo de estudiantes seleccionados de la sección “B” según los puntajes obtenidos por cada alumno y según el baremo establecido tienen un elevado nivel de agresividad.

Del grupo de estudiantes seleccionados de la sección “B” según los puntajes obtenidos por cada alumno y según el baremo establecido tienen un elevado nivel de agresividad. A continuación se presenta el siguiente gráfico:

**Nivel de agresividad de los estudiantes  
seleccionados de la sección "B"**



Se concluye que de los 9 estudiantes seleccionados de la sección "B" 6 de ellos que representa el 66.6% del total tiene un elevado nivel de agresividad; 3 de ellos que representa el 33.4% del total presenta un moderado nivel de agresividad y ninguno de ellos presenta un leve nivel de agresividad.

Habiéndose identificado a los estudiantes agresivos y su respectivo nivel de agresividad, se propone el Programa de "Educación Emocional" basado en las teorías de Lawrence Shapiro y Alberth Bandura a fin de disminuir las conductas agresivas.

## 4.2 DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

La investigación tuvo como objetivo diseñar un Programa de Educación Emocional basado en las teorías de Lawrence Shapiro y Albert Bandura para disminuir el nivel de agresividad de los alumnos de 5<sup>to</sup> Grado de Primaria de la I. E. N° 11134. Así mismo, se propuso identificar el nivel de agresividad de los estudiantes, siendo que previamente se trabajó en este último objetivo constatando que la mayoría de educandos tienen un alto nivel de agresividad dado que de la muestra examinada el 66.6% tiene un elevado nivel de agresividad, el 33.4% un nivel moderado y ningún estudiante con nivel bajo. Frente a esta problemática los alumnos necesitan de estrategias adecuadas y dinámicas que les permita disminuir su nivel de agresividad, planteando para ello el correspondiente programa de Educación Emocional.

## CONCLUSIONES:

- Los alumnos del 5<sup>to</sup> Grado de Primaria de la I.e. N° 11134, del distrito de Picsi, Provincia de Chiclayo, tienen un alto nivel de agresividad, por cuanto, han obtenido un puntaje superior a los 56 puntos de una escala establecida de entre 0 y 72.
- Los Aportes de Lawrence Shapiro y Alberth Bandura, son de mucha importancia para trabajar la disminución de conductas agresivas con niños en edad escolar. Shapiro dice que la inteligencia emocional no tiene una carga genética marcada, de ahí que recomienda que los padres y maestros trabajen desde el punto que la naturaleza ya no incide; evidentemente, la inteligencia emocional tiene componentes, entre los cuales están el autoconocimiento y el autocontrol de las emociones, recomendando el autor diversas actividades que han sido recogidas en el Programa de Educación Emocional diseñado. Por su parte, los aportes de Alberth Bandura en su famosa teoría del Aprendizaje Social, señala que el individuo no es un ser aislado, y que mucho de lo que el hombre sabe lo ha aprendido a través de la observación del medio que lo rodea; de aquí la importancia de plantear en nuestro programa actividades para que el niño aprenda por observación y pueda moldear su comportamiento, las mismas que son estrategias para disminuir conductas agresivas. Consecuentemente, las teorías del Dr. Lawrence Shapiro y Alberth Bandura han servido de base para elaborar nuestra propuesta

consistente en un programa de Educación Emocional para disminuir conductas agresivas.

- El programa Educación Emocional propuesto para disminuir conductas agresivas contiene estrategias con aportes del Dr. Lawrence Shapiro y Albert Bandura, y, comprende 16 actividades que deben ser desarrolladas durante 8 semanas continuas con una duración de dos horas por cada actividad y en sesiones de 2 veces por semana.

## RECOMENDACIONES

- Al Director de la Institución Educativa 11134, del distrito de Picsi y personal docente, se recomienda contribuir en su aplicación del presente programa diseñado, ya que contiene actividades que ayudarán significativamente a disminuir la agresividad de los niños, facilitando de esta manera no solo la buena convivencia escolar, si no también, mejorando el proceso de enseñanza aprendizaje. Así mismo, es posible que los niños con los cuales se efectuó el diagnóstico de alto nivel de agresividad ya no se encuentren en edad escolar; sin embargo, es recomendable la aplicación del programa dado que los problemas de agresividad es común en las escuelas y persisten en el tiempo.
- Al Director de la UGEL – Chiclayo, promover el apoyo a la I.E. N° 11134, del distrito de Picsi, a fin de implementar jornadas de capacitación que ayude a los docentes a adquirir estrategias para disminuir las conductas agresivas de sus alumnos.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aprendizaje Cognitivo Social (2019). Recuperado de <http://biblio3.url.edu.gt/Libros/2012/Teo-Apra/4.pdf>
- Centro de Inteligencia Emocional y Social (2019). *Mantén la calma*. Recuperado de <http://www.centrocies.com.mx/programas/manten-la-calma/>
- CHAPI MORI, Jorge L. (2012). *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*. Recuperado de <http://www.revistas.unam.mx/index.php/rep>
- Diccionario Etimológico Español (2019). Recuperado de <http://etimologias.dechile.net/>
- García, L. (2015). *Ramas de la neurociencia*. Recuperado de [https://prezi.com/7\\_ajvwdd3kqg/ramas-de-la-neurociencia/](https://prezi.com/7_ajvwdd3kqg/ramas-de-la-neurociencia/)
- GALIMBERTI, Umberto. (2002). *Diccionario de Psicología. Siglo XXI*. México. Recuperado de <https://www.iberlibro.com/buscar-libro/titulo/diccionario-psicologia/autor/umberto-galimberti/>
- HERNANDEZ SAMPIERI, Roberto y MENDOZA TORRES, Christian Paulina (2010). *Metodología de la Investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGRAW-HILL Interamericana Editores, Punta Santa Fe.
- La mente es maravillosa (2019) *¿Qué son las emociones?* Recuperado de <https://lamenteesmaravillosa.com/que-son-las-emociones>.
- LIÉVANO PARRA, Diego (2013). *Neurobiología de la agresión*. Recuperado de <file:///C:/Users/User/Downloads/Dialnet-NeurobiologiaDeLaAgresion-4815164.pdf>.
- MEDINA, Vilma (2016). Causas de la conducta agresiva infantil. Recuperado de <https://www.guiainfantil.com/educacion/comportamiento/Causaagresividad.htm>.
- MUÑOZ VIVAS, Faviola (2000). *Adolescencia y Agresividad* (Tesis doctoral, Universidad Complutense de Madrid – España). Recuperado de <http://webs.ucm.es/BUCM/tesis//19972000/S/4/S4017401.pdf>

- MORI CHAPA, Jorge L. (2012). *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*. Recuperado de <http://www.revistas.unam.mx/index.php/repi>
- Nelson, R.J. (1996) *Psicoendocrinología; Las bases hormonales de la conducta*. Barcelona: Ariel.
- Nolte, J. (1994). *El cerebro humano: introducción a la anatomía funcional*. Madrid: Mosby-Doyma.
- Ramos, A. (2015). *Los paradigmas de la investigación científica*.
- SHAPIRO, Lawrence E. (1997). *Inteligencia Emocional de los Niños*. España: Grafo S.A.

