

UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR
FACULTAD DE HUMANIDADES
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA (FDS)

AGRESIVIDAD Y ADAPTACIÓN EMOCIONAL

(Estudio realizado con los estudiantes de tercero básico del Instituto Mixto de Educación Básica por Cooperativa IMEBAC de la aldea Santa Rita del municipio de Salcajá, del departamento de Quetzaltenango)

TESIS DE GRADO

KARLY DESURY GÍATAZ HERRERA
CARNET 16394-12

QUETZALTENANGO, ENERO DE 2018
CAMPUS DE QUETZALTENANGO

UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR
FACULTAD DE HUMANIDADES
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA (FDS)

AGRESIVIDAD Y ADAPTACIÓN EMOCIONAL

(Estudio realizado con los estudiantes de tercero básico del Instituto Mixto de Educación Básica por Cooperativa IMEBAC de la aldea Santa Rita del municipio de Salcajá, del departamento de Quetzaltenango)

TESIS DE GRADO

**TRABAJO PRESENTADO AL CONSEJO DE LA FACULTAD DE
HUMANIDADES**

POR

KARLY DESURY GÍATAZ HERRERA

PREVIO A CONFERÍRSELE

EL TÍTULO DE PSICÓLOGA EN EL GRADO ACADÉMICO DE LICENCIADA

QUETZALTENANGO, ENERO DE 2018
CAMPUS DE QUETZALTENANGO

AUTORIDADES DE LA UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR

RECTOR: P. MARCO TULIO MARTINEZ SALAZAR, S. J.
VICERRECTORA ACADÉMICA: DRA. MARTA LUCRECIA MÉNDEZ GONZÁLEZ DE PENEDO
VICERRECTOR DE INVESTIGACIÓN Y PROYECCIÓN: ING. JOSÉ JUVENTINO GÁLVEZ RUANO
VICERRECTOR DE INTEGRACIÓN UNIVERSITARIA: P. JULIO ENRIQUE MOREIRA CHAVARRÍA, S. J.
VICERRECTOR ADMINISTRATIVO: LIC. ARIEL RIVERA IRÍAS
SECRETARIA GENERAL: LIC. FABIOLA DE LA LUZ PADILLA BELTRANENA DE LORENZANA

AUTORIDADES DE LA FACULTAD DE HUMANIDADES

DECANO: MGTR. HÉCTOR ANTONIO ESTRELLA LÓPEZ, S. J.
VICEDECANO: DR. JUAN PABLO ESCOBAR GALO
SECRETARIA: MGTR. ROMELIA IRENE RUIZ GODOY

NOMBRE DEL ASESOR DE TRABAJO DE GRADUACIÓN
MGTR. ALMA GUICELA LIMA APARICIO DE SANCHEZ

REVISOR QUE PRACTICÓ LA EVALUACIÓN
LIC. MARÍA MARCELA GUILLEN PÉREZ DE REYES

AUTORIDADES DEL CAMPUS DE QUETZALTENANGO

DIRECTOR DE CAMPUS:	P. MYNOR RODOLFO PINTO SOLIS, S.J.
SUBDIRECTORA ACADÉMICA:	MGTR. NIVIA DEL ROSARIO CALDERÓN
SUBDIRECTORA DE INTEGRACIÓN UNIVERSITARIA:	MGTR. MAGALY MARIA SAENZ GUTIERREZ
SUBDIRECTOR ADMINISTRATIVO:	MGTR. ALBERTO AXT RODRÍGUEZ
SUBDIRECTOR DE GESTIÓN GENERAL:	MGTR. CÉSAR RICARDO BARRERA LÓPEZ

Quetzaltenango, 31 de octubre de 2017

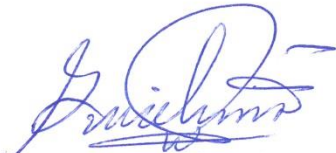
Ingeniera
Nivia Calderón
Sub directora Académica
Universidad Rafael Landívar
Campus de Quetzaltenango
Su despacho.

Estimada Ingeniera:

Por este medio hago de su conocimiento que he revisado la tesis titulada: **AGRESIVIDAD Y ADAPTACIÓN EMOCIONAL**, estudio realizado con los estudiantes de tercero básico del Instituto Mixto de Educación Básica por Cooperativa IMEBAC de la aldea Santa Rita del Municipio de Salcajá, del departamento de Quetzaltenango. Elaborada por la estudiante **KARLY DESURY GIATAZ HERRERA**, quien se identifica con carné número **1639412**, de la carrera de Licenciatura en Psicología (FS), la cual considero cumple con los lineamientos requeridos por la universidad.

Por lo anteriormente expuesto emito dictamen favorable, para que dicho trabajo continúe el trámite administrativo previo a la defensa del mismo.

Sin otro particular me suscribo atentamente,



Mgtr. Alma Guicela Lima de Sánchez
Asesora
Colegiado 6,917

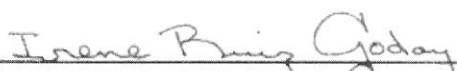
Orden de Impresión

De acuerdo a la aprobación de la Evaluación del Trabajo de Graduación en la variante Tesis de Grado de la estudiante KARLY DESURY GÍATAZ HERRERA, Carnet 16394-12 en la carrera LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA (FDS), del Campus de Quetzaltenango, que consta en el Acta No. 0578-2018 de fecha 4 de enero de 2018, se autoriza la impresión digital del trabajo titulado:

AGRESIVIDAD Y ADAPTACIÓN EMOCIONAL
(Estudio realizado con los estudiantes de tercero básico del Instituto Mixto de Educación Básica por Cooperativa IMEBAC de la aldea Santa Rita del municipio de Salcajá, del departamento de Quetzaltenango)

Previo a conferírsele el título de PSICÓLOGA en el grado académico de LICENCIADA.

Dado en la ciudad de Guatemala de la Asunción, a los 5 días del mes de enero del año 2018.



MGTR. ROMELIA IRENE RUIZ GODOY, SECRETARIA
HUMANIDADES
Universidad Rafael Landívar

Dedicatoria

A Dios: Por darme sabiduría, inteligencia y fuerzas en todo momento para poder culminar esta etapa de mi vida.

A la Virgen María: Por guiarme a lo largo de mi carrera, para que a través de ella pueda ayudar al prójimo profesionalmente.

A mis Padres: Por el apoyo incondicional, amor y comprensión durante este proceso de crecimiento y formación académica.

A mi Hermana: Por su cariño, apoyo y carisma, que me fortalecían para seguir adelante en mi preparación académica.

**A mis Amigos
y Amigas:** Por ser parte de mi vida, por todos los momentos vividos durante esta etapa maravillosa y por dejar huellas inolvidables.

**A la Universidad
Rafael Landívar:** Por ser el centro de estudios que me abrió sus puertas para formarme profesionalmente y adquirir conocimientos que puedo poner en práctica para ayudar al prójimo.

Índice

	Pág.
I. INTRODUCCIÓN.....	1
1.1 Agresividad.....	7
1.1.1 Definición.....	7
1.1.2 Causas.....	7
1.1.3 Clasificación de la agresividad.....	9
1.1.4 Sintomatología.....	11
1.1.5 Antecedentes de la agresión.....	12
1.1.6 Prevención en los estudiantes.....	13
1.1.7 Tratamiento.....	14
1.2 Adaptación emocional.....	20
1.2.1 Definición.....	20
1.2.2 Proceso de adaptación.....	20
1.2.3 Adaptabilidad y desarrollo psicológico.....	21
1.2.4 Las emociones.....	22
1.2.5 Tipos de emociones.....	25
1.2.6 Analfabetismo emocional.....	28
1.2.7 Tratamiento.....	29
II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	31
2.1 Objetivos.....	32
2.1.1 Objetivo general.....	32
2.1.2 Objetivo específicos.....	32
2.2 Variables.....	33
2.3 Definición de variables.....	33
2.3.1 Definición conceptual de la variables.....	33
2.3.2 Definición operacional de las variables.....	33
2.3 Alcances y límites.....	34
2.4 Aporte.....	34

III.	MÉTODO.....	35
3.1	Sujetos.....	35
3.2	Instrumento.....	35
3.3	Procedimiento.....	36
3.4	Tipo de investigación, diseño y metodología estadística.....	37
IV.	PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS.....	39
V.	DISCUSIÓN.....	44
VI.	CONCLUSIONES.....	47
VII.	RECOMENDACIONES.....	48
VIII.	REFERENCIAS.....	49
	ANEXOS.....	52

Resumen

Dentro de la adolescencia se presentan cambios inevitables, la agresividad para los jóvenes es una alternativa que les ayuda a dirigir las emociones cuando se sienten frustrados ante varias situaciones, no obstante, es preciso que el ambiente en el que se desenvuelvan se fomente una buena adaptación emocional para que puedan ajustarse mejor y demostrar los sentimientos adecuadamente, por lo anterior se llega al cuestionamiento ¿Cuál es el perfil de agresividad y el nivel de adaptación emocional en los adolescentes?. El objetivo del estudio fue determinar el perfil de agresividad y el nivel de adaptación emocional que manifiestan los estudiantes.

La investigación es de tipo cuantitativa, de diseño descriptivo; se trabajó con 66 estudiantes de tercero básico del Instituto Mixto de Educación Básica por Cooperativa IMEBAC de la Aldea Santa Rita del municipio de Salcajá, del departamento de Quetzaltenango, los test psicométricos utilizados fueron el Cuestionario de Agresividad Premeditada e Impulsiva en Adolescentes CAPI-A y el Cuestionario de adaptación para adolescentes de Hugh Bell.

Se llegó a la conclusión de que en los adolescentes investigados se manifiesta un perfil de agresividad impulsiva en las actitudes y un nivel de adaptación emocional normal. Se recomendó crear programas para los estudiantes, que brinden herramientas e identifiquen las emociones para que a partir de ello, se obtenga un mayor control emocional y desenvolverse de forma adecuada en varias situaciones, también capacitar a los docentes para que apoyen a los estudiantes, con técnicas psicopedagógicas útiles en el contexto escolar.

Palabras Claves: Agresividad, adaptación emocional, estudiantes.

I. INTRODUCCIÓN

Actualmente la sociedad es afectada por la manifestación de la agresividad, se ven diariamente muertes de personas inocentes causadas sin piedad ni compasión, unas de las muchas causas son la poca conciencia, humanismo y adaptación emocional que posee cada individuo y la influencia del contexto en el que vive y que como consecuencia conlleva un nivel de agresividad alto y un desequilibrio emocional. Un factor que puede desencadenar la agresividad y la desadaptación emocional en los jóvenes es la frustración de encontrarse frente a circunstancias que ellos solos no pueden afrontar y resolver, o a la poca atención que posean de parte de los progenitores, en consecuencia, los padres tienen un rol importante dentro de la vida de los hijos y ello implica brindarles seguridad, confianza y amor para que puedan abordar las circunstancias en las que se encuentren.

El planteamiento de la presente investigación nació de la necesidad que se observó en la sociedad en la que se vive, ya que sin ir tan lejos se ven fenómenos muy comunes que perturban a los adolescentes, dentro de ellos se encuentran la desintegración familiar, la violencia intrafamiliar, el maltrato verbal, los vicios de alcohol o tabaquismo que se muestran en los progenitores o en los mismos adolescentes, todo ello repercute de una manera indeseada en los adolescentes de las comunidades, aldeas y pueblos; es preciso brindar información para concientizar a los progenitores y prestarle atención a la juventud actual, apoyar y brindar herramientas para que consigan controlar la agresividad y obtener equilibrio emocional para una mejoría en la vida.

Dentro de la existencia de cada persona, la adaptación emocional juega un papel muy importante, ya que si no se ajusta a cada cambio que se le presente en cada período por las que pasa cada ser humano o no equilibra las emociones cuando se expresa, es probable que pueda frustrarse y es en ese instante en el que aparece la conducta agresiva; no obstante se puede mencionar que la adaptación es un paso por el cual debe atravesar cada ser humano, de ello depende el fortalecimiento y desenvolvimiento que tenga en todas las áreas de la vida; para este ajuste emocional se pueden brindar herramientas necesarias que puedan utilizar a diario

para perfeccionar la calidad de vida y el equilibrio de las emociones ante cualquier situación que conlleve un manejo emocional adecuado.

El objetivo de esta investigación fue determinar el perfil de agresividad que posee cada estudiante a través del Cuestionario de agresividad premeditada e impulsiva CAPI-A y el nivel de adaptación emocional con el apoyo del Cuestionario de adaptación de Hugh Bell, en los jóvenes que oscilan entre 13 y 17 años de edad, del grado de tercero básico del Instituto Mixto de Educación Básica por Cooperativa IMEBAC de la Aldea Santa Rita del municipio de Salcajá, del departamento de Quetzaltenango y para finalizar poder proporcionar luego de los resultados conseguidos, un programa que contribuya con el control de la agresividad y adaptación emocional en cada estudiante.