## ANEXOS

## ANEXO N° 01

**GUIA DE OBSERVACIÓN PARA LA IDENTIFICACIÓN DE ESTUDIANTES AGRESIVOS EN EL QUINTO GRADO DE PRIMARIA DE LA I.E. N° 11134 DEL DISTRITO DE PICSI – CHICLAYO.**

**NOMBRE DEL ALUMNO :.....**

CONDUCTAS OBSERVABLES	PRESENTA		OBSERVACIONES
	SI	NO	
Se apropia de cosas que no le pertenece			
No hay intenciones de reparar el daño cuando lo ocasiona.			
Busca ser agredido por sus compañeros.			
Agrede verbalmente a sus compañeros.			
No respeta las reglas de convivencia establecidas en el aula.			
Despoja a sus compañeros de objetos.			
Aprovecha su fuerza para abusar de los más débiles.			
Esconde las cosas de sus compañeros.			
Reacciona de manera exagerada e iracunda.			
Tiene dificultades para organizarse con sus compañeros.			
Cree ser agredido y reacciona de manera iracunda.			
Hace muecas de desagrado o amenaza y dice groserías.			
Acusa constantemente a sus compañeros.			
Se muestra amenazante ante cualquier orden o llamada de atención.			
Destruye su trabajo sin causa justificada.			
Presenta cambios repentinos en su estado de ánimo (de alegre a triste, de sereno a enojado, etc.)			
Jala de los cabellos, los pellizca o agrede físicamente a sus compañeros.			
Le cuesta mucho permanecer quieto en un solo sitio por espacios cortos.			
Se autoagrede para justificar sus actos.			
No socializa con sus compañeros.			

**FUENTE: ELABORACIÓN PROPIA**

## ANEXO N° 2

LISTA DE CHEQUEO CONDUCTUAL DE LA AGRESIVIDAD EN NIÑOS<sup>1</sup>

## I. OBJETIVO:

Evaluar los múltiples componentes de la agresividad en sujetos de 3 a 14 años.

## II. DESCRIPCIÓN:

La prueba está compuesta por 18 ítems que evalúan los cuatro componentes de la agresividad:

**Conducta Agresiva Activa Física:** Este tipo de agresión se mide a través de los ítems N° 1, 2, 3, 4, 14, 15 y 16.

**Conducta Agresiva Pasiva Física:** Se mide con los ítems 10, 11, 12, 17 y 18.

**Conducta Agresiva Activa Verbal:** Se mide con los ítems 5, 6, 7, 8 y 9.

**Conducta Agresiva Pasiva Verbal:** Este tipo de agresividad se mide con el ítems N° 13.

Nombre: \_\_\_\_\_

Edad: \_\_\_\_\_ Sexo: \_\_\_\_\_ Instrucción: \_\_\_\_\_ Colegio: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ Informante: \_\_\_\_\_ Parentesco: \_\_\_\_\_ Evaluador: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ Fecha \_\_\_\_\_

Observaciones: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

<sup>1</sup> Lista de Chequeo Conductual de Agresividad de **Varona**

### III. INSTRUCCIONES

A continuación, encontrarás afirmaciones sobre el modo en que se comportan algunos niños.

Analice cada afirmación tomando en cuenta el comportamiento actual del niño y responda con qué frecuencia lo realiza: nunca, poco frecuente, frecuente y muy frecuente. Escoja solo una respuesta y marque con un aspa en el recuadro correspondiente.

Nº	Con qué frecuencia realiza las siguientes conductas:	NUNCA	POCO FRECUENTE	FRECUENTE	MUY FRECUENTE
1	Resuelve sus problemas haciendo uso de la violencia física.				
2	Destruye los bienes de sus compañeros.				
3	Es inquieto.				
4	Se ausenta indebidamente del aula.				
5	Es impertinente y no respeta la autoridad.				
6	Hace bromas pesadas.				
7	Es chismoso e indiscreto.				
8	Usa lenguaje soez y ordinario.				
9	Es mentiroso.				
10	No cumple las reglas establecidas.				
11	No le gusta realizar ninguna actividad.				
12	No cumple con sus responsabilidades				
13	Cuando está molesto no responde a las preguntas.				
14	Hace rabietas y berrinches.				
15	Perturba a los demás.				
16	Se burla de sus compañeros.				
17	No colabora en situaciones de grupo.				

18	Se cierra en una sola idea y hace todo lo contrario a lo que se le dice.				
----	--	--	--	--	--

#### IV. CALIFICACIÓN E INTERPRETACIÓN: BAREMO

AREAS	LEVE	MODERADO	ELEVADO
Conducta agresiva activa física	0 a 10	11 a 15	16 a más
Conducta agresiva pasiva física	0 a 14	15 a 21	22 a más
Conducta agresiva pasiva verbal	0 a 2	3	4
Conducta agresiva activa verbal	0 a 10	11 a 15	16 a más
Nivel de Agresividad	0 a 36	37 a 54	55 a más

RESPUESTA	PUNTAJE
NUNCA	1
POCO FRECUENTE	2
FRECUENTE	3
MUY FRECUENTE	4

**ANEXO N° 3****PROGRAMA DE EDUCACIÓN EMOCIONAL BASADO EN LAS TEORÍAS DE LAWRENCE SHAPIRO Y ALBERT BANDURA PARA DISMINUIR LAS CONDUCTAS AGRESIVAS DE LOS ALUMNOS DEL QUINTO GRADO DE PRIMARIA DE LA I.E. N° 11134 DEL DISTRITO DE PICSI – CHICLAYO.****I. DATOS INFORMATIVOS**

- 1.1. Institución Educativa** : N° 11134 – Capote
- 1.2. Grado** : 5<sup>to</sup>
- 1.3. Turno** : Mañana
- 1.4. Duración** : 8 semanas

**II. FUNDAMENTACIÓN:**

La educación es concebida como un proceso continuo y permanente, destinado a la formación y desarrollo de capacidades intelectuales, morales, afectivas, motoras, cívicas, conductuales y artísticas de las personas de acuerdo con la cultura y las normas de convivencia de una sociedad civilizada y humana. En definitiva, la educación destinada al ser humano, debe ser integral, abarcando aspectos que le servirán para la vida.

No puede concebirse una educación descuidando el aspecto afectivo del ser humano, dentro del cual están las emociones, poderosas fuerzas internas de corta duración que ejercen enorme importancia en las relaciones intra e interpersonales. A su vez, las emociones son producto de la actividad cerebral donde sustancias químicas llamadas neurotransmisores participan activamente haciendo posible la comunicación entre neuronas a través de la sinapsis.

La agresividad, es la manifestación de la ira que se produce básicamente por la carencia de neurotransmisores conocidos como serotonina y dopamina, sustancias químicas que son posibles de hacer que el propio cuerpo los produzca a través de adecuadas formas de pensar, de allí que se debe promover en las escuelas programas que enseñen a los niños a pensar.

El presente programa de Educación Emocional, promueve actividades basadas en las teorías científicas de Lawrence Shapiro y Alberth Bandura, con el fin de disminuir conductas agresivas de los estudiantes. Está orientado a enseñar a los niños a ser más empáticos y tolerantes, a automotivarse, autocontrolarse, a conocerse a sí mismos y desarrollar maneras adecuadas de comunicarse. En cada una de las actividades, se promueven maneras positivas de pensar, que estamos seguros que no sólo servirán a los niños a salir airosos de determinadas situaciones problemáticas, sino que, servirán de base para el desarrollo de muchas otras capacidades.

### **III. OBJETIVOS DEL PROGRAMA**

#### **3.1. Objetivo General**

- Disminuir el nivel de agresividad de los estudiantes del quinto grado del nivel primario de la I.E. N° 11134 del Distrito de Picsi, a través de un conjunto de actividades basadas en las teorías científicas de Lawrence Shapiro y Albert Bandura.

#### **3.2. Objetivos específicos**

- Promover en los niños adecuadas formas de pensar, a partir de actividades debidamente planificadas.
- Escenificar situaciones reales o ficticias que permitan a los niños(as) expresar sus sentimientos y emociones.
- Promover las relaciones interpersonales entre los niños(as) en las diversas sesiones de aprendizaje.
- Crear un clima afectivo entre docente - alumno, con la finalidad de que los niños se desinhiban y actúen de forma natural y espontánea.

#### **IV. ESTRATEGIAS PARA DISMINUIR LAS CONDUCTAS AGRESIVAS.**

Las estrategias que se sugiere en el presente programa, están basados en las teorías de Lawrence Shapiro y Albert Bandura; comprende 16 actividades que deben ser desarrolladas por los docentes durante 8 semanas con una duración de dos horas por cada actividad y en periodos de 2 veces por semana.

Para el cumplimiento de los objetivos, el docente deberá hacer uso de un portafolio donde archivará todos los trabajos que los alumnos realicen en el programa y además las observaciones que se crea por conveniente. Las actividades propuestas son las siguientes:

##### **ACTIVIDAD N° 1**

**NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:** “Yo Puedo Resolver un Problema” (YPRP).

**OBJETIVO:**

Desarrollar la comunicación para solucionar problemas y disminuir la agresividad en los niños.

**INTRODUCCIÓN:**

Esta es una actividad propuesta por el Dr. Lawrence Shapiro en su libro de “Inteligencia Emocional de los Niños”.

Se empieza con un juego de pares de palabras previamente definidas y que constituyen la base para poder resolver problemas. Estos pares de palabras deben ser escritas por el docente en la pizarra, de tal forma que todos los alumnos vean y se familiaricen con ellas.

**IMPORTANTE:**

Como su nombre lo indica, “Yo Puedo Resolver un Problema”, está compuesto por un conjunto de actividades, sin embargo, estas actividades son repetitivas, por lo tanto puede ser utilizado tantas veces como el docente o los padres de familia prefieran, inclusive podría seguir usándose con posterioridad a la aplicación del programa y convertirse en una práctica cotidiana para resolver problemas de manera adecuada. Es recomendable primero trabajarlo individualmente y luego de manera colectiva.

**PARTICIPANTES**

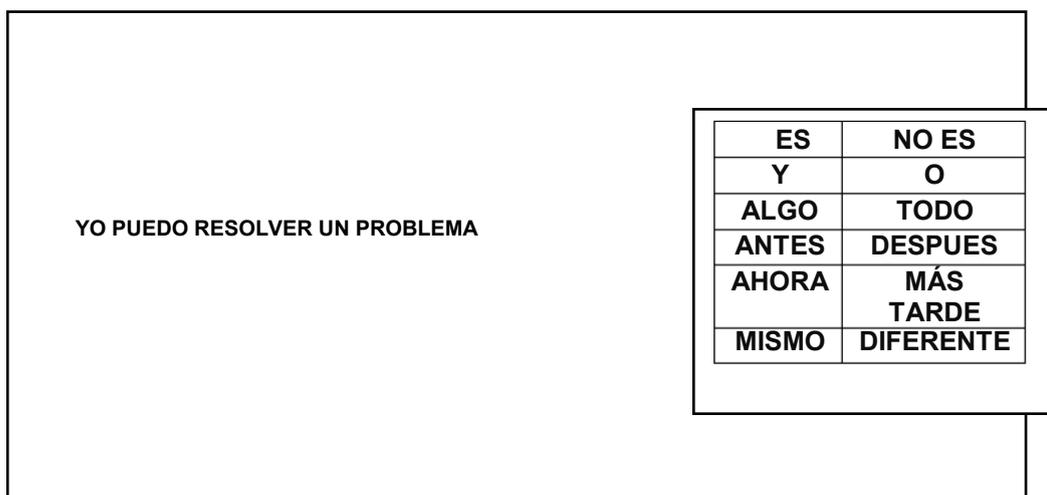
- Todos los alumnos, prefiriendo a los considerados agresivos.
- Docente.

**MATERIALES:**

- cartulina
- Plumones
- Colores
- Tijera
- Papel bond
- Goma
- Lapiceros y
- Cuadernos.

**PROCEDIMIENTO:**

- El docente debe empezar la actividad explicando a los alumnos de qué trata la misma, señalando su importancia y la manera de cómo deben ser utilizadas.
- Seguidamente el docente debe pegar la cartulina (puede utilizarse también otro material) en la pizarra y con los plumones escribir los 6 pares de palabras que serán usadas para resolver problemas.



- Luego el docente debe elegir un par de palabras para empezar a jugar con un niño (niño agresivo de nombre Manuel) creando un diálogo con ellos de la manera siguiente:

**PROFESOR:** Juguemos al ANTES y al DESPUES

**MANUEL :** Juguemos profesor.

**PROFESOR:** ¿Cogerás las cosas de sus compañeros antes o después de pedirles permiso?

**MANUEL:** Después de pedirles permiso profesor.

**PROFESOR:** Muy bien Manuel. Es cierto, ustedes pueden coger las cosas de sus compañeros sólo después de haberlas pedido permiso.

**PROFESOR:** Ahora Juguemos al ES/NO ES

MANUEL : Juguemos profesor.

PROFESOR: ¿ES bueno pelear entre compañeros?

MANUEL : NO ES bueno profesor.

PROFESOR: Muy bien Manuel. Es cierto no es bueno que entre compañeros estén peleando, pues entre compañeros debe haber armonía y comprensión.

PROFESOR: Ahora juguemos al MISMO/DIFERENTE

MANUEL : Juguemos profesor

PROFESOR : ES LO MISMO o ES DIFERENTE tener carita de contento que tener carita de enojado.

MANUEL : Es diferente.

PROFESOR : Es verdad, pues cuando tienen la carita de contento ustedes se ven más agradables, pero cuando tienen la carita de enojados se ven poco agradables.

Así sucesivamente el docente debe fomentar un diálogo prolongado con los otros alumnos tratando de influir sobre las conductas agresivas de los alumnos. Luego al final de cada actividad trabajará con todos los alumnos del aula de la manera siguiente:

PROFESOR: Juguemos con todos ustedes al ANTES y al DESPUES

ALUMNOS : Juguemos profesor.

PROFESOR: ¿Cogerán las cosas de sus compañeros antes o después de pedirles permiso?

ALUMNOS: Después de pedirles permiso profesor.

PROFESOR: Es cierto, ustedes pueden coger las cosas de sus compañeros sólo después de haberlas pedido permiso.

PROFESOR: Ahora Juguemos al ES/NO ES

ALUMNOS : Juguemos profesor.

PROFESOR: ¿ES bueno pelear entre compañeros?

ALUMNOS : NO ES bueno profesor.

PROFESOR: Es cierto no es bueno que entre compañeros estén peleando, pues entre compañeros debe haber armonía y comprensión.