A continuación se presentan algunos estudios previos sobre el tema:

Brando, Valera y Zarate (2008) en el artículo titulado Estilos de apego y agresividad en adolescentes, exponen que la actitud de agresividad en los jóvenes es manifestada en base a que tienen padres autoritarios o que en el transcurso de la infancia los padres o uno de ellos están aislados físicamente y esa ausencia repercute emocionalmente, por más sencillo que parezca que la ausencia de alguno de los progenitores no dejan secuelas en la vida de los jóvenes, es notorio que ello influye mucho en el comportamiento, ya que los dejan en situaciones de tensión y como resultado de ello prevalece la violencia. Muchas veces los padres emplean castigos físicos para poder corregir la conducta agresiva de los hijos, sin embargo, desafortunadamente esta clase de corrección conllevan aspectos negativos para la vida de estos, pues en los hijos marcan una vida llena de experiencias negativas. Estas circunstancias presentan en los jóvenes, situaciones de dificultad para expresar emociones positivas o negativas, según sea el ambiente en el que estén, las cuales obstruyen el manejo conveniente de los contextos cotidianos.

Samper, Tur, Mestre y Cortés (2008) en el artículo titulado Agresividad y afrontamiento en la adolescencia, una perspectiva intercultural que aparece disponible en la página de internet ProQuest en el mes de octubre, exponen que en base a la demanda de la cantidad de personas

inmigrantes obtuvieron resultados que confirman que la conducta agresiva incrementó por el hecho de las adopciones internacionales que han creado en algunos centros un porcentaje alto de estudiantes de otras culturas. La conducta agresora es un tema de estudio que posee una finalidad de comprensión de los mecanismos básicos que causan y regulan el comportamiento de cada persona, de los cuales los resultados confirman que existen diferencias en los comportamientos agresivos evaluados según la clase de cultura, sexo, país de nacimiento y la clase de ambiente en el que se relaciona cada individuo.

Mestre, Tur y Samper (2009) en el artículo titulado *La agresividad en la adolescencia: variables y contextos implicados*, que aparece en la página de internet titulada *Calidad de Vida UFLO* indican que al realizar un estudio con jóvenes de ambos sexos, concluyeron que los estilos de crianza intervienen en la adaptación emocional de cada uno de los individuos, en función del género, ya que las mujeres adolescentes perciben más afecto en la familia, mientras que los varones son más vulnerables a la rigidez e intrusividad de los padres, también se puede hacer referencia que un hogar autoritario que acaba en maltrato físico, verbal o una educación sin normas que no establece ninguna clase de límite, es decir padres permisivos que dejan en el abandono a los hijos sin amor y sin apoyo son factores de mucho peso en generar un comportamiento agresivo de los mismos.

Mestre, Tur y Samper (2010) en el artículo titulado *Inestabilidad emocional y agresividad: factores predictores*, que aparece en la página de internet *Ansiedad y estrés en el mes de junio*, exponen que existen varios elementos que influyen en la agresividad, dentro de dichos aspectos se encuentran: la inestabilidad emocional, la escasez de autocontrol, un entorno escolar exigente, cargado de tareas, marcado por una educación rudimentaria, la permisividad de los padres, el control y la hostilidad, aumenta en cada estudiante una tensión adicional que repercute en el nivel del comportamiento agresivo, sin embargo también se comenta que el patrón de los progenitores en la vida y desarrollo de cada persona y la calidad de la relación que los sujetos poseen con los familiares, amigos y con los demás individuos de la misma edad, contribuyen de forma positiva en la adaptación y desarrollo emocional de los adolescentes que aportan seguridad en los mismos, ya que a base de esa relación también

encontrarán un apoyo que conlleva resultados favorables en la estabilidad emocional de los adolescentes.

Letona (2012) en la tesis titulada agresividad en adolescentes ciberadictos, indica que entre los objetivos de dicha investigación se puede encontrar el poder establecer la relación de la ciberadicción con el comportamiento agresivo de los adolescentes, se contó con una muestra de 40 adolescentes entre las edades de 12 a 14 años que acuden a videojuegos de la Plaza las Américas de la zona 3 del municipio de Mazatenango, Suchitepéquez, dicho estudio fue de tipo descriptiva, se usó el test INAS-87 para adolescentes elaborado por Rodas Velásquez adaptada en Guatemala. Este test mide la agresividad en los jóvenes. La conclusión a la que se llegó fue que la poca orientación en el uso de video juegos facilita que los jóvenes usen temas que alteran el nivel de agresión, los cuales posibilitan una deficiente relación interpersonal con los sujetos que se relacionan y se recomendó fomentar técnicas de control de agresividad a las autoridades de primera instancia de cada adolescente para poder apoyarlos en el manejo de impulsos.

Jiménez (2014) en la tesis titulada perfiles de agresividad en preadolescentes y adolescentes que practican en la Confederación deportiva autónoma de Guatemala tiene como objetivo determinar los perfiles de agresividad en las y los preadolescentes y adolescentes que practican el deporte karate en la Confederación autónoma de Guatemala del Departamento de Sacatepéquez, se contó con la muestra de 9 preadolescentes y 13 adolescentes de los dos sexos, que practican karate en la Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala del departamento de Sacatepéquez, dicho estudio fue de tipo descriptiva. Para conseguir la información se aplicó el Test CAPI-A, Cuestionario de Agresividad Premeditada e impulsiva en adolescentes, se concluye que los preadolescentes y adolescentes de la Confederación presentan perfiles de nivel bajo de agresividad, sin embargo las mujeres presentan altos niveles de agresividad impulsiva en relación a los varones y se recomendó dar una profunda investigación del caso de cada sujeto que presente algún perfil de agresividad para poder establecer las causas de dicha conducta, realizar una comparación de los perfiles de los adolescentes que practican karate con personas que realizan otros deportes.

López (2011) en la tesis titulada *Adaptación emocional y su influencia en el rendimiento deportivo*, cuyo objetivo fue establecer el nivel de ajuste emocional y su influencia en el rendimiento deportivo en los adolescentes del complejo deportivo CDAG del departamento de Quetzaltenango, se trabajó con una muestra de 35 deportistas que oscilan entre las edades de 12 a 20 años de ambos sexos, dicha investigación fue de tipo descriptiva, se usó el Cuestionario de adaptación para adolescentes de Hugh M. Bell que consta de varias interrogantes que deben ser contestadas sinceramente, por lo cual se concluyó que la adaptación emocional es un ajuste que los individuos deben atravesar para equilibrar lo que hacen y quieren hacer, sin embargo, muchos deportistas tienen miedo a afrontar las emociones que manifiestan ante un rendimiento bajo y perder competencias, sin embargo esto genera un desequilibrio en la adaptación, a base de ello se recomendó contar con el soporte de los superiores y puedan contribuir a que los deportistas mantengan un nivel de adaptación emocional favorable, y obtener así un buen rendimiento deportivo.

Silberstein (2011) en el artículo titulado *Consejería de adaptación emocional*, que aparece en la página de internet Doug Siberstein, MA, MFT. Explica que diariamente los individuos se enfrentan a situaciones difíciles que pueden llegar a desconcertarlos mentalmente los cuales pueden ser destructivos y dañinos; el control de las emociones tiene una huella significativa que determina la relación con el contexto y con los sujetos que se relaciona, por lo que depende mucho de la forma en que maneja los estados de ánimo y las emociones determinarán si la relación podría ser buena o poco deseable. La adaptación emocional permite reconocer las emociones que se deben utilizar en cada situación de la vida de los seres vivos y así poder asociarlas en las experiencias buenas y malas y que acorde a las circunstancias permitan reaccionar a los estímulos de forma concreta y asertiva, esto ayudará a que los individuos puedan expresarse de una mejor manera en cada ámbito de la vida, en cada etapa ya que a base de las experiencias pueda reaccionar emocionalmente con asertividad.

Tomás, Ferreira, Araújo y Almeida (2014) en el artículo titulado *Adaptación personal y emocional en el contexto de la universidad: la contribución de la personalidad, el apoyo social y la inteligencia emocional*, que aparece en la página de internet Revista portuguesa de pedagogía, del mes de junio exponen que a base de un estudio realizado en la Universidad de

Coimbra, que tenía como objetivo analizar la relación de la personalidad, el apoyo social y de la inteligencia emocional con la adaptación personal y emocional de los alumnos universitarios dentro de la Universidad, presentan la relevancia que posee el temperamento y el soporte social dentro de la adaptación emocional de los adolescentes que cursan en la universidad, ya que las exigencias de la transición y los desafíos de la nueva adaptación académica necesita niveles de autonomía y madurez por medio de los alumnos para poder adaptarse a un nuevo ambiente y poder obtener apoyo por parte del contexto en el que se desempeñan para que se puedan obtener una mejor educación y no conllevar insatisfacciones en los alumnos y muchas veces el fracaso escolar.

Chaj (2015) en la tesis titulada adaptación emocional en el embarazo precoz, indica que dentro de los objetivos de la investigación se encuentran establecer el nivel de adaptación emocional en el embarazo precoz, se trabajó con una muestra de 40 adolescentes, las cuales estaban comprendidas entre 12 a 18 años, de sexo femenino que se encontraban embarazadas y asistían al centro de Salud de Quetzaltenango. Para la obtención de datos se utilizó el cuestionario de adaptación para adolescentes de Hugh M. Bell. La conclusión a la que se llegó fue que el nivel de adaptación emocional es baja, la cual puede dificultar el proceso al cambio físico y emocional en las jóvenes en esa etapa y se recomendó psicoeducar sobre la adaptación emocional y las consecuencias que genera el embarazo a temprana edad.

Lo anterior expuesto permite evidenciar el impacto que tiene el tema de agresividad y adaptación emocional en los adolescentes, ya que los cambios son inevitables para los seres humanos, los cuales se presentan en cualquier momento de la vida y los jóvenes no están exentos de ello, sin embargo, si ellos no son capaces de adaptarse emocionalmente a cada situación o problemática, puede surgir una frustración, la cual conlleva a una agresividad muchas veces impulsiva, la cual consiste en que los adolescentes actúan sin meditar; estos actos impulsivos pueden generar consecuencias que repercuten en el ajuste emocional de cada sujeto. Es importante mencionar que educar emocionalmente a los adolescentes sería de gran ayuda para formar una juventud emocionalmente fuerte y poder disminuir la conducta agresiva que se observa actualmente.

1.1 Agresividad

1.1.1 Definición

Buss (como se citó en Muriel, 2013) define la agresividad como una conducta que tiene como objetivo agredir o dañar a los demás ya sea físicamente como golpes; emocional y psicológicamente genera como resultado un daño a la persona agredida, dicha conducta puede ser evolutiva, puede caracterizarse en niños y repercutir notoriamente en la juventud y en la actualidad es la preocupación de progenitores y educadores ya que en la adolescencia no saben cómo controlar la situación.

Andreu (2010) refiere que la agresividad es una agrupación de esquemas que se manifiestan con diferentes grados de inestabilidad, los cuales implican desde comportamientos agresores físicos como golpes y lesiones hasta los gestos y expresiones verbales expresadas por el individuo, inclinándose de forma notoria con la intención de poder ofender y dañar el respeto a los individuos. Por lo tanto, la agresividad nace como respuesta a sentimientos, pensamientos y emociones que el sujeto padece internamente, experimenta conflictos con él mismo y se presentan de una manera externa.

1.1.2 Causas

Muriel, Aguirre, Varela y Cruz (2013) mencionan que existen varios factores que intervienen en la agresividad, dividiéndolas de la siguiente manera:

- Factores orgánicos: dentro de estos se pueden encontrar los hormonales, una vez que las hormonas funcionan factiblemente estas actúan sobre otros fragmentos del cerebro o del organismo por consiguiente brinda una mejor funcionalidad y estabilidad emocional al sujeto, sin embargo, cuando existe una disfunción los daños son notorios; otro elemento que interviene en las causas son los mecanismos cerebrales ellos son los encargados de captar, registrar y guardar las emociones que experimenta una persona durante la vida, sin embargo, si no desempeñan la función tiene como consecuencia generar en el sujeto un comportamiento agresivo.

- Factores físicos: las lesiones cerebrales no permiten que el adolescente pueda tener un desarrollo normal físicamente, la poca alimentación sana, balanceada y nutritiva o alguna disfunción de la salud repercuten en el comportamiento, ya que en el instante en que se ven limitados a realizar las metas y objetivos de vida que se han propuesto, por las consecuencias antes mencionadas, se sienten fracasados ante estas circunstancias y además con sentimiento de impotencia por querer realizar las cosas y no poder hacerlas por las limitantes, todo esto tiene como consecuencia generar en ellos un comportamiento agresivo.
- Factores sociales y culturales: en el ambiente en el que se desempeñan y crecen los adolescentes en la actualidad, existen comportamientos agresivos como una manera de disciplina, de actuar para defenderse y de imponer límites para modificar conductas por consiguiente, si no se le ha enseñado desde pequeño a afrontar situaciones difíciles de una forma pacífica, en donde se tome en cuenta que la comunicación es fundamental dentro de ello, es muy posible que los jóvenes actúen inconscientemente con los patrones que tuvieron en casa o en otro ámbito cercano a él, dichos modelos como se mencionan anteriormente llevan a un comportamiento agresivo al joven sin dejar alternativa ya que para él la reacción será normal.
- Factores familiares: las disfunciones familiares tales como separación, ausencia de los padres, abandono por uno de los padres, violencia intrafamiliar incluso alcoholismo y los modelos de padres agresivos que se tienen en casa, es una influencia con mucho peso para que los jóvenes tomen aspectos y actitudes agresivas, ya que mediante estas situaciones los adolescentes se hallan ligados o vinculados a enseñanzas que se volvieron inherentes a estos desde que nacieron, es por ello que en el entorno familiar es muy significativo poseer una gran armonía en familia para que a lo largo de la existencia de los hijos se puedan sentir protegidos y crédulos de sí mismos, para evitar todos estas clases de comportamientos.

1.1.3 Clasificación de la agresividad

Andreu (2010) expresa que la agresividad posee diferentes formas o modalidades cuando se manifiestan y dentro de las cuales se describen a continuación:

- Agresividad según la modalidad: en ella se incluyen la agresividad física y psicológica, por consiguiente la agresividad física se conceptualiza por agresiones que implican el contacto con el cuerpo ya sea con pies o con manos, con el objetivo de herir o hacerle daño a las demás personas, se debe verificar que acá no se pueden tomar como agresiones a los actos que se hacen sin ningún propósito de perjudicar a otras personas. La agresividad psicológica va desde la amenaza, juntamente con ella están los gritos, las ofensas verbales, los insultos; todo ello se hace con la intención de dañar a las personas, esta clase de agresividad también se le conoce como agresividad psicológica verbal.
- Agresividad según el grado de actividad implicada: esta clase de agresividad posee dos modalidades la agresividad activa y la pasiva, la diferencia que posee una y otra es que según el nivel en que el provocador esté dispuesto a dañar así será el comportamiento que se manifieste ante la víctima. La agresividad activa incluyen el total de actuaciones violentas físicas o verbales que posee el agresor en el momento de herir a la víctima. Sin embargo, la agresión pasiva se ejecuta en base a que el provocador impide que el sujeto pueda alcanzar el objetivo o meta; es decir lo perjudica en las actividades que quiere realizar. Estos tipos de agresividad se relacionan mucho con las modalidades directas e indirectas ya que como se señala varias veces la agresión activa tiene mucha relación con la agresividad directa e indirecta sin embargo, la agresividad pasiva es únicamente directa.
- Agresividad de relación interpersonal: dentro de la modalidad se halla la agresividad directa, la cual radica en un ataque cara a cara, frente a frente en la que la víctima puede identificar al sujeto que fue el agresor, se debe tener en cuenta que en esta agresión puede presentar daño físico en algunas ocasiones; por ejemplo se podría mencionar una ataque con arma de fuego en la cual el individuo que es víctima puede identificarla ya que la pudo ver, por el contrario, la agresividad indirecta puede pasar desapercibida por el individuo que es agredido, ya que ella consiste en la difamación o divulgación de una persona.

Dentro de ello también se debe tomar como ejemplo los rumores con la finalidad de dañar la reputación de los demás, divulgar chismes o excluir a los individuos en reuniones o situaciones sociales.

- Agresividad impulsiva y premeditada: la agresividad impulsiva se puede decir que es una acción agresora a una provocación percibida por el individuo. Por ello también se le conoce como agresión emocional, reactiva u hostil ya que la persona responde instintivamente a un estímulo externo, se le asocian varias emociones tales como miedo, ira, hostilidad y provocación percibida además este comportamiento se adhiere a varios trastornos de comportamientos disruptivos. Por el contrario, la agresividad premeditada busca aparte de dañar a las personas, tiene como objeto adquirir otro beneficio, surge de forma planeada por el agresor o agresores e incluso puede poseer justificación alguna, un ejemplo claro y común hoy en día de la agresión premeditada es el bullying o acoso escolar, ya que este tipo de fenómeno se realiza de forma planificada por el provocador con el objetivo de humillar y dañar a la víctima.

Tabla Núm. 1
Correlatos de la agresividad impulsiva y premeditada

Impulsiva (reactiva/hostil)	Premeditada (proactiva/instrumental)
Desencadenantes	
Amenaza, provocación real o percibida, frustraciones, poca regulación en la respuesta a estímulos ambiguos.	Búsqueda de un objetivo (recursos, beneficios) Se consideran a las personas proactivas de sangre fría y controlada.
Procesos cognitivos	
Sesgo atribucional hostil, atribuye a que los individuos tienden a reaccionar agresivamente ya que perciben malas intenciones o siempre piensan mal.	Sesgo positivo sobre la efectividad de la agresión ya que dentro de los comportamientos violentos pueden existir afirmaciones sobre las expectativas de resultados positivos.
Procesos motivacionales	
Producción de daño	Obtención de beneficio
Procesos emocionales	
Rabia, ira y frustración ante la impotencia de no	Frialdad emocional

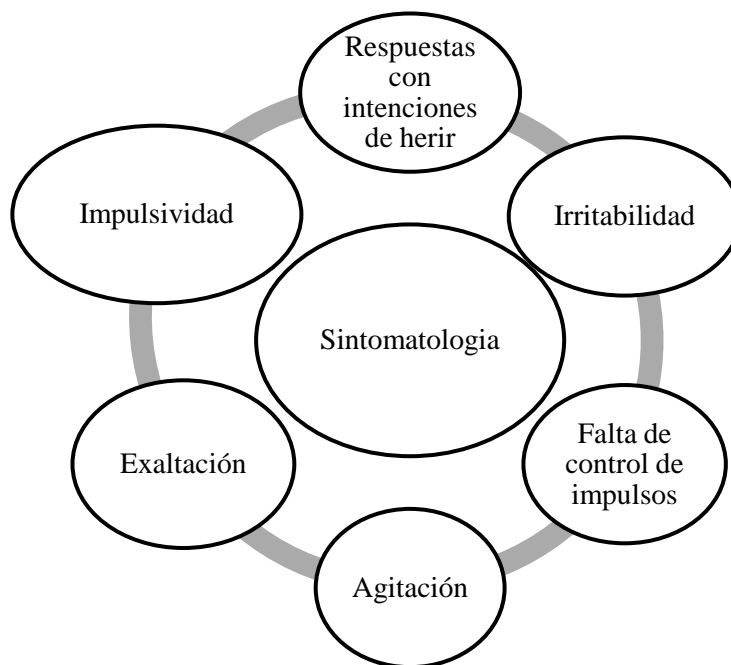
poder hacer nada. Dificultad en el control de las emociones	Ausencia de empatía, compasión o sentimiento de culpa Ausencia de activación o sentimientos de ira.
Procesos conductuales	
Menores habilidades sociales Reforzamiento negativo Conducta aislada (solitaria)	Mayores habilidades sociales Reforzamiento positivo Conducta grupal (pandillas)
Correlatos psicopatológicos	
Trastorno por déficit de atención con hiperactividad Trastorno negativista desafiante Trastorno explosivo-intermitente Trastorno límite de la personalidad	Trastorno disocial Trastorno antisocial de la personalidad Psicopatía Bullying o acoso escolar
Consecuencias individuales y sociales	
Remordimiento, culpabilidad Menor valoración y justificación social Rechazo social Menor estatus social Conflictos sociales	Bienestar, satisfacción Mayor valoración y justificación social Admiración (temor) Mayor estatus social Aceptación social
Antecedentes historio-biográficos	
Historia de victimización y malos tratos en la infancia.	Exposición a modelos agresivos de la infancia.

Fuente: Andreu (2010) *Manual del cuestionario de agresividad premeditada e impulsiva en adolescentes*. p. 14.

1.1.4 Sintomatología

Muriel, Aguirre, Varela y Cruz (2013) explican que la sintomatología de la agresividad en jóvenes y niños son los siguientes:

Mapa Núm. 1
Sintomatología de la agresividad



Fuente: Elaboración propia. En base a: Muriel, Aguirre, Varela y Cruz (2013).

1.1.5 Antecedentes de la agresión

Morales, Moya, Gaviria y Cuadrado (2007) exponen que según la teoría de frustración-agresión cualquier situación que no permita que el humano pueda lograr los fines o llegar al objetivo genera frustración y en base a esto se desvincula una reacción agresiva, en otras palabras la frustración siempre irá de la mano con la agresión. Sin embargo, después de esta teoría, Berkowitz propuso dos mecanismos que indica que no precisamente la frustración está ligada a la agresividad. La primera de ellas es la activación que genera la frustración, es decir, que la frustración apoya con estímulos para la ejecución de respuestas o acciones que tomará la persona, ya sea de forma violenta o puede conservar la calma y responder de otra forma más tranquila. El segundo mecanismo es el afecto negativo que comprueba que la frustración y agresividad no se conectan directamente ya que con esta clase de mecanismo se muestra que una emoción de cólera o cualquier otras reacción emocional activará recuerdos o experiencias pasadas las cuales ayudarán a que la agresividad se dispare en el individuo.

Los siguientes antecedentes de la agresividad son los estímulos ambientales, dentro de los principales se encuentra el ruido, un modelo claro de dicho factor son las bocinas de los autos cuando hay tráfico, los individuos se desesperan y empiezan a bocinar, sin embargo, no se dan cuenta que así generan más tensión en las calles y la agresión en los humanos que muchas veces llevan prisa; como siguiente se encuentra el hacinamiento que consiste en vivir con varios seres humanos en una casa o la acumulación de personas en una vivienda a ciencia cierta no es el espacio el que hace que las personas tengan comportamiento agresivos sino las experiencias no satisfactorias que han tenido, seguidamente se encuentra la temperatura, existen estudios que demuestran que donde hace frío el nivel de agresividad es menor, mientras que en las zonas acaloradas el grado aumenta. Y finalmente, el dolor es un antecedente de gran valor y las personas ante este sentimiento están tan vulnerables a poseer un deseo de dañar a los demás.

1.1.6 Prevención en los estudiantes

Varela (2008) describe lo importante de educar con valores, asimismo comenta que estos deben ser enseñados en casa y en la escuela; los valores son una actitud cómoda, comprometida y responsable de los padres de familia. Argumenta que los progenitores no son los únicos responsables para formar con valores; ya que los maestros actuales son los profesores y los padres de familia, al igual que ocurre con los padres y abuelos. La diferencia radica en que los abuelos bien o mal eran más claros, directos y actuaban acorde a una autoridad responsable, es bueno reconsiderar si los formadores no han perdido la claridad de que la responsabilidad para formar es de los educadores y eso implica a todas luces una dirección razonada por parte de estos.

Goleman (2014) indica que la alfabetización emocional es uno de los programas más eficaces que se desarrollaron para problemas particulares de la agresividad y violencia. El programa de resolución creativa de conflictos creado por Linda Lntien directora del centro nacional con base en Manhattan desde donde se pone en marcha este programa, el cual se centra en cómo arreglar diferencias surgidas en la escuela que pueden llegar a convertirse en incidentes como los disparos que pueden terminar con la vida de los jóvenes inocentes, el programa muestra a los alumnos que tienen muchas otras maneras de abordar los conflictos al margen de la

agresividad o la pasividad. Les muestra la inutilidad de la violencia, reemplazándolas con destrezas concretas. Los jóvenes aprenden a valer los derechos sin recurrir a la violencia. Estas son habilidades para toda la vida, no sólo para aquellos que están más propensos a respuestas agresivas.

En unos de los ejercicios los alumnos piensan en una opción real que podría haberlos auxiliado a solucionar algún conflicto que se les presenten. En otro los estudiantes dramatizan una escena en la cual se presenta un caso y todos dan soluciones de cómo se puede solucionar dicha problemática. En este programa se entrenan a alumnos que sirven como mediadores los cuales deben ser imparciales y se lo deben dar a conocer a los demás estudiantes, estos aprenden a manejar peleas, riñas y amenazas, incidentes interraciales y otros sucesos potencialmente incendiarios de la vida escolar; asimismo el programa enseña a los alumnos a enfocar los desacuerdos de manera diferente, ver desde otra perspectiva el problema y cambiar la forma de enfrentarlo.

1.1.7 Tratamiento

Van-der, Quiles y Quiles (2008) mencionan que la relajación es uno de los elementos con mayor eficacia para bajar el nivel de varias situaciones que les provocan malestar a las personas, estas técnicas tienen como objetivo psicoeducar al individuo a controlar los impulsos, los cuales surgen de situaciones que se atraviesa durante la vida; uno de los procedimientos más eficaces que ayuda a la disminución de la agresividad se describe a continuación:

- Técnica de relajación de Jacobson: tiene como objeto obtener grados de desvalorización de la tensión muscular, consiste en tensar una parte del cuerpo y después se relaja esa misma parte, así sucesivamente se tensa y se relaja cada una de las extremidades, de esta forma se enseña a identificar cada parte que se siente tensa y así mismo bajar el nivel de agresividad. Para poder realizar esta clase de relajación se debe tener en cuenta el lugar en el que se va a realizar la técnica ya que debe ser un sitio cómodo, agradable y sobretodo silencioso, se usará un sillón reclinable con el objetivo que se pueda sentir relajado y pueda estirar bien cada una de las extremidades, se debe llevar ropa liviana y por último no

se debe llevar cualquier objeto que pueda hacerle presión en cualquier parte del cuerpo tales como relojes, anillos, pulseras, cadenas y demás joyas que podrían obstaculizar la relajación de los músculos.