PROFESOR: Ahora juguemos al MISMO/DIFERENTE

ALUMNOS : Juguemos profesor

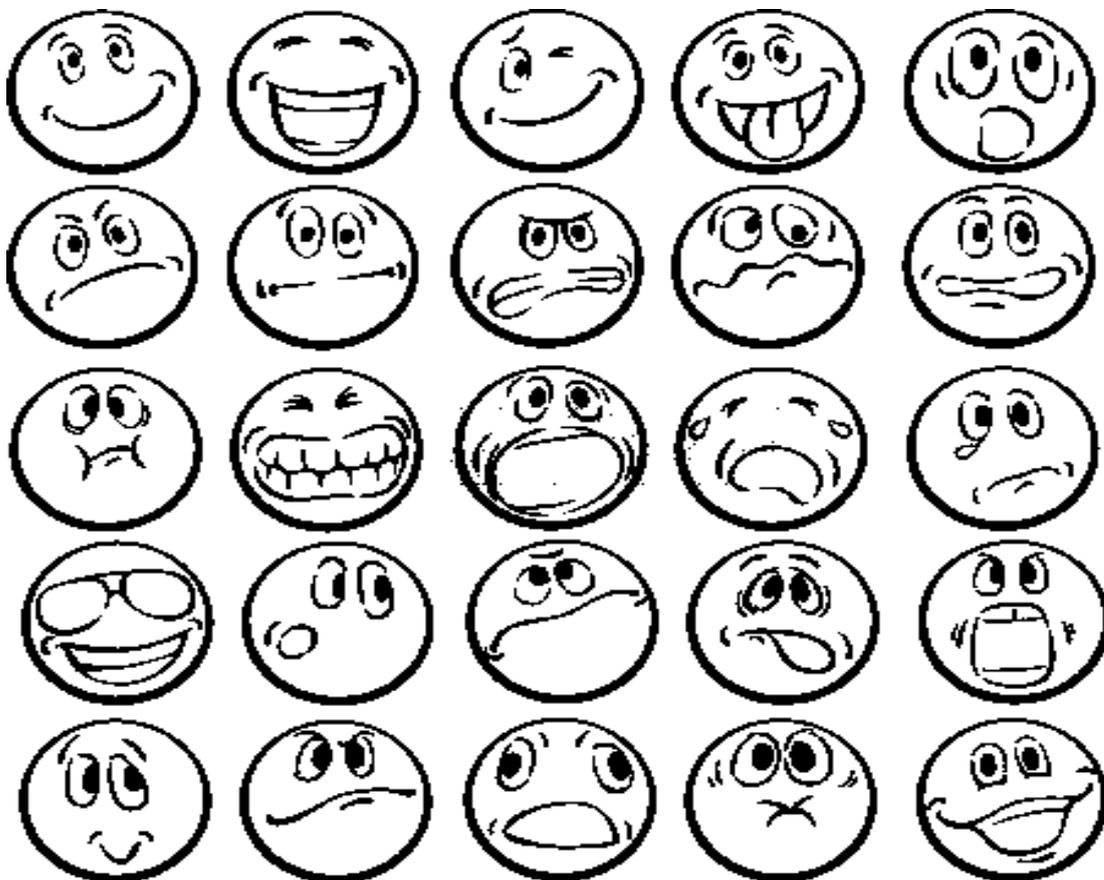
PROFESOR : ES LO MISMO o ES DIFERENTE tener carita de contento que tener carita de enojado.

ALUMNO : Es diferente.

PROFESOR : Es verdad, pues cuando tienen la carita de contento ustedes se ven más agradables, pero cuando tienen la carita de enojados se ven poco agradables.

La actividad concluye con las respectivas recomendaciones del docente y el pintado por parte de los niños de caritas que expresan emociones, las mismas que deben reconocerlas escribiendo su nombre para luego recortarlas, pegarlas en una hoja de papel bond y ser archivadas en un portafolio destinado exclusivamente para las actividades del programa.

## CARITAS PARA COLOREAR



## ACTIVIDAD N° 2

**NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:** “Mantén la calma”

**OBJETIVO:**

Aprender a controlar las propias emociones concentrándose en las propias fortalezas y objetivos buscados, haciendo oídos sordos a las críticas y burlas que no permiten avanzar.

## **INTRODUCCIÓN:**

Este tipo de juego fue utilizado por el Dr, Lawrence Shapiro en su clínica terapéutica a fin de enseñar a los niños a controlar su ira y enojo y mantener la serenidad y calma en situaciones difíciles. Este juego es practicado exitosamente en muchos países del mundo.

Al respecto el Centro Mexicano de Inteligencia Emocional (2017), dice:

“Mantén la Calma es un juego que enseña habilidades para el manejo de enojo a niños y adolescentes quienes se les dificulta manejar retos y ante los desafíos reaccionan furiosos, explosivos, y con alta intensidad en el enojo”

El Dr. Shapiro recalcando la importancia del juego “Mantén la Calma”, señala que la Educación Emocional, debe orientarse hacia la parte emocional y pensante del cerebro. Dice el autor que, el hecho de que los niños hablen sobre lo que deberían hacer cuando son el blanco de burlas no resulta suficiente; deben practicar realmente el control de su genio mientras reciben las burlas.

En nuestras propias palabras este juego consiste en hacer que uno o más niños le insulten a otro mientras éste persigue un objetivo generalmente muy valioso para él y desventajoso para el resto. Si el niño que juega se concentra, no hace caso a los insultos por más que suenen ofensivos, tiene muchísimas probabilidades de ganar. Si por el contrario, “pisa el palito” como cotidianamente se dice y hace caso a los insultos que son provocados, también el jugador tendrá muchas probabilidades... ¡pero de perder!.

## **PARTICIPANTES:**

Participan como protagonistas principales los niños considerados agresivos de las dos secciones “A” y “B” del quinto grado. Los niños no agresivos cumplen un papel secundario.

**MATERIALES:**

- 17 frutas favoritas de los niños agresivos
- Una venda para cubrir los ojos.

**PROCEDIMIENTO:**

- El docente invitará a salir de sus aulas de clase a los estudiantes del quinto grado de las secciones “A” y “B” para luego dirigirse al patio principal del Centro Educativo.
- Seguidamente el docente enunciará en qué consiste el juego y seleccionará a los participante (deben ser los niños que presentan conductas agresivas).
- Se procederá a vendar los ojos al participante.
- Se dejará la fruta en un lugar accesible de tal manera que el participante pueda encontrarlo usando el sentido del tacto.
- Un grupo de niños procederá a hablarle con palabras que le molestan al participante, tales como insultos burlas, insultos, sobrenombres, etc. sin embargo el participante no debe de hacerles caso, ignorarlos y mantener la calma a fin de que pueda ubicar a la fruta.
- El juego terminará cuando el estudiante encuentre a la fruta y se podrá repetir con el resto de participantes.
- Seguidamente se regresa al aula de clase para comentar acerca del juego. El docente debe mencionar a los estudiantes acerca de la importancia de controlar nuestras emociónes.

### ACTIVIDAD N° 3

**NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:** “Adivina quién es”

**OBJETIVO:**

Esta actividad persigue reforzar la capacidad intrapersonal del niño así como fortalecer su autoestima.

**INTRODUCCIÓN:**

El aspecto intrapersonal forma parte de la educación emocional, y, si pretendemos disminuir conductas agresivas en los niños, debemos trabajar entonces en dicho aspecto. Esta dimensión está relacionada con el “yo” interior de la persona, cómo me veo, cómo me percibo, qué idea tengo de mí mismo. La falta de autoestima es propio en niños agresivos, de ahí la importancia que debemos trabajar en mejorarla.

**IMPORTANTE:**

Para el desarrollo de esta actividad se debe pedir a los alumnos que primero mencionen adjetivos que describan personalidades, aspectos físicos y aficiones de sus amigos, familiares, vecinos, etc. El docente o guía deberá anotar en la pizarra de manera ordenada las palabras mencionadas por los estudiantes para su posterior utilización.

**PARTICIPANTES:**

Participan los alumnos en forma individual.

**MATERIALES:**

- Papel bond A4
- Tijeras
- Plumones

**PROCEDIMIENTO:**

- Luego de dar las respectivas indicaciones el docente o guía pide a los alumnos que dividan dos partes iguales una hoja de papel bond de tamaño A4.
- Seguidamente en unas de las partes de la hoja de papel los alumnos deben escribir con letras grandes y al centro su nombre.
- En la otra parte de la hoja los participantes deben de dibujar en cada esquina del papel una figura geométrica ( puede ser un cuadrado, un rectángulo, un triángulo o un círculo).
- Dentro de cada figura geométrica deben escribir: En la primera figura una característica positivo de su personalidad (alegre, amable, sincero, etc.), en la segunda figura una característica de su aspecto físico (delgado, pequeño, pelo castaño, nariz recta, etc.), en la tercera figura geométrica una afición (me gusta jugar fútbol, me gusta la natación, el vóleibol, basquetbol, etc.) y en la cuarta y última figura alguna característica de su personalidad que les gustaría mejorar ( me gustaría mejorar mi conducta, mi comportamiento, mi trato a los demás, etc.)
- Seguidamente el docente recoge las hojas de papel y al azar da lectura a las descripciones realizadas por los niños quienes deben adivinar mencionando el nombre del compañero cuyas características han sido leídas.