Es necesario tomar en cuenta que para realizar la técnica se deben seguir tres fases:

- Fase I: Al momento en que ya este la persona en postura de relajación, con los ojos cerrados y concentrado, durante dos o tres minutos se harán respiraciones profundas para que los pulmones puedan estar llenos en totalidad; el aire se exhalará con lentitud como si soplara una vela, este proceso se hará durante cuatro o cinco segundos, por consiguiente se inhalará el aire por la nariz y se exhalará por la boca con una intensidad menor que con la que se respira frecuentemente. Durante pase el tiempo se empezará a realizar varios movimientos en diferentes partes del cuerpo, se tensa el musculo por diez segundo más o menos y seguidamente se relaja entre veinte a treinta segundos.

Cada ejercicio se realizará dos veces seguidas y lo realizará para el aprendizaje de las sensaciones que experimenta en cada una de las extremidades, primero durante el tiempo de tensión y luego durante el de relajación; es necesario que no se cuenten los segundos que pasan mentalmente ya que eso desconcentrará a los individuos, sino es mejor que se calcule el tiempo, sin embargo, no se debe extrañar si la persona abre los ojos, ya que se distrae y piensa en otras situaciones o problemas que estén ocasionándole distracciones, es preciso que se esfuercen e intente volver a concentrarse en el ejercicio y en lo que experimenta a la hora de hacer la técnica, no importa cuántas veces sin embargo, sí importa que pueda volver a concentrarse.

El primero movimiento se basa en estirar el brazo derecho, se debe apretar fuerte el puno, debe mantener ese movimiento en el periodo de diez segundos; abrir la mano y dejar de realizar fuerza durante treinta segundos, seguidamente el segundo movimiento consiste en tensar el brazo derecho, se debe apretar el codo contra el apoyo del sillón por diez segundos, relajar por treinta segundos; se repiten los dos movimientos de igual manera solo que esta vez con el brazo izquierdo. Para continuar se relajan el grupo muscular de la cabeza y el cuello; lo primero es tensar la frente para este ejercicio se levantan las cejas todo lo que se pueda con el

objetivo de que la persona se dé cuenta como se tensan los músculos de la frente y de las sienes, retener la tensión por diez segundos y relajar hasta que la frente vuelva a la postura de inicio.

En el sexto movimiento se pretende oprimir con fuerza los párpados y arrugar la nariz, se mantiene la presión unos segundos, relajar con el objetivo que el párpado superior descienda suavemente sobre el inferior; como siguiente paso se relaja la parte de la boca, se tensan las mejillas, se estiran para atrás y hacia arriba las comisuras de los labios, más o menos como una sonrisa fingida o forzada juntamente se aprietan los dientes fuertemente y por último volver a la postura inicial los labios; seguidamente se relaja el cuello, se inclina la cabeza hacia delante para que la barbilla repose en el pecho, se mantiene la tensión por diez segundos, luego hacer que la cabeza regrese a la postura normal.

El noveno movimiento se basa en presionar los hombros, el pecho y la espalda, se inclinan los hombros hacia atrás como si se tratara de juntarlos por detrás de la espalda, se intenta que toquen los omoplatos, mantener la tensión diez segundos a continuación se relajan los hombros y se deja que caigan hacia delante y hacia abajo, se prosigue con el siguiente ejercicio el cual consiste en tensar el abdomen, para ello se mete el abdomen por diez segundos y en seguida se vuelve a la postura normal. Después se relajan las extremidades inferiores, se comienza con el muslo dominante, presionándolo con fuerza contra el sillón, pasados varios segundos se relaja el músculo, dicha relajación se mantiene treinta segundos. A continuación se tensa la pierna y el pie derecho, se doblan los dedos del pie derecho hacia arriba sin doblar la rodilla por diez segundos, en seguida se relajan haciéndolos volver a la postura normal.

Para finalizar esta fase se empieza por el movimiento del pie, el cual únicamente se hace una vez sin hacer mayor presión, se basa en llevar la punta del pie en orientación contraria a la cabeza y doblarlo en dirección del otro pie, terminado este movimiento, en seguida se realiza el mismo movimiento con la pierna izquierda; después de haber hecho todos los movimientos la persona debe mantener el cuerpo y mente en relajación, en el transcurso de unos minutos en este estado se concluye poco a poco y ello consiste en mover los brazos y piernas,

seguidamente en forma de arco se coloca la espalda y finalmente se abren los ojos y se menea la cabeza con el propósito de involucrarse nuevamente.

- Fase II: en esta fase la relajación es más corta, ya que se disminuye el número de movimientos, limitándose a ocho grupos de músculos, es necesario que pueda empezar esta parte ya que se haya adquirido experiencia con los movimientos de la fase I en el lapso de dos o tres semanas. En esta etapa se inicia y se finaliza de la misma manera que en la fase número uno. El movimiento primero se basa en cerrar el puño y presionarlo, girar el codo y tensar el bíceps del brazo derecho durante diez segundos, dejar de forzar unos veinte o treinta segundos y repetirlo. El segundo movimiento se realiza de la misma forma pero ahora se debe hacer con el brazo de la mano izquierda.

El tercer movimiento probablemente resulte más complicado pero si se siguen los pasos que se señalan no lo es: Levantar las cejas, arrugar la frente y mantener los ojos cerrados; Arrugar la nariz; Tensar los dientes y separar los labios, se debe conservar la mueca por veinte o treinta segundos y repetir el ejercicio, seguidamente en el cuarto movimiento se eleva la cabeza encima de la almohada y se tensan los músculos del cuello por unos segundos y en seguida se relaja por veinte o treinta segundos y se repite; el quinto movimiento se centra en el pecho, inhalar por la nariz a modo que se llenen los pulmones de aire, mantener la respiración por diez segundos, exhalar lento el aire por la boca, relajar unos veinte o treinta segundos y repetir el ejercicio.

Van-der, Quiles y Quiles (2008) describen que el sexto movimiento es tensar los nervios del vientre por diez segundos, relajar después entre veinte o treinta segundos y repetir; el movimiento séptimo le corresponde a la pierna derecha, la persona debe de seguir algunos pasos: el primero debe subir la pierna derecha y segundo llevar la punta del pie hacia la cabeza mantener la postura resultante por unos diez segundos y seguidamente relajar por veinte o treinta segundos y repetir; en el octavo movimiento se realizará lo mismo solo que con la pierna izquierda; al finalizar se debe nuevamente hacer la técnica de respiración de la forma que fue mencionado anteriormente por tres o cuatro minutos, para concluir debe hacerse de forma tranquila no violentamente impulsar los brazos y piernas, en forma de arco la espalda y

para terminar abrir los ojos lentamente, el objetivo es que el individuo se centre en las efectos que experimenta durante los movimientos.

- Fase III: en esa fase el procedimiento es igual al de la fase I, lo que varía es el número de músculos que se tensaran, por lo tanto se empieza con el primero movimiento en el cual la persona debe cerrar los puños tensar, girar los codos se tensan los bíceps de los dos brazos por diez segundos y relajar por veinte o treinta segundos y repetir; en el segundo movimiento se debe seguir la siguiente consecuencia: primero levantar la ceja y debe arrugar la frente, mantener los ojos cerrados, segundo arrugar nariz; tercero apretar dientes y separar los labios, cuarto subir la cabeza encima de la almohada estirar la musculatura del cuello y sostener durante diez segundos y relajar por veinte o treinta segundos y para concluir se debe repetir.

El tercer movimiento consiste en unir el entrenamiento anterior al pecho y estómago, inhalar con la nariz con el objetivo de llenar los pulmones de aire, sostener la respiración durante diez segundos y con ello tensar los músculos del abdomen, exhalar con lentitud el aire por la boca y relajar el abdomen por veinte o treinta segundos y hacerlo de nuevo; el cuarto movimiento consiste en unir el ejercicio de ambas piernas y juntamente la persona sube las piernas y dirige la punta de los pies hacia la cabeza, sostiene la postura de tensión por diez segundos y relaja por veinte o treinta segundos y finalmente lo realiza otra vez. Lo fundamental para hacer esta tercera fase es centrarse en la sensación que percibe el sujeto durante cada ejercicio y analizar los cambios entre la tensión y la relajación de cada extremidad del cuerpo.

Castanyer (2010) expone que las personas asertivas deben poseer habilidades de seguridad en sí misma para poder interactuar con los demás, sin embargo las personas que presentan algún problema en la forma de relacionarse, tienen una falta de asertividad y por ello un desequilibrio que pueden llevar a ser agresivas es por eso que propone varias metodologías para ser más asertivo y poder disminuir la agresividad, se debe tomar en cuenta que para entrenar una conducta asertiva se deben analizar los tres niveles de funcionamiento de la estructura de la conducta lo cognitivo, emocional y motórico, con relación a las técnicas se describen los siguientes tipos que ayudarán a desarrollar un proceder asertivo en las personas.

- Técnicas de reestructuración cognitiva: esta consiste en sensibilizar la importancia que poseen las creencias en los sujetos, creencias que la mayor parte están sesgadas desde la infancia, las ideas irracionales saltan de forma inconsciente y automática ante cualquier estímulo problemático, se debe analizar estos pensamientos y elegirles pensamientos contrapuestos a los irracionales que pueda aplicarlos el paciente, cambiarlos por reales y ejecutar los elegidos en la vida cotidiana de las personas, este tipo de técnica también suele ir acompañada de visualizaciones e imaginaciones para dar un mejor acompañamiento a las personas para afianzar las nuevas ideas.
- Entrenamiento en habilidades sociales: este tipo de ejercicio está encaminado a desarrollar los déficits de la conducta del sujeto. Los tipos de respuestas asertivas que se deben aplicar en los pacientes es la asertividad positiva que consiste en expresar con frases adecuadas y en el momento indicado algo positivo a la persona; seguidamente la respuesta asertiva elemental en la cual las personas deberán encontrar el tipo de frases con las que se considere más cómodo para decir con el fin de que lo diga con un tono de voz firme y claro y no agresivo, la respuesta asertiva escalonada, respuesta asertiva con conocimiento, asertividad subjetiva y respuesta asertiva frente a la obediencia o la agresividad.
- Técnica de resolución de problemas: dentro de estas técnicas se pueden utilizar la técnica del disco roto que consiste en repetir el propio enfoque una y otra vez con tranquilidad sin ingresar a disputas ni oposiciones que pueda hacer la otra persona.
- Técnica de acuerdo asertivo la cual deja claro de que una cosa es el error cometido y la otra el hecho de ser buena o mala persona, es útil en situaciones en las que se reconoce que la otra persona tiene razón al estar enojada, pero no se admite la forma de decirlo, esta técnica logra apaciguar al interlocutor al admitir el error, sin embargo si se utiliza mucho estas técnicas con personas que tienden a generalizar se puede evitar el ser etiquetados en el futuro.

1.2 Adaptación emocional

1.2.1 Definición

Abarca (2007) establece que adaptación emocional es la etapa de acomodación o ajuste ante cualquier circunstancia en la que se localiza cada individuo, responde así ante esta situación de forma adecuada y apropiada para buscar equilibrio emocional, sin embargo depende de la naturaleza de la circunstancia la persona actuará y si no es posible la adecuación puede traer como consecuencia desadaptación emocional, para desequilibrar así el bienestar psicológico y otros malestares.

Gaxiola (2015) define la adaptación emocional como una interacción efectiva con el círculo en el que se desarrolla a través de métodos de asimilación y acomodación, es un estado en el que la persona entabla una relación de armonía y carece de problemas con el medio ya que posee un ajuste emocional con un nivel elevado, se debe tomar en cuenta que la asimilación y la acomodación trabajan en conjunto para producir el crecimiento cognitivo en la cual según los sistemas pueden compensar desequilibrios causados en el ambiente, con el fin de conservar en gran equilibrio o bien en un estado uniforme para enfrentarse a base de la práctica a un evento de la actualidad.

1.2.2 Proceso de adaptación

Gaxiola (2015) explica que el proceso de adaptación del ser humano inicia desde el instante en que nace, debe ajustarse al mundo que está afuera del útero de la madre, a partir de ese instante el niño está en constante adaptación a las circunstancias de la vida, las cuales se le presentaran con el tiempo, sin ir muy lejos las personas día a día deben adaptarse a situaciones nuevas, a cambios de contextos, trabajos, ambientes, personas o rutinas; sin embargo, los cambios pequeños no son los que repercuten en los individuos sino son los cambios mayores los que ponen en riesgo la adaptación de cada persona, dichas situaciones ponen a prueba la madurez del ser humano para tomar decisiones.

El ajuste psicológico influye en las respuestas emocionales de las personas, por ejemplo si una persona obtiene una adaptación satisfactoria ante cualquier circunstancia, esto provocará

felicidad, bienestar físico, psicológico y alegría; sin embargo, si la persona sufre de un desajuste las emociones serán adversas. Se debe tomar en cuenta que el ajuste psicológico conlleva competencias personales que le ayudaran a interactuar a la persona con los estímulos que genera las circunstancias específicas, por consiguiente si ocurre una falla de coordinación entre la conducta y el estímulo se producirá un desajuste conductual que repercutirá disfuncionalmente en el progreso emocional de cada individuo.