- Luego de haberse descrito y adivinado las características de todos los niños participantes, el docente procede a repartirlos a cada uno de ellos (procurando no darle al alumno su misma hoja de papel) para que al reverso de la hoja agreguen otras características positivas del compañero en que se trate.
- Finalmente se pedirá que cada alumno dé lecturas del nombre de su compañero y de las características positivas que ha agregado, finalizando la actividad con la entrega de la hoja de papel al respectivo alumno, quien lo anexará al portafolio del programa.

#### **ACTIVIDAD N° 4**

**NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:** “Mi hijo, mi mejor reflejo”

**OBJETIVO:**

Ayudar a los padres a reflexionar sobre ellos mismos, sobre sus actitudes con respecto a sus hijos y las consecuencias de las mismas.

**INTRODUCCIÓN:**

La familia juega un rol muy importante en la elección, internalización y práctica de actitudes valóricas las cuales comienzan a adquirirse desde la niñez. Casi sin darse cuenta el niño va adoptando ciertas conductas a través de mensajes familiares positivos o

negativos, los mismos que influyen en la personalidad de éste según como son internalizados.

### **PARTICIPANTES:**

- Los alumnos en forma individual.
- Padres de familia

### **MATERIALES:**

- Hojas grandes de papel.
- Lápices.
- Plumones.
- Tijeras.

### **PROCEDIMIENTO:**

- El docente pide a los padres que se ubiquen al lado de su hijo(a).
- Luego se dan las siguientes orientaciones:
  - ❖ Los niños se echan sobre un papelote.
  - ❖ Los padres trazan el contorno del niño con un plumón grueso.
  - ❖ Recortan las líneas trazadas de tal manera que quede la silueta.
  - ❖ Enseguida el docente pide a los niños que se retiren quedando el ambiente sólo con los padres.
  - ❖ Cada padre escribe en la silueta el nombre de su hijo y las cualidades positivas y negativas.

- ❖ Cuando todos hayan terminado, docentes y padres analizan cada una de las cualidades escritas.
- Reflexionan ante las siguientes interrogantes:
  - ¿Cuáles son las cualidades positivas de mi hijo(a)?
  - ¿Cuáles son las cualidades negativas?
  - ¿Qué hago para fortalecer sus cualidades positivas?
  - ¿Cómo soy como padre?
  - ¿Soy un buen modelo para mi hijo(a)?
  - ¿Cómo deseo que sea mi hijo(a)?
  - ¿Cómo puedo ayudarlo?
- Individualmente los padres reciben un cartel en blanco y escriben un compromiso que proponen cumplir para mejorar o promover actitudes positivas en sus hijos.
- Se finaliza la actividad con un breve comentario de los padres de familia.

## ACTIVIDAD N° 5

**NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:** “El árbol de la autoestima”

**OBJETIVO:**

Reconocerse como sujetos sociables con debilidades, fortalezas y actitudes valóricas, reflexionando acerca de las características que se quisiera cambiar.

**INTRODUCCIÓN:**

Se plantea este tema desde la estructura afectiva , explicando a los niños que cada uno tiene un mundo interior que sólo él conoce; que tiene sentimientos , pensamientos afectivos y que si no lo comunica y explica nadie lo llegará a saber.

Es importante que descubran y acepten aquellos aspectos que los hacen únicos e irrepetibles, para modificar actitudes equivocadas que tengan con respecto a ellos mismos. Esta actividad se desarrolla incidiendo en la actitud valórica de la autoestima.

**PARTICIPANTES:**

Los alumnos en forma individual.

**MATERIALES:**

- Papelotes
- Plumones
- Hojas impresas
- Colores.

**PROCEDIMIENTO:**

- El docente reparte una hoja de papel con un árbol impreso a cada niño, y dan las orientaciones necesarias de la actividad.
- En las raíces, lado izquierdo, los alumnos escriben sus debilidades y en el lado derecho sus fortalezas.
- En cada rama escriben acciones buenas que hayan realizado.

- En el tronco, debajo de cada acción colocan “El valor” que ha orientado la acción.
- Cuando todos han terminado responden a las preguntas:
  - ¿Qué han sentido al realizar la tarea?
  - ¿Les fue fácil colocar las acciones buenas?
  - ¿Reconocieron finalmente sus debilidades?
  - ¿Qué debilidades tuvieron?
- A partir de las respuestas el docente reflexiona con los niños sobre la importancia de analizar las acciones en relación con las actitudes valóricas que cada uno practica.
- En un papelote con el dibujo de un árbol, el docente escribe las debilidades, fortalezas y actitudes valóricas en el ámbito de aula, para reflexionar sobre cómo superar dichas debilidades.
- Elaborar compromisos personales para mejorar sus conductas.
- En un lugar visible del aula, el docente pega la silueta de un árbol en blanco, el cual durante un mes los niños irán anotando actitudes positivas en el ámbito de aula con las que han superado sus debilidades, responsabilidad que estará a cargo de un comité de relaciones sociales.
- Luego de un mes en forma individual realizan el proceso inicial y comparan el árbol anterior con el elaborado recientemente, observando y analizando sus cambios.

## ACTIVIDAD N° 6

**NOMBRE D E LA ACTIVIDAD:** “Reconozco mis cualidades y la de mis compañeros”

**OBJETIVO:**

Reconocer las cualidades personales y la de sus compañeros

**INTRODUCCIÓN:**

La autoestima es muy importante en las personas, muchas veces de ello depende el comportamiento del individuo. El Dr. Lawrence Shapiro en su libro “Inteligencia Emocional de los Niños” dice que los niños agresivos generalmente tienen una autoestima baja. Siguiendo este aporte de Shapiro se propone la siguiente actividad a fin de disminuir la conducta agresiva de los niños.

**PARTICIPANTES:**

Todos los niños de las dos secciones “A” y “B” incluyendo los niños considerados agresivos y no agresivos.

**MATERIALES:**

- Una ficha impresa conteniendo nombre y muchos adjetivos calificativos de los niños como se muestra a continuación:

-

**TENGO LAS SIGUIENTES CUALIDADES:**

**MI NOMBRE ES:** -----

- |   |   |
|---|---|
| 1. Soy un buen amigo o amiga              | 31. Me relaciono con la gente con facilidad     |
| 2. Escribo bien                           | 32. Tengo buen humor                            |
| 3. Tengo buena memoria                    | 33. Soy cuidadoso o cuidadosa con las cosas     |
| 4. Pienso antes de actuar                 | 34. Soy comprensivo o comprensiva con los demás |
| 5. Soy constante en las cosas que empiezo | 35. Me gusta ayudar a los demás                 |
| 6. Soy deportista                         | 36. Soy responsable                             |
| 7. Soy buen compañero o compañera         | 37. Me concentro con facilidad                  |
| 8. Soy colaborador o colaboradora         | 38. Soy trabajador o trabajadora                |
| 9. Escucho a los demás                    | 39. Hablo bien en público                       |
| 10. Sé guardar un secreto                 | 40. Las dificultades no me desaniman            |
| 11. Comparto con los demás                | 41. Me acepto como soy                          |
| 12. Me esfuerzo                           | 42. Defiendo mis ideas                          |
| 13. Bailo bien                            | 43. Tengo buena imaginación                     |
| 14. Soy limpio o limpia                   | 44. Es difícil que me desanime                  |
| 15. Tengo unos ojos bonitos               | 45. Me gusta mi aspecto físico                  |
| 16. Canto bien                            | 46. Me intereso por las noticias                |
| 17. Soy bueno o buena en algunos juegos   | 47. Soy educado o educada                       |
| 18. Leo bien                              | 48. Aprendo con facilidad                       |
| 19. Tengo buenas ideas                    | 49. Consigo lo que me propongo                  |
| 20. Se me dan bien las Matemáticas        | 50. Reconozco mis errores                       |
| 21. Aprendo canciones con facilidad       | 51. Me entretengo con facilidad                 |
| 22. Soy ordenado u ordenada               | 52. Aprendo de los errores                      |
| 23. Me gusta el Inglés                    | 53. Intento resolver mis propios problemas      |
| 24. Dibujo bien                           | 54. Tengo capacidad de motivarme                |
| 25. Tengo un pelo bonito                  | 55. Soy alegre                                  |
| 26. Cuido mi salud                        | 56. Suelo defenderme de las injusticias         |
| - 27. Caigo bien a los demás              | 57. No me dejo llevar por los demás             |
| 28. Soy guapo o guapa                     | 58. Me gusta aprender cosas nuevas              |
| 29. Me porto bien en casa                 | 59. Ayudo en casa                               |
| 30. Soy fuerte                            | 60. Soy buena persona                           |

## **PROCEDIMIENTO:**

### **a) Reconocimiento de las cualidades por uno mismo**

- El docente explica a los niños que todos somos importantes y valiosos y que debemos reconocer nuestras características así como valorar a las demás personas.
- Seguidamente reparte a cada uno de los estudiantes una ficha impresa conteniendo muchas cualidades positivas como las mostradas anteriormente.

- Cada uno lee personalmente la lista de cualidades personales.
- Cada vez que encuentre una que en alguna medida posee, le pintará de color amarillo pondrá un pequeño guion a la izquierda del número.
- Seguidamente leerá solo las cualidades que ha pintado y señalará de todas ellas siete cualidades que considere más destacables en su propia persona.
- De las siete que ha destacado como máximo, señalará las tres cualidades que para él son más importantes.

**b) Reconocimiento de las cualidades por los demás**

Esta actividad sirve para que el alumno o alumna tome conciencia de las cualidades que ven en él sus amistades o personas significativas. Se seguirán los siguientes pasos:

- El alumno o alumna completará su nombre en la hoja y se la entregará a algún compañero o compañera con el que tenga cierto nivel de amistad y que le gustaría que completara la actividad.
- El compañero leerá la lista de cualidades personales y señalará aquellas que considera que su amigo posee en alguna medida; lo hará pintando de color amarillo la cualidad escogida.

- Seguidamente leerá solo las cualidades que ha pintado de amarillo de un máximo de siete que considere más destacables en su amigo o amiga.
- De las siete que ha destacado como máximo, señalará las tres cualidades que para él son más importantes.
- Finalmente el docente comentará las fichas de los estudiantes priorizando leer la de los niños agresivos.

### **ACTIVIDAD N° 7**

**NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:** “El chicle saltarín”

**OBJETIVO:**

Describir el valor de la convivencia identificando formas de pensar aunque sean distintas a las suyas.

**PARTICIPANTES:**

- Niños
- docente.

**PROCEDIMIENTO:**

- El juego empieza con las respectivas indicaciones por parte del docente o la persona que dirige la actividad.

- Sseguidamente los niños empiezan a moverse por el aula o espacio destinado para el desarrollo de la actividad, luego empiezan a saltar con ambos pies de tal manera que imiten a un chicle.
- En este juego, cada jugador representa ser un trozo de chicle que salta al ritmo de “ñam-ñam-ñam”.
- Los niños saltan por el salón o espacio destinado para el desarrollo de la actividad, con las piernas juntas, libremente, sin música, y diciendo mientras saltan “ñam-ñam - ñam”.
- Al momento que una porción de chicle se choca con otro, se quedarán pegados como si fuera uno solo, y así van poco a poco enlazándose todos los integrantes del grupo hasta que forman una gran masa de chicle saltando todos al mismo tiempo. Y así sucesivamente se van repitiendo unas tres o cuatro veces.
- El docente o la persona que dirigió la actividad lo concluirá felicitando a los alumnos por su buen comportamiento y orden en su realización. Los alumnos expresaran de manera oral ¿Qué es lo que sintieron? ¿Si lograron juntar las partes del cuerpo que se les pidió? y ¿DE qué manera puedes mostrar respeto por tus compañeros?

**ACTIVIDAD N° 8**

**NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:** “Solución de Problemas”

**OBJETIVO:**

Adquirir capacidades para dar solución de manera armónica a los problemas que se presente entre compañeros.

**TIEMPO:** 40 minutos.

**ORIENTACIÓN:**

El docente o guía invita a escuchar con atención el cuento que trata sobre el problema que tiene la tortuguita y seguidamente invita a los niños a resolver algunos inconvenientes presentados.

**PROCEDIMIENTO:**

- Empezaremos proponiendo a los alumnos un problema extraído de la realidad, de preferencia uno que haya sucedido en la escuela o el aula de clase para invitarle a proponer alternativas de solución. Por ejemplo:

Ejemplo: “Mario arroja una silla en mitad del salón y empieza a arrastrarla. Se da cuenta que la mesa de Juan está en su camino y que si sigue arrastrándola la silla tropezará con él. ¿Qué puede hacer Mario?”

Estudiante: “Mario tiraría la silla y le daría a Juan”

Docente: “¿qué pasaría?”

Estudiante: “Juan se pondría furioso y le pegaría a Mario en la cabeza o discutirían”

Estudiante: “el profesor les castigaría a los dos”

Docente: “¿qué otras cosas podría hacer Mario?”

Estudiante: “pedirle a Juan que se apartara”

Estudiante: “Juan no se movería”

Estudiante: “entonces Mario apartaría a Juan fuera de su camino”

Estudiante: “Mario tendría que mover su silla por otro sitio, alrededor de Juan”.

Estudiante: “pero hacer eso es demasiado trabajo”

Estudiante: “pero Mario no se metería en líos y podría entrar en la lotería de la Tortuga”

Docente: “entonces, ¿cuál sería la mejor cosa que Mario puede hacer para no meterse en líos, y entrar a participar en la tortuga?”

Estudiante: “Mario debería moverse esquivando a Juan para no molestarle”.

Docente: “correcto, de esa forma no entraría en líos, no se pelearían y podría entrar en el juego”. Es recomendable que se repitan estos diálogos de la manera más cordial posible de tal manera que anime la participación de todos los niños.

- El aula analizará cada una de las alternativas de solución propuestas a fin de elegir la más adecuada y aprendan el verdadero significado de lo que es una “solución adecuada”.
  
- Seguidamente se forma grupos pequeños de 4 ó 5 niños y se le da a cada grupo un problema para que los alumnos propongan alternativas de solución.
  
- Cada grupo expone frente al resto las decisiones tomadas para dar solución al problema que les ha correspondido.

- La actividad termina con las orientaciones del docente acerca de la importancia de saber tomar decisiones adecuadas y en consenso para dar solución a los problemas que se presenten en la vida cotidiana.

## **ACTIVIDAD N° 9**

**NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:** Autocontrol de Emociones Negativas.

### **TÉCNICA DEL SEMÁFORO:**

La técnica del semáforo es de muy fácil realización que puede ser aplicada en la escuela por los maestros e inclusive en el hogar por los padres de familia.

Esta técnica es bastante recomendable para fomentar el autocontrol emocional, especialmente cuando se trata de emociones negativas ya sea básicas o derivadas. Si se pone en práctica esta técnica, es muy posible que los alumnos desarrollen capacidades para que de manera indirecta controlen la parte inconsciente del cerebro a través de la representación de colores (rojo, verde y amarillo) que a su vez traen consigo un significado de las emociones.