La adaptación psicológica y emocional necesita experiencias de ajuste y el constante adiestramiento. Es permitido que el individuo se enfrente a situaciones diferentes a las que regularmente se ha enfrentado y superado. El poder encarar circunstancias de riesgo semejantes a las que se ha enfrentado con éxito anteriormente, dispondrá de una alta probabilidad de ajuste. Lo importante que resulta que las personas se enfrenten a circunstancias de riesgo ya que a base de ello el desarrollo personal, social y emocional se fortalece. Desde esta perspectiva el enfrentamiento a circunstancias diversas no solamente es necesario sino obligatorio, es preciso que se les enseñe a las personas a superar obstáculos ya sea en algún deporte o juego y que ellos puedan saltar dichos obstáculos, ya que una vez que los individuos sean capaces de superarlos tendrán la capacidad de superar inconvenientes que se les presenten en cada etapa de la vida.

1.2.3 Adaptabilidad y desarrollo psicológico

Gaxiola (2015) indica que el ser humano atraviesa diversas etapas en el transcurso de la vida y cada una de ellas se desarrollan de forma diferente, todas las personas nacen con defensas naturales en contra del dolor o sufrimiento y a través de los procesos de interacción con el contexto y ambiente familiar, social y cultural en el que se desenvuelvan, podrán autorregularse y desarrollar estrategias propias y personalizadas para poder afrontar situaciones y que las mantenga protegidas de cualquier daño, ello tiene como consecuencia la obtención de una adaptabilidad a los cambios que se generen durante los ciclos de la vida del ser humano y a una mejora en el desarrollo psicológico; por lo tanto, los ambientes positivos contribuyen a que las personas desarrollen un ajuste emocional, social y psicológico y seguidamente influyan en la adaptación psicológica a cada etapa que atraviesan.

La adaptación psicológica está presente en cada uno de las actuaciones del ser humano desde los más fáciles hasta los más complejos cada uno de ellos se identifican a lo largo de las etapas de desarrollo, desde el nacimiento hasta la muerte de la persona. Asimismo, se puede comprender que tanto el ajuste o desajuste psicológico son parte de este desarrollo psicológico en los cuales son parte los elementos protectores como el riesgo; cada persona se adapta de una forma diferente ante circunstancias que se le presentan ya que cada una tiene una historia propia lo cual hace que el comportamiento sea único, lo que para una puede ser una situación en la que pueda adaptarse fácilmente, probablemente para otra sea un desajuste emocional y le cause consecuencias no deseables, sin embargo, esto les proporcionará a ambas personas, distintas capacidades para enfrentar los peligros que se le muestran.

1.2.4 Las emociones

Bisquerra *et al.* (2012) explican que las emociones son reacciones muchas veces inconscientes del comportamiento del ser humano que proviene del mundo exterior, es energía que traspasan las neuronas localizadas profundamente en el cerebro los cuales mueven y empujan a las personas a querer estar vivos y en constante interacción con el mundo y con ellos mismos, a mantenerse activos, alerta, despiertos, vivos y las cuales los ayudan a distinguir circunstancias importantes para la supervivencia personal. Sin embargo, una alteración o desequilibrio de las mismas produce en el organismo del individuo una repercusión psicológica y fisiológica desfavorable que no le permitirán llegar a un pleno desarrollo emocional. Las emociones poseen siete pilares básicos ya que cumplen varias funciones dentro de ellas se encuentran:

- Primero: las emociones son innatas a los humanos y ellas sirven para defenderse de estímulos contrarios o estar cerca de estímulos que le sean de placer o que sirvan de gratificación tales como la comida, el agua, el sueño, jugar u otras actividades de placer que ayuden a la supervivencia individual de cada persona. Las emociones también son motivadoras, esto quiere decir que mantienen en movimiento o empujan a poseer los beneficios que se puedan obtener a lo largo de la vida del individuo o a rechazar los riesgos a los que se pueda enfrentar, en conclusión las emociones son de valiosa importancia para cada uno ya que ellas permiten la supervivencia y la motivación que puedan poseer las personas.

- Segundo: las emociones crean respuestas en el organismo frente a situaciones enemigas o beneficiosas, son reacciones que apoyan a descubrir no una respuesta fija ante un determinado estímulo, sino que a base de la reacción general de alerta que se posea el individuo tomará la respuesta más adecuada y útil dentro de todas las que se le presentan. A partir de ello se presentan los sentimientos acordes a cada situación en la que se muestra el sujeto y a la respuesta que tomó, se dice que los sentimientos es la parte consciente y subjetiva de las emociones, seguidamente las emociones y sentimientos proporcionan diversas conductas que ayudan a la supervivencia de la especie humana.
- Tercero: las emociones sirven para alertar a los individuos ante una provocación específica, dicha reacción emocional conlleva activaciones de varios sistemas cerebrales dentro de ellos están el sistema atencional, mecanismos sensoriales, motores, procesos mentales; el sistema endocrino (activación de hormonas), sistemas metabólicos tales como la glucosa y los ácidos grasos y en general la activación de muchos de los sistemas y aparatos del organismo por ejemplo el cardiovascular, respiratorio, esquelético, inmunitario, linfático, muscular, nervioso, entre otros; si las respuestas emocionales no son las adecuadas como las que se esperaban puede que se alteren todos estos aparatos y sistemas del ser humano.
- Cuarto: las emociones le dan mantenimiento a la curiosidad y con ello el interés por descubrir lo novedoso o las cosas que le puedan llamar la atención, se dice que la curiosidad es algo innato, instintivo y natural que posee una persona, es aquel impulso que crea la necesidad de conocer, manipular e interactuar con el ambiente y el contexto que le rodea al ser humano, este tipo de impulso apoya y ayuda a que la misma persona aumente o extienda estrategias o técnicas de seguridad o a protegerse de los riesgos a los que se enfrenta, las cuales le ayudan a la propia supervivencia, las cuales les deja una satisfacción al individuo ya que a base de la experiencia crea propias herramientas para una buena seguridad.
- Quinto: las emociones sirven como un tipo de lenguaje que permite la relación en las personas con semejantes. Esta es una comunicación rápida y efectiva, ya que la

importancia del lenguaje emocional en la vida de cada humano repercute de una manera factible, por ejemplo las caricias, abrazos y besos tiene un poder especial, el poder de transmitir afectos y sentimientos, es por ello que es de vital importancia desde el nacimiento del bebé comunicarle y hacerle entender que está protegido y que esa protección lo empoderará y en un futuro lo harán una mejor persona. Este tipo de lenguaje crea vínculos emocionales que pueden tener claras consecuencias de gran valor tanto de supervivencia biológica y social.

- Sexto: las emociones sirven para acumular y recordar sucesos, recuerdos y momentos de una manera más fácil y efectiva, a nadie difícilmente se le olvidan situaciones o acontecimientos los cuales hayan tenido escenas emocionales, ya sea que ellas hayan sido dolorosas o placenteras, también se debe tomar en cuenta que el significado haya sido importante y la duración lo suficiente como para quedarse plasmada en la mente del individuo, ello permite una mayor y mejor almacenamiento de lo que sucedió. La intensidad de dicha emoción asociada al recuerdo tendrá consecuencias buenas y de éxito si ellas son beneficiosas o si son malas influirán de una manera no deseada.
- Séptimo: las emociones y los sentimientos poseen un papel valioso en el proceso de razonamiento del ser humano ya que las respuestas creadas por el cerebro, los procesos cognitivos en general, se crean en las áreas asociadas de la corteza cerebral con información que ya está plasmada de emociones ya sean positivas o negativas. Ellas también poseen un papel valioso en la toma de decisiones conscientes por la persona, ya sean para el beneficio o no de la persona; por consiguiente se puede concluir que las emociones son las columnas básicas sobre las que descansan casi todas las funciones del cerebro dejándole a cargo la buena funcionalidad y supervivencia del individuo.

Se sabe que la sociedad actual vive estresada, esto genera un período de acciones y reacciones de tensión constante, estos estímulos no beneficiosos para las personas tiene como consecuencia un apagón emocional el cual conlleva una serie de problemas en el comportamiento de los individuos y también aparecen varios problemas físicos, dentro de ellos podemos encontrar cansancio, fatiga, dolores musculares, dolores de cabeza, crisis

nerviosa, agitaciones del corazón. El estrés es otro factor que puede ayudar en este apagón emocional, las consecuencias crean distintos estilos de vida en los individuos, ello da lugar a varias emociones negativas en las personas, algunas puede ser la irritabilidad, falta o pérdida de interés por varias áreas de la vida del ser humano, tales como trabajo, estudio, desatención y falta de curiosidad por interactuar y conocer más del ambiente y contexto en el que se desenvuelve o de poder compartir con la propia familia.

1.2.5 Tipos de emociones

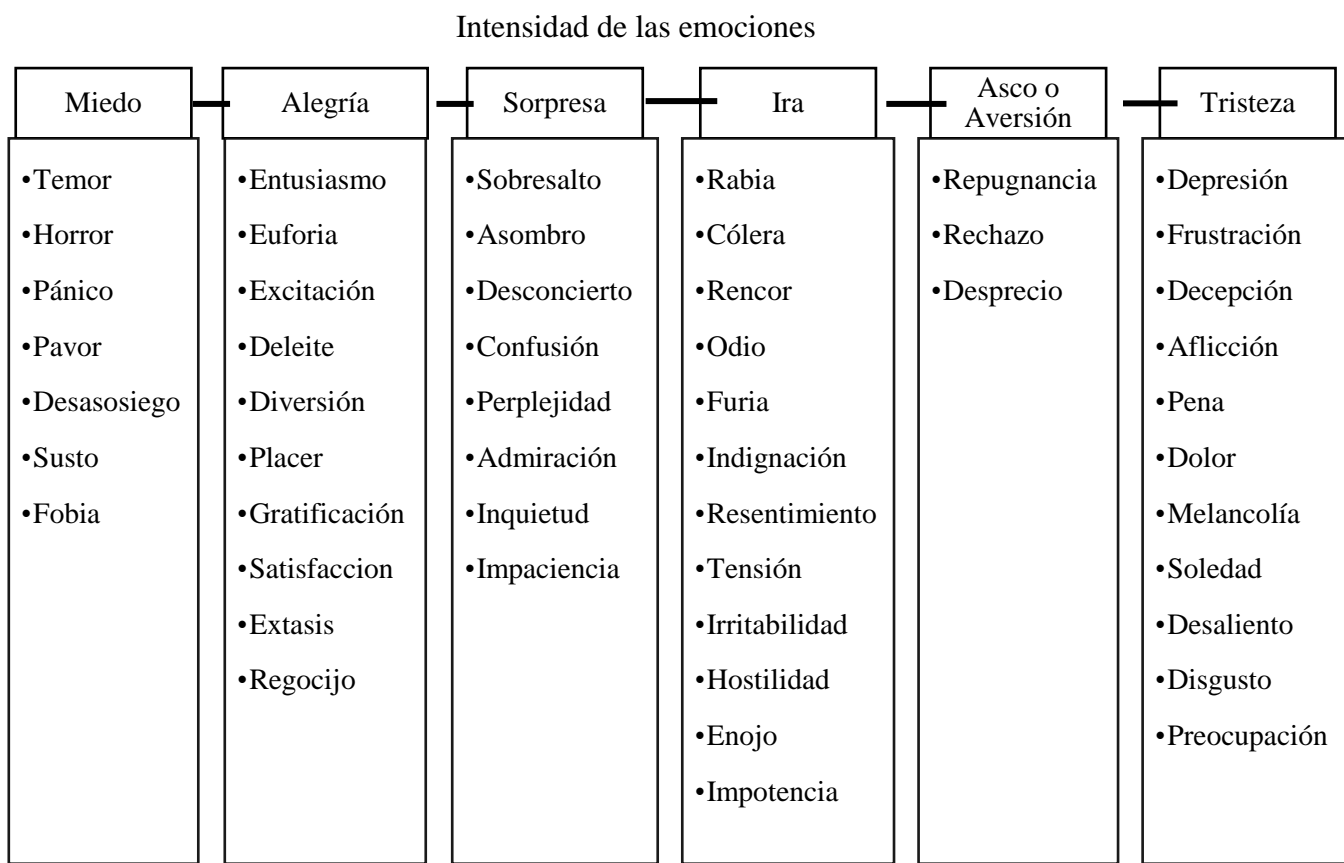
Pallarés (2010) expone varios tipos de emociones que perciben las personas y dentro de ellas se encuentran las siguientes:

- Las emociones universales: todas las culturas del mundo incluso hasta las personas sordas han observado cómo se manifiestan estas emociones en los seres humanos, por ello se les conoce como emociones universales, pueden expresarse e interpretarse por una expresión facial y corporal casi idéntica. El psicólogo de Estados Unidos, Paúl Ekman encuentra seis emociones llamadas universales ellas son: el miedo, la alegría, la sorpresa, la ira, el asco o aversión y la tristeza. A continuación se presentan estas emociones universales con los diferentes grados de intensidad ya que muchas veces las personas no saben identificar el grado de la emoción por la cual pasan, no es lo mismo sentir odio que furia, tener miedo que pánico o sentir alegría que entusiasmado.

De las emociones universales incluso se han hecho estudios en los cuales se descubre que los animales atraviesan por algunas de estas emociones universales por ejemplo cuando el amo no se encuentra en casa, sienten tristeza la cual demuestran con aullidos, pero cuando regresan a casa saltan de emoción, mueven la cola y se observa notoriamente que están alegres, que se sienten felices por volver a ver al amo. En todas las culturas estas emociones tiene rasgos faciales específicos que cualquiera puede identificarlos sin ningún problema o dificultad alguna, esto quiere decir que cuando una persona está alegre se ríe y cuando una persona está triste llora o esta cabizbajo y a nivel mundial no se ha comprobado cosas contrarias, es por ello que a este tipo de emociones se le han denominado emociones universales ya que más que

innatas son culturales que se proyectan y heredan de generación en generación, los abuelos a los padres y los padres a los hijos, según el científico Paúl Ekman.

Mapa Núm. 2



Fuente: Elaboración propia. En base a: Pallarés (2010).

- Las emociones positivas y negativas: todas las personas reaccionan de forma diferente ante cualquier estímulo emocional, se observa que la reacción al cambio es provechoso, favorable, que le brinda algo beneficioso o satisfactorio a las personas, se experimenta una emoción positiva, la cual tendrá como resultado sentimientos de alegría, deleite, amor, paz, conformidad y de una u otra manera aceptación; por otra parte si la persona experimenta o siente que la emoción es contraria, es decir, que trata de evitarla y evadirla, de tal forma que la reacción será diferente por el sufrimiento o dolor que causará en esta; los sentimientos resultantes serán ansiedad, miedo, ira, angustia, rabia. Estos tipos de

emociones determinan la reacción que la persona tendrá ante cualquier situación o cambio que atravesase dentro de una fase de la vida. Dentro de las emociones positivas y negativas se encuentran:

Tabla Núm. 2

Emociones positivas y negativas

Emociones positivas	Emociones negativas
<ul style="list-style-type: none"> • Felicidad • Paz • Compasión • Gratitud • Ternura • Admiración • Caridad • Empatía • Bondad • Amor • Placer • Fe • Esperanza • Resiliencia • Bienestar • Alegría • Fortaleza • Amistad • Altruismo • Estima • Afinidad • Satisfacción 	<ul style="list-style-type: none"> • Miedo • Ansiedad • Angustia • Desesperación • Estrés • Depresión • Odio • Ira • Rabia • Culpa • Vergüenza • Resentimiento • Tristeza • Egoísmo • Duelo • Asco • Celos • Soledad • Pesimismo • Decepción • Indignación • Envidia

Fuente: Pallarés (2010) *Emociones y sentimientos, dónde se forman y cómo se transforman.* p.35.

1.2.6 Analfabetismo emocional

Goleman (2014) expone que actualmente existen fenómenos que hace dos décadas no se veían con tanta frecuencia, se hablan de los asesinatos de varios jóvenes, o la falta de valores que los adolescentes poseen hoy en día, también de las señoritas o niñas embarazadas hay quienes llaman a este fenómeno bebés que tienen bebés, muchos se preguntan el porqué de estas situaciones en el mundo actual, sin embargo, en los centros educativos o en las familias se preocupan más porque los jóvenes tengan buenas notas en matemáticas, física o química que en una área importante en la vida de los adolescentes y sería en el área emocional, el analfabetismo emocional es una nueva deficiencia alarmante que se descubrió; la necesidad de educar a la adolescencia emocionalmente es muy importante y se ha dejado como objeto sin tanta importancia.

Otros factores que afectan a la juventud de hoy en día son los síntomas de la depresión y el estrés, los cuales crecen de manera increíble, los trastornos de la alimentación en niñas por el simple hecho de no aceptarse, varias estadísticas demuestran este malestar emocional que todos los jóvenes de esta década poseen. Es muy lamentable que los padres de familia y los educadores no tomen en cuenta estos factores que se pueden prevenir si se educara emocionalmente desde pequeños a los seres humanos y así desapareciera el analfabetismo emocional, el mundo cambiaría eficaz y satisfactoriamente si todos aportaran un granito de arena para que el entorno y ambiente en el que se desenvuelve el adolescente cambie.

En encuestas realizadas a padres y docentes se concluye que los adolescentes reflejan un desempeño más pobre en los aspectos como: aislamiento o problemas sociales (tienden a estar solos, son reservados, mal humor, pérdida de energía, sentimiento de infelicidad); ansiedad y depresión (miedos, preocupaciones, necesidad de ser perfectos, nerviosismo, tristeza y depresión); problemas de la atención del pensamiento (incapaces de prestar atención, distraídos, actuación sin reflexión previa, mal desempeño en realizar tareas escolares) y delincuencia y agresividad de la cual se derivan en la integración de chicos que están en pandillas o en conflictos constantes, mentiras constantes, discusiones, destrucción de las propiedades, desobedientes, agresivos, actitud burlona, caprichos, charlatanería, temperamentos no adecuados. Una mirada más cuidadosa a la juventud ayuda a disminuir

estos índices de analfabetismo emocional y previene más atentados, divorcios y niñas embarazadas.

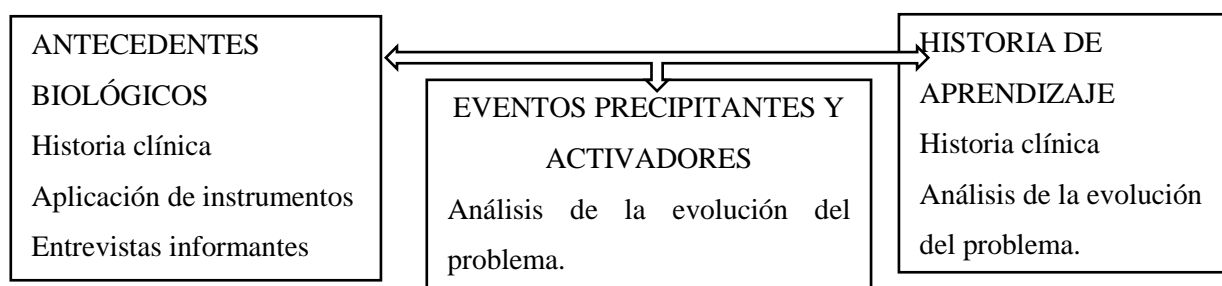
1.2.7 Tratamiento

Reyes y Tena (2016) establecen un modelo integrativo de regulación emocional (MIRE), el cual consiste en proporcionar estrategias para la problemática emocional, cómo detectarla y tratarla, el objetivo general del MIRE es resolver los comportamientos relacionados con la regularización emocional y desarrollar estrategias conductuales con flexibilidad que permitan mejorar la vida de las personas con trastornos afectivos y emocionales. Este modelo considera que una experiencia desagradable que sea rechazada por el individuo motivaría la práctica de estrategias de regulación emocional, en consecuencia las experiencias emocionales que se tienen frente a un evento no se saben por lo tanto no representan ninguna intervención psicológica.

La sensibilidad emocional se expresa en las interpretaciones que el individuo realiza sobre las emociones y la manera en que las afrontan, en este modelo se quiere lograr la aceptación de la molestia psicológica con varias técnicas de mindfulness, defusión cognitiva y el uso de metáforas; se pretende apoyar a las personas que se benefician del tratamiento a que identifiquen y valoren la motivación de las emociones y la utilidad para tomar decisiones y resolver problemas. Para controlar las emociones se especifican la estrategia de control, el rendimiento deseado de ella y las consecuencias indeseables, por ejemplo las personas que evitan alguna situación que temen, sienten que con evadirlas estarán a salvo.

Mapa Núm. 3

Estrategias para conceptualizar el caso acorde al Modelo Integrativo para la Regulación Emocional





EXPERIENCIAS PSICOLÓGICAS

Estrategias de auto-observación, análisis de cadenas conductuales, observaciones de conductas relevantes en sesión clínica.

Psicoeducación emocional, estrategias de validación, aceptación y mindfulness



ESTRATEGIAS DE CONTROL

Estrategias de automonitoreo, análisis de cadenas conductuales, especificación de reglas, análisis y cuestionamientos de consensos, observaciones y conductas clínicamente relevantes en sesión.

Estrategias y experimentos metacognitivos, de mindfulness y desliteralización

Estrategias de regulación emocional y tolerancia al malestar.



DETERIORO BIOPSICOSOCIAL

Estrategias de identificación y concreción de valores y activación conductual.

Estrategias de análisis conductual, solución de problemas y entrenamientos conductuales.

Estrategias de prevención de recaídas y seguimientos.

Fuente: Reyes y Tena (2016) *Regulación emocional en la práctica clínica. Una guía para terapias*. p. 45

En conclusión la mayor parte de la vida del ser humano se basa en la adaptación emocional, ya que en todo momento, contexto, ambiente social o familiar el individuo debe acoplarse y ajustarse a los cambios que se le presentan, sin embargo no todos están dispuestos a enfrentar dichos cambios, probablemente para unos sea muy fácil adaptarse al nuevo estilo de vida, pero por otro lado es muy probable que para otros represente un riesgo ese cambio; y genera un desequilibrio emocional y al no poderse acoplar trae consecuencias consigo y es allí donde aparecen sentimientos y conductas agresivas no deseados para el ser humano, causándole malestar emocional, actualmente se vive en un siglo en el cual la educación emocional, lamentablemente se ha desvalorizado, por ello hay tantos jóvenes con diferentes problemáticas que no les permiten autorrealizarse y ser personas emocionalmente fuertes.

II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En la actualidad, el número de adolescentes agresivos ha aumentado de una manera sorprendente, esto se debe a que en esta etapa tan compleja se sufre de variaciones no solamente físicas sino también cambios emocionales y psicológicos, estos cambios influyen o aportan a dejar a los jóvenes más propensos a poseer conductas agresivas dentro del contexto familiar, social y educativo, sin embargo, muchas son las causas que pueden favorecer un equilibrio emocional y lo más importante un desarrollo emocional favorable para enfrentar cada situación que se presente día a día.

Asimismo, la adaptación emocional permite poseer una referencia de la estabilidad emocional de cada ser humano y da la pauta de la exigencia que tiene con él mismo para lograr las metas, esto indica que, si la persona no estuviera adaptada emocionalmente ante las situaciones que se le muestran durante toda la vida surgen emociones negativas, dentro de las cuales se encuentra la agresividad, al mismo tiempo el estudio de estas dos características muy marcadas en los jóvenes de hoy en día es de gran importancia, debido a que día a día la adolescencia evoluciona rápidamente y es a los que menos se les presta atención.

Muchos factores influyen en las conductas de agresividad y desadaptación emocional que los jóvenes poseen y reflejan dentro de la sociedad, la familia, la zona de estudio y de cualquier contexto en el que se desenvuelva, y el principal de estos factores es la ausencia tanto física como emocional de los padres, sin embargo, no se dan cuenta del daño tan grande que le causan a los hijos, ya que los padres son los pilares importantes para que el adolescente pueda alcanzar un nivel alto de adaptación emocional y disminuya la agresividad.

Otro factor que puede desencadenar la agresividad y la desadaptación emocional en la adolescencia es la frustración de encontrarse frente a situaciones que estos solos no pueden afrontar y resolver, los padres tienen un papel importante dentro de la vida de los hijos y es el de apoyarlos para que estas conductas disminuyan o desaparezcan de los adolescentes y brindarles seguridad para que puedan abordar las circunstancias en las que se encuentren. La

familia es un apoyo indispensable para los adolescentes en el desarrollo cognitivo y conductual.

Guatemala no está exento de esta situación de agresividad que se vive hoy en día con la juventud, ya que actualmente se ve que los padres desde pequeños forman a niños agresivos, diciéndoles que deben defenderse si los compañeros de aula los molestan o los golpean, desde ese momento crean y crían a niños agresivos y en la adolescencia manifiestan estas conductas que pudieron haberse evitado desde la infancia; es importante desde el punto de vista de la psicología poder abordar estos temas que han causado polémica actualmente, ya que un buen porcentaje de casos que llegan a clínica presentan este tipo de problemáticas, por ello es relevante aportar una mejor estabilidad emocional, ajuste emocional y un mejor bienestar psicológico a los adolescentes y las familias que los acompañan en estos procesos inevitables que atraviesa cualquier ser humano en esta fase.

Por lo que se planteó la siguiente pregunta ¿Cuál es el perfil de agresividad y el nivel de adaptación emocional en los adolescentes?

2.1 Objetivos

2.1.1 Objetivo general

Determinar el perfil de agresividad y el nivel de adaptación emocional en los adolescentes de tercero básico del Instituto Mixto de Educación Básica por Cooperativa IMEBAC de la Aldea Santa Rita del municipio de Salcajá, del departamento de Quetzaltenango.

2.1.2 Objetivos específicos

- Identificar el perfil de agresividad en los adolescentes de tercero básico.
- Establecer el nivel de adaptación emocional en los adolescentes de tercero básico.
- Proponer luego de los resultados obtenidos un programa que contribuya con el manejo de la agresividad y adaptación.

2.2 Variables

- Agresividad
- Adaptación emocional

2.3 Definición de variables

2.3.1 Definición conceptual de las variables

Agresividad

Buss (como se citó en Muriel, 2013) define agresividad como una conducta que tiene como objetivo agredir o dañar a las personas ya sea física, emocional y psicológicamente generan como resultado un daño a la persona agredida, dicha conducta puede ser evolutiva, puede caracterizarse en niños y repercutir notoriamente en la adolescencia y en la actualidad es la preocupación de padres de familia y educadores ya que en la juventud no saben cómo manejar la situación.

Adaptación emocional

Abarca (como se citó en Chaj, 2015) establece que adaptación emocional es el estado de acomodación o ajuste ante cualquier circunstancia en la que se encuentra cada individuo, responden así ante esta situación de forma adecuada y apropiada ya que buscan equilibrio emocional, sin embargo depende de la naturaleza de la circunstancia la persona actuará y si no es posible la adecuación puede traer como consecuencia desadaptación emocional, la cual desequilibrará así el bienestar psicológico y otros malestares.

2.3.2 Definición operacional de las variables

Las variables de estudio se operacionalizaron a través de los test psicométricos, para la agresividad, se utilizará el Cuestionario de agresividad premeditada e impulsiva en adolescentes (CAPI-A), puede ser aplicada tanto individual como colectivamente a adolescente de 12 a 17 años. La duración fue de 10 a 15 minutos máximo; y se obtuvo los resultados de una baremación en percentiles por sexo y general. Y para la adaptación emocional se utilizó el Cuestionario de adaptación para adolescentes de Hugh M. Bell el cual mide cuatro aspectos: adaptación social, familiar, emocional y salud, puede aplicarse

individual o colectivamente a adolescentes de 12 a 17 años, en este cuestionario no existe límite de tiempo pero generalmente no se necesitan más de veinticinco minutos para la aplicación.

2.4 Alcances y límites

El estudio se realizó con 66 estudiantes de ambos sexos de tercero básico del Instituto Mixto de Educación Básica por Cooperativa IMEBAC de la Aldea Santa Rita, del municipio de Salcajá del departamento de Quetzaltenango, el cual les permitirá determinar el perfil de agresividad y nivel de adaptación emocional que poseen y a base de ello poder manejar las emociones ante cada situación que se le presenten en el diario vivir.

2.5 Aporte

La investigación aportó elementos importantes a los estudiantes del Instituto Mixto de Educación Básica por Cooperativa IMEBAC, ya que les permitió determinar e identificar el nivel adaptación emocional que poseen ante las situaciones o circunstancias que se les presentan día a día, en el contexto familiar, social, académico y en otras áreas en las que se desenvuelvan.

A la Universidad Rafael Landívar y a la Facultad de psicología, le ayudó como un aporte para consulta de todas aquellas personas que se interesan por aprender, por conocer e informarse sobre el nivel de agresividad y adaptación emocional que poseen los adolescentes actualmente y la importancia en la estabilidad psicológica.

A la población de Guatemala y del departamento de Quetzaltenango, ya que aportó información relevante sobre el nivel de agresividad y adaptación emocional en adolescentes, se debe tomar en cuenta la importancia que tiene la familia sobre esta problemática que posee nuestro país, por muchas veces la ausencia física y emocional de los padres hacia los hijos, máxime las consecuencias que ello produce en los adolescentes.

III. MÉTODO

3.1 Sujetos

El presente estudio de investigación se desarrolló con 66 adolescentes de ambos sexos, los cuales oscilan entre las edades de 13 a 17 años, estudiantes del grado de tercero básico en el Instituto Mixto de Educación Básica por Cooperativa (IMEBAC) ubicado en la Aldea Santa Rita del municipio de Salcajá, del departamento de Quetzaltenango, jornada vespertina, la mayoría del área rural.

3.2 Instrumentos

Para el desarrollo y evaluación de la primera variable se eligió el Cuestionario de Agresividad Premeditada e impulsiva en Adolescentes CAPI-A de José Manuel Andreu (Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológico I, Universidad Complutense de Madrid) con el objeto de evaluar la agresividad premeditada e impulsiva en adolescentes comprendidos entre 12 y 17 años; su aplicación puede ser individual y colectiva con una duración de 10 a 15 minutos. El cuestionario CAPI-A puede emplearse precisamente para evaluar la agresividad premeditada e impulsiva de los adolescentes tanto en población en general como clínica.

La principal utilidad reside en aportar información de interés para la valoración funcional de la agresividad ya sea premeditada o impulsiva y el diseño específico de presentaciones de prevención e intervención en función de los resultados obtenidos en los perfiles de las escalas incluidas en el instrumento. La escala de sinceridad incorporada en el CAPI-A está formada por seis elementos que componen la segunda parte del cuestionario y que formaron parte de la tipificación con el objeto de representar una serie de contenidos relacionados con varias conductas; para la calificación del cuestionario se suman las puntuaciones de cada una de las filas que se encuentran en la evaluación.

Para la segunda variable se usó el Cuestionario de Adaptación para adolescentes de Hugh M. Bell; este cuestionario permite obtener cuatro distintos tipos de adaptación personal y social los cuales son: adaptación familiar, adaptación de la salud, adaptación social y adaptación emocional. El objetivo de este cuestionario fue determinar el grado de adaptabilidad del sujeto

en cada una de las áreas antes mencionadas, es útil en los adolescentes de 12 a 17 años de ambos sexos, la aplicación es individual y colectiva. No hay tiempo límite, generalmente, no se necesitan más de veinticinco minutos para contestar el cuestionario; la nota total puede utilizarse como un indicador del estado general de adaptación de la persona.

Para obtener la nota correspondiente de cada una de las áreas se utilizó la clave de corrección, correspondiente a el tipo de adaptación que se debe valorar, colocar la plantilla sobre el cuestionario de forma que coincidan los orificios con los números correspondientes de cada página, seguidamente se cuentan cada una de las respuestas que estén rodeadas con un círculo y que concuerden con los orificios de la clave. Una vez sumadas todas las respuestas que puntúan en cada sector, el resultado se anota en la primera página del cuestionario a la casilla correspondiente a cada área; las respuestas con interrogante no puntúan y para finalizar en las casillas situadas debajo de la R (rangos) se coloca el término que corresponde para expresar en palabras la puntuación obtenida.

3.3 Procedimiento

- Selección de los temas: de acuerdo a los intereses del investigador.
- Elaboración y aprobación del sumario: dos temas fueron enviados, posteriormente se escogió uno para dicha investigación.
- Aprobación del tema a investigar: mediante realización del perfil de investigación y aprobación de autoridades correspondientes.
- Investigación de antecedentes: por medio de consulta de revistas, tesis y la utilización de medios electrónicos.
- Elaboración del índice: de acuerdo a las dos variables de estudio.
- Realización de marco teórico: a través de lectura de libros, utilización del internet.
- Planteamiento del problema: enfocado según los estudios del marco teórico y problemática observada.
- Elaboración del método: por medio del proceso estadístico para desarrollar el procedimiento que más se adecua.
- Aplicación de la prueba y escala: para evaluación de las variables de estudio, en este caso se utilizará el Cuestionario de Agresividad Premeditada e Impulsiva en Adolescentes

CAPI-A para media agresividad y el Cuestionario de Adaptación para adolescentes de Hugh M. Bell para la variable adaptación emocional.

- Tabulación de los resultados: mediante el proceso de calificación de las pruebas aplicadas, uso de estadística descriptiva, media, mediana, moda, significación y fiabilidad para realizar la discusión.
- Análisis de los resultados: por medio de cuadros de frecuencia y porcentaje cotejados con la estadística aplicada.
- Discusión: etapa del proceso donde se verificará el alcance de los objetivos por medio del cotejo de los antecedentes, el marco teórico, los resultados del trabajo de campo y el criterio del investigador.
- Elaboración de las conclusiones del trabajo de investigación: relacionado a los objetivos trazados.
- Recomendaciones: donde se sugieren alternativas relacionadas a la problemática estudiada enfocadas al aporte propuesto.
- Propuesta: dirigida a los sujetos de la investigación.
- Referencias: basado en los lineamientos de las normas APA.

3.4 Tipo de investigación, diseño y metodología estadística

- Tipo de investigación

Acherandio (2010) explica que la investigación cuantitativa es metódica y lógica la cual se basa para ello de la numeración y mediciones cuantificables de objetos, personas, fenómenos que puedan ser medidos, y generan datos que puedan ser contados y los cuales podrán proporcionar resultados que se obtendrán por medio de métodos estadísticos. Por lo tanto, hay que tomar en cuenta que estos grupos, objetos, personas, participantes o cualquier otro tipo de fenómeno que se seleccione se puedan realmente observar y medir; la investigación cuantitativa es objetiva, imparcial, utiliza procesos relativos y se deben acoplar rigurosamente al recolectar los datos y analizarlos.

- Diseño

Hernández, Fernández y Baptista (2010) establecen que el diseño de carácter descriptivo, investiga específicamente las propiedades, características y perfiles de los sujetos, grupos,

comunidades, procesos o cualquier otro sujeto de estudio con el cual se pueda analizar, este tipo de investigación pretende medir o recabar información de manera independiente o grupal sobre las variables con las que se pretenden trabajar; por lo tanto, se debe tomar en cuenta que la investigación descriptiva no tiene como objetivo indicar la relación que los conceptos tienen entre sí, sino son útiles para demostrar con precisión dimensiones o ángulos de los sucesos, contextos o situaciones que se presentan. La persona que investigue esta clase de estudios será capaz de definir que se medirá y con qué o quienes se recogerán los datos.

- Metodología estadística

Se aplicará estadística descriptiva por medio de la media aritmética, moda, porcentajes y gráficas de barras y sectores.

Lima (2016) presenta las siguientes fórmulas estadísticas: media aritmética, moda, porcentajes y gráficas de barras y sectores.

$$\bar{X} = \frac{\sum f \cdot Xi}{N}$$

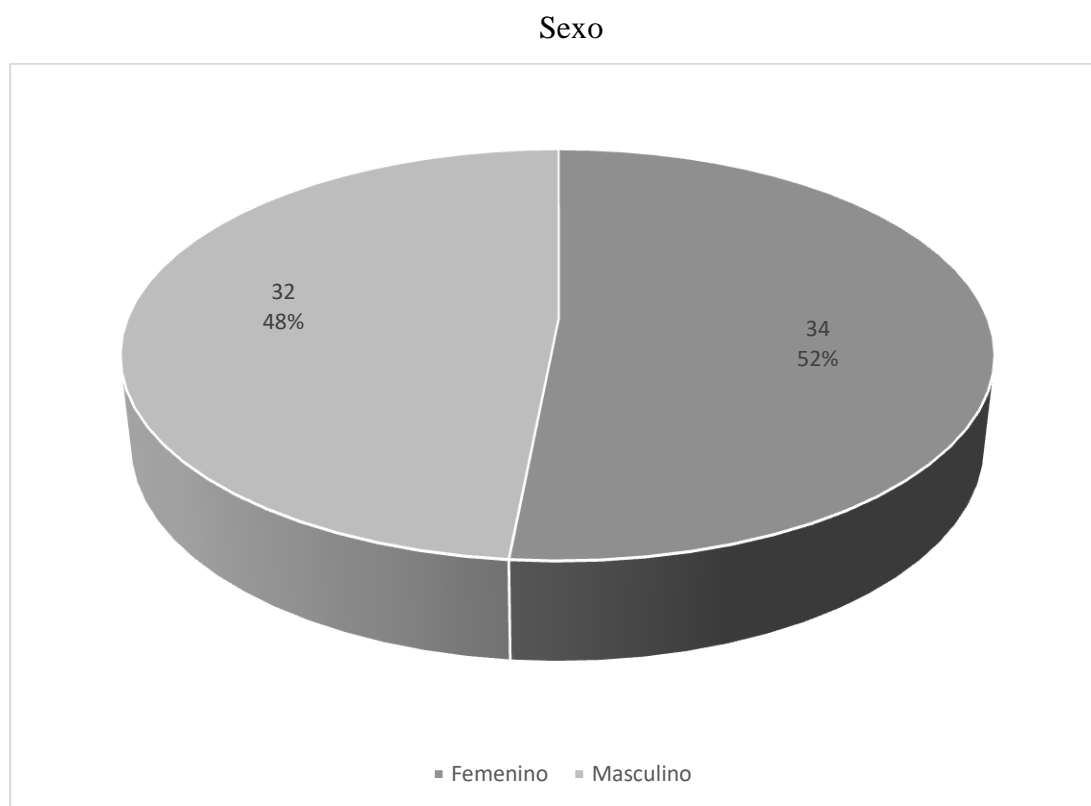
$$Mo = f > \Rightarrow Xi$$

$$\% = \frac{f \times 100}{N}$$

IV. PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS

A continuación se presentan los resultados obtenidos en la aplicación del Cuestionario de Agresividad CAPI-A y el Cuestionario de Adaptación de Hugh M. Bell, por medio de tablas y gráficas.

Gráfica núm. 1



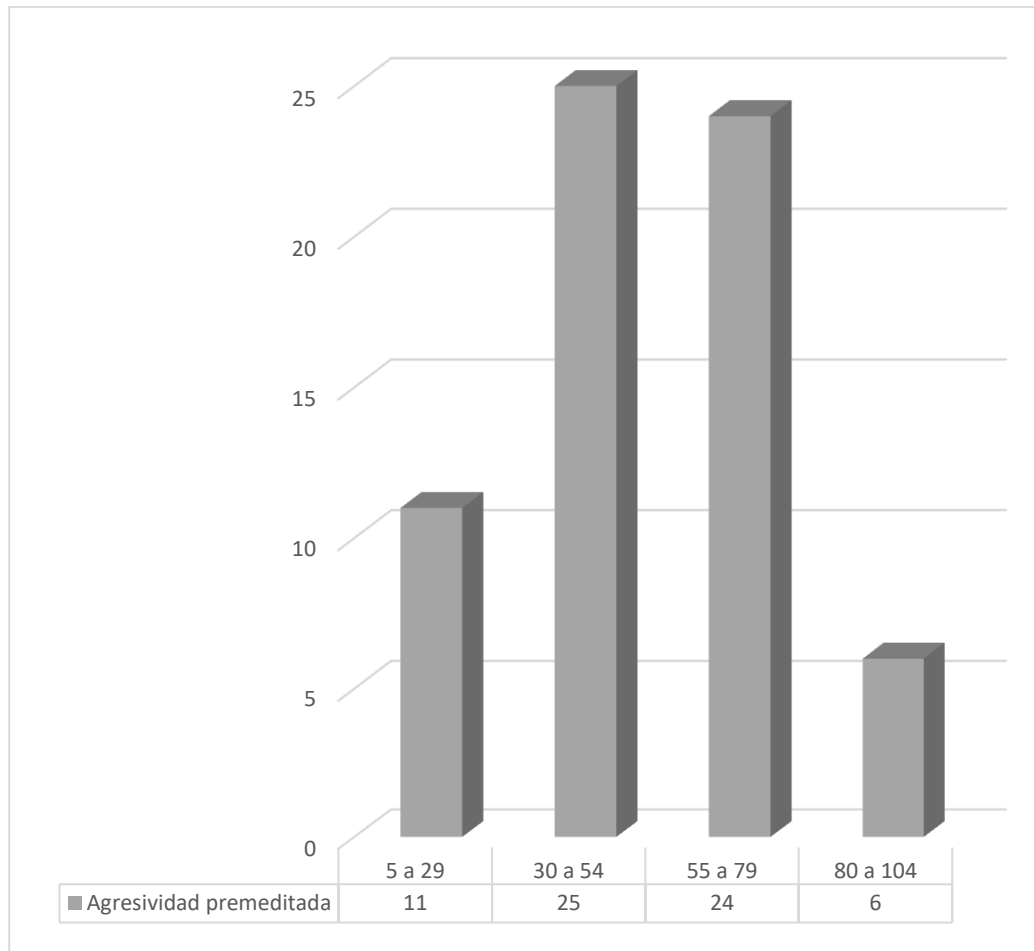
Fuente: trabajo de campo 2017

Interpretación:

En la gráfica se observa que de los 66 estudiantes investigados, 34 son de sexo femenino quienes representan a la mayoría con un 52%.

Gráfica núm. 2

Agresividad Premeditada



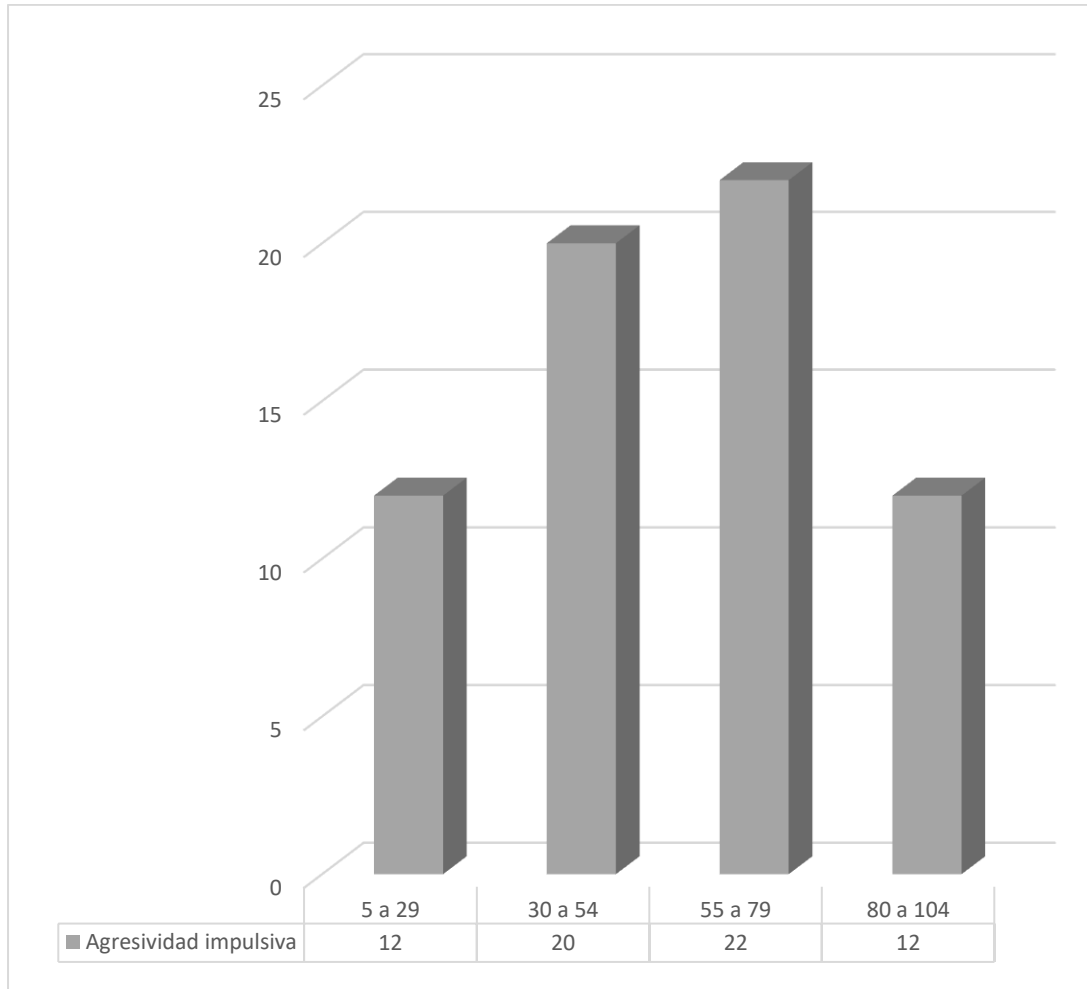
Fuente: trabajo de campo 2017

Interpretación:

Se visualiza en la gráfica número 2, que la mayoría de estudiantes investigados presentan una baja agresividad premeditada, encontrándose en el intervalo de 30 a 54.

Gráfica núm. 3

Agresividad Impulsiva



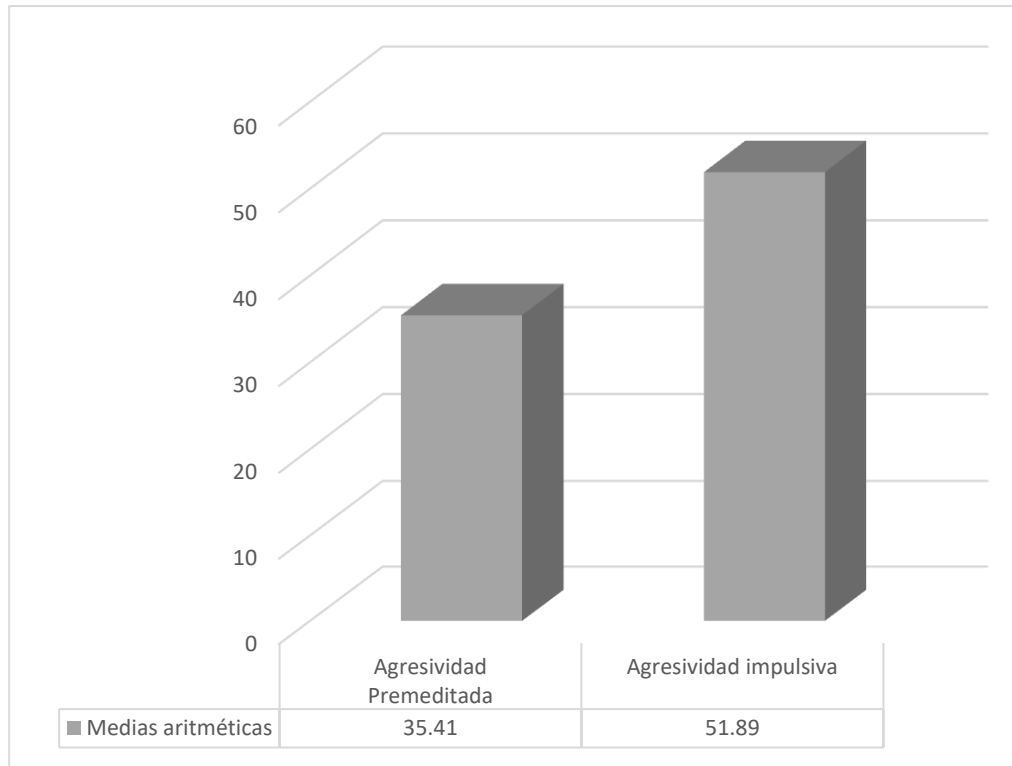
Fuente: trabajo de campo 2017

Interpretación:

Se visualiza en la gráfica número 3, que la mayoría de estudiantes investigados presentan una mayor agresividad impulsiva, al encontrarse en el intervalo 55 a 79.

Gráfica núm. 4

Comparación entre agresividad premeditada y agresividad impulsiva
Medias aritméticas



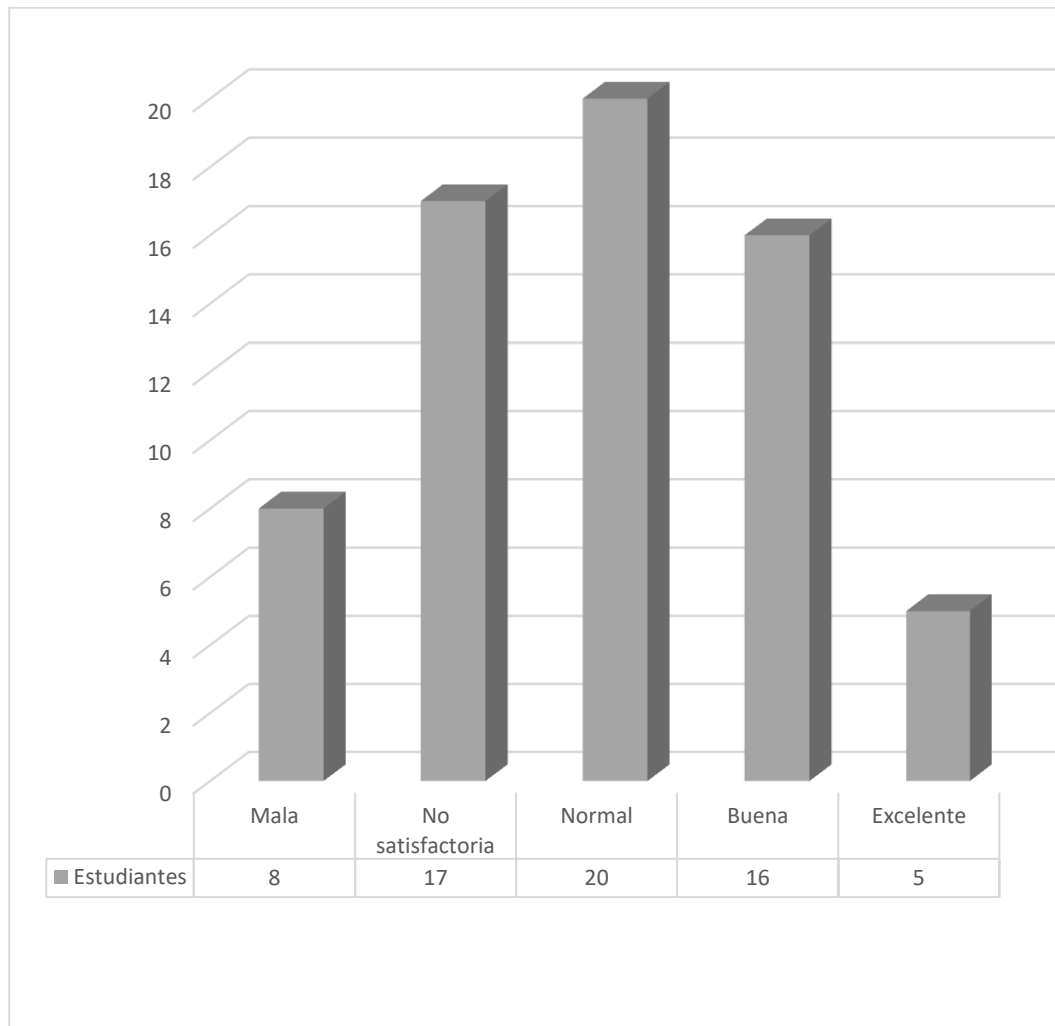
Fuente: trabajo de campo 2017

Interpretación:

Al comparar la media aritmética de la agresividad premeditada 35.41 con la media aritmética de la agresividad impulsiva 51.89, se observa una diferencia estadísticamente significativa al nivel del 5%, lo que indica que los sujetos investigados presentan mayor impulsividad en los actos. Con lo que se alcanzó el objetivo específico número uno.

Gráfica núm. 5

Niveles de adaptación emocional



Fuente: trabajo de campo