### **PROCEDIMIENTO:**

Lo primero que se tiene que hacer es enseñar a los niños a asociar determinado color con determinada actuación a desarrollar. Veamos:

**COLOR ROJO:** Significa **PARARSE**. Este color y esta actitud debemos tomar cuando nos sentimos bastante nerviosos, impulsivos, con muchísima rabia, cólera, estados de agresividad. Se debe enseñar a los niños que cuando se sienta similares estados como los señalados se debe imitar a un automóvil que ante la luz roja de un semáforo se detiene.

**COLOR AMARILLO:** Significa **PENSAR**, luego de haber identificado el color rojo y haberse detenido, es momento a ponerse a pensar e identificar cuál es el problema que se ha presentado y que es lo que está sintiendo.

**COLOR VERDE:** Significa **SOLUCIONARLO**, en este momento es el indicado para pensar qué se debe hacer, qué acciones se debe tomar y cuáles serían las alternativas de solución al problema previamente identificado.

Para facilitar el aprendizaje de relación entre el color de la luz del semáforo y la acción a realizar se debe pegar en un mural con letras grandes de tal manera que se pueda visualizar lo siguiente:

Luz Roja. PASO 1 : ALTO, cálmate y piensa antes de actuar.

Luz Amarilla. PASO 2: PIENSA en alternativas de solución y sus consecuencias.

Luz Verde. PASO 3 : ADELANTE y pon en práctica la mejor alternativa de solución.

**IMPORTANTE:** Esta actividad para optimizar sus resultados deben ponerse en práctica en distintas situaciones y no solamente en el desarrollo del Programa de educación Emocional

## ACTIVIDAD N° 10

**NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:** “El juego del nombre”

**OBJETIVO:** Propiciar el autoconocimiento en los niños.

A través de este juego el niño aprenderá a reconocer sus cualidades positivas, ello le permitirá conocerse mejor. Así mismo, este juego permite atribuirse aspectos positivos a su personalidad, siendo que, inconscientemente tratará de serlo conforme se ha descrito.

**PROCEDIMIENTO:**

- El docente reparte dos hojas de papel en blanco a los niños
- Seguidamente les da indicaciones para que en la primera hoja escriban con letras grandes su nombre y sus apellidos.
- En esta misma primera hoja de papel los niños deben escribir con cada letra de su nombre una cualidad que resalta en ellos. Por ejemplo, si su nombre es MILTON, sus posibles cualidades podría ser magnífico, intacto, loable, tierno, orador y natural.
- Luego en la segunda hoja se pide que los niños escriban el nombre de alguna persona o familiar a quienes recuerdan que ha influido en su vida y de la misma manera que el procedimiento anterior deben con las letras del nombre crear palabras de la manera de cómo han influido. De esta manera se crea una relación entre el concepto que tienen de ellos mismos y las cualidades que han sido asociadas.
- La actividad concluye dando a conocer los niños de manera pública ante sus compañeros, las cualidades que han sido identificadas. Estas hojas de trabajo deben ser aneadas al portafolio del Programa de Educación Emocional.

## ACTIVIDAD N° 11

**NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:** “El robot cooperativo”

**OBJETIVO:**

Fomentar la cooperación en niños que por diversas razones no se suelen llevar bien o no existe entre ellos afán de cooperación.

**INTRODUCCIÓN:**

El Robot cooperativo es un juego de cooperación que debe ser practicado con niños que no tienen una amistad cordial y por el contrario mantienen incluso una rivalidad.

Consiste en hacer que tres niños funcionen como un robot donde uno de ellos (el que se ubicará al centro) será el cerebro y los otros dos (los que se ubicarán al costado del cerebro) serán los brazos y piernas del cerebro quienes deben realizar funciones coordinadamente tal como el cerebro ordena. Los tres alumnos deben funcionar como un solo robot por lo que sus movimientos deben ser coordinados y deben permanecer muy unidos.

Shapiro (1997), dice respecto a este juego lo siguiente:

“El juego del robot cooperativo es una actividad divertida para tres personas: me gusta recomendarlo a las familias en las que existe una gran rivalidad entre hermanos o en las que los niños están atravesando una etapa particularmente "no cooperativa".(p.129)

**PARTICIPANTES:**

- Participan tres alumnos (de preferencia aquellos que no se llevan bien)
- El docente.
- Los demás niños (como observadores)

**MATERIALES:**

No se necesita de ningún material, sin embargo, el docente puede incorporar al juego materiales que contribuya al objetivo del juego.

**PROCEDIMIENTO:**

- El docente inicia la actividad con una breve explicación a los alumnos sobre en qué consiste el juego, mencionándoles que los alumnos elegidos deben funcionar como un robot.
- Seguidamente el docente elige a tres alumnos considerados rivales o que no se llevan bien en la escuela.
- De los tres alumnos el docente debe elegir quién será el cerebro (puede haber después cambio de roles entre los tres alumnos).
- Una vez en frente del aula o al centro del patio de la escuela, el cerebro ordena qué actividad debe realizar su cuerpo, por ejemplo dirá: hoy debo dibujar en la pizarra una carita feliz (el cerebro y sus miembros se desplazarán hacia la pizarra a realizar

la tarea), hoy debo borrar la pizarra, hoy debo barrer el salón, hoy debo ordenar los libros de la biblioteca, etc.

- El docente podrá hacer intercambio de roles entre los tres alumnos, elegir nuevos alumnos y continuar el juego varias veces.
- Finalmente el docente preguntará a los alumnos participantes de cómo se sintieron, realizará también a los demás niños preguntas tales como ¿qué hubiera pasado si los brazos no hacían lo ordenado por el cerebro?, ¿Por qué será importante que exista coordinación entre cerebro y las demás partes del cuerpo?, ¿Qué podemos entender por cooperación?, etc.
- Los alumnos deben responder a las preguntas anteriores escribiendo en una hoja de papel donde deben consignar sus respectivos nombres.
- El trabajo debe adjuntarse al portafolio del programa de Educación Emocional.

## **ACTIVIDAD N° 12**

**NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:** “Voleibol cooperativo”

**OBJETIVO:**

Fomentar la cooperación entre estudiantes

**INTRODUCCIÓN:**

Este es otro de los juegos que fomentan la cooperación entre estudiantes. Esta actividad que es muy divertida consiste en que pequeños grupos de niños formados previamente (de 3 a 5 niños), mantengan un globo en el aire, para la cual ninguno de sus integrantes debe tocar el globo sin que todos lo hayan hecho al menos una vez. Cada pequeño grupo debe tratar de mantener el globo en el aire el mayor tiempo posible.

**PARTICIPANTES:**

Participarán todos los alumnos.

**MATERIALES:**

- Varios globos de colores.
- Un reloj.

**PROCEDIMIENTO:**

- El docente invita a los alumnos a salir del aula de clase y se dirigirán hacia el patio de la escuela.
- El docente empezará la actividad dando las respectivas indicaciones a los estudiantes, luego los alumnos formarán un círculo al centro del patio.
- Se procederá a inflar los globos
- Los alumnos elegidos para el juego (de preferencia los niños considerados agresivos) pasarán al centro del círculo para realizar el juego.

- Los alumnos elegidos empezarán el juego y tratarán de mantener el globo en el aire el máximo tiempo que les fuera posible; sin embargo, ningún integrante del grupo puede tocar el globo sin que sus compañeros lo hayan golpeado una vez.
- El docente debe controlar el tiempo en que los alumnos mantienen el globo en el aire.
- Se podrá elegir a nuevos grupos para seguir realizando el juego.
- Ganará el grupo que mantuvo más tiempo el globo en el aire y aquel que respetó las reglas del juego.
- Finalmente el docente invita a los alumnos a regresar a su aula donde deben responder a preguntas de cómo se sintieron, qué hicieron para mantener el globo en el aire por un buen tiempo, qué hubiera pasado si en el momento cuando a un alumno le tocaba su turno de golpear no lo hubiera hecho, etc.
- Las respuestas de los alumnos debe anotarse en una hoja de papel, consignar su nombre y archivar en el portafolio del programa.

### **ACTIVIDAD N° 13**

**NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:** “Acercarse un poco más”

**OBJETIVO:**

Fomentar la cooperación, concentración y el buen humor entre estudiantes.

**INTRODUCCIÓN:**

El buen humor siempre debe tenerse presente para disminuir las conductas agresivas. Cuando el cerebro produce serotonina (la serotonina es un neurotransmisor que produce bienestar) el organismo se siente bien. Estudios han demostrado que los niños agresivos son generalmente mal humorados. Por lo tanto se debe propiciar actividades que genere buen humor en los estudiantes.

Para este juego es necesario contar con 10 pelotas pequeñas del mismo tamaño y color, a excepción de una de ellas que debe de ser de diferente color pero de la misma forma, a esta última se le llamará la pelota "más cerca".

**PARTICIPANTES:**

- Participan todos los alumnos, sin embargo los niños considerados agresivos deben participar en los juegos que se repiten.

**MATERIALES:**

- Una caja pequeña de preferencia que sea de metal.
- 10 pelotas de tenis, de las cuales nueve deben ser del mismo color.

**PROCEDIMIENTO:**

- El docente debe iniciar la actividad invitando a los alumnos a salir del aula con dirección al patio de la escuela.
- El docente inicia el juego dando las indicaciones pertinentes.

- Se coloca la caja al centro del patio ( este será la meta)
- Se colocará una línea de inicio ubicada aproximadamente a un metro de distancia de la meta.
- El primer niño en jugar debe arrojar la pelotita "más cerca" y debe hacerlo desde atrás de la línea de inicio, tratando de hacerla llegar lo más aproximado posible a la meta.
- Los demás niños que participan el juego ruedan por turnos las otras pelotas desde la parte anterior a la línea de inicio tratando de tocar ligeramente la pelota "más cerca" hasta que esta pelota toque la caja.
- El juego sigue hasta el momento que la pelita "más cerca" choca el costado de la caja-meta.
- El docente puede repetir el juego con otro grupo de niños.
- Finalmente el docente invita a los alumnos a regresar a su aula donde deben responder a preguntas de cómo se sintieron, qué hicieron para ganar el juego, etc.
- Las respuestas de los alumnos deben anotarse con su respectivo nombre y apellidos para posteriormente archivarse en el portafolio del Programa.

## ACTIVIDAD N° 14

**NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:** “Hockey de aire cooperativo”

**OBJETIVO:**

Fomentar el trabajo en equipo entre estudiantes.

**INTRODUCCIÓN:**

En este juego recomendado por el Dr. Lawrence Shapiro para tratar niños agresivos, pone en práctica la importancia de la cooperación en el desarrollo de actividades. Generalmente, la agresividad surge precisamente porque no se sabe trabajar de manera cooperativa, he aquí una forma para superarla a través de un juego divertido.

**PARTICIPANTES:**

- Los niños considerados agresivos jugarán en parejas. Pueden también formar parejas un niño considerado agresivo con otro que no lo es.

**MATERIALES:**

- Ocho lápices,
- Una taza,
- Dos pajitas y
- Un rollo de papel.

**PROCEDIMIENTO:**

- El docente invita a los alumnos a salir del aula y da las indicaciones respectivas.
- Se comienza el juego haciendo un "cuadrado doble" con los lápices. Cada niño toma una pajita y soplando ambos deben introducir el papel en el cuadrado previamente formado. Posteriormente, soplando los jugadores a través de la pajita deben introducir el papel en la taza, para agregarle emoción al juego se puede otorgar un límite de tiempo a los participantes.
- De la misma manera que las otras actividades, el docente invita a los alumnos a regresar al aula donde deben responder a preguntas en las respectivas hojas de papel para luego adjuntarse al portafolio.

**ACTIVIDAD N° 15**

**NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:** “La tortuga valiente”

**OBJETIVO:**

Propiciar la calma de los niños agresivos en situaciones problemáticas.

**INTRODUCCIÓN:**

Esta técnica debe practicarse cotidianamente en el aula, pero independientemente a que sea así, debe realizarse una actividad para que una vez aprendida la técnica, sea realizada continuamente o al menos cuando la situación lo amerite.

El Dr. Shapiro dice al referirse a la técnica de la tortuga que la utiliza cuando trabaja con niños inclinados a pelearse con otros. Esta técnica es muy sencilla y sobre todo los niños se sentirán a gusto al ponerla en práctica, en realidad pensarán que se trata solo de un juego, sin embargo, se trata también de un truco psicológico.

#### **PARTICIPANTES:**

- Participan todos los niños del aula

#### **MATERIALES:**

- Ficha conteniendo el cuento “La tortuga Valiente y el Monstruo”

#### **PROCEDIMIENTO:**

- El docente inicia la actividad contando el cuento de “La Tortuga Valiente y el Monstruo”.
- Los alumnos responden a preguntas formuladas por el docente acerca del cuento antes indicado.
- Seguidamente el docente presenta una lámina donde estará la imagen de una tortuga valiente.
- Invitara a los niños a que en grupos de tres imiten a la tortuga valiente, debiendo los niños pasear dentro del aula imitando a la tortuga.
- Finalmente los niños deben dibujar a la tortuga valiente y su trabajo adjuntarse al portafolio del programa.

## ACTIVIDAD N° 16

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: “Observo y aprendo”

OBJETIVO: Aprender conductas positivas a través de la imitación

INTRODUCCIÓN:

Recogiendo los aportes de Albeth Bandura en su valiosa teoría del Aprendizaje por Observación, se pretende a través de esta actividad identificar conductas positivas en algunos niños que pueden ser de la misma aula, u otros sujetos que podrían servir como modelos, las mismas que con el apoyo de quien realiza la actividad, los propios niños que observaron podrán identificar y resaltar los aspectos positivos de la conducta observada para imitarlos y ponerlos en práctica en su vida diaria.

IMPORTANTE

Recordemos que las conductas que se presentan a los niños para que los observen, deben ser aquellas que pretendemos que sean imitadas por los niños considerados agresivos, por tanto, las conductas que servirán como modelos deben ser aquellas que transmitan serenidad y calma ante situaciones difíciles.

PARTICIPANTES:

- Docente
- Todos los niños del aula
- Niños modelo

**MATERIALES:**

- Hoja de papel bond en blanco
- Lapicero

**PROCEDIMIENTO:**

- Se inicia la actividad con una pequeña introducción que podría dar el docente acerca de la importancia del buen comportamiento que se debe tener.
- Seguidamente se elige a un estudiante (modelo) con conductas ejemplares. De manera adicional se puede complementar con videos.
- El docente presenta al niño modelo y pide a los otros a que reconozcan las conductas positivas en él. Cada conducta reconocida por los niños debe ser comentada brevemente por el docente. Esta parte se puede repetir con otros niños considerados también modelos.
- Si se va a trabajar con videos, es necesario a que sean visualizados en un lugar apropiado. Posterior a haber sido vistos, el docente debe pedir a los niños a que reconozcan las conductas consideradas positivas en los personajes, qué personaje les ha gustado más y porqué, con quienes se identificarían, etc.
- Los participantes anotarán en la hoja de papel bond las conductas identificadas como positivas. Posteriormente esta hoja debe ser colocada en el portafolio del programa de Educación Emocional.
- Se concluye esta actividad incentivando a los niños a imitar los comportamientos positivos observados.

- En el caso de los videos visualizados se recomienda que como actividad extensiva los niños redacten con sus propias palabras todo lo observado. El producto será anexado al portafolio del programa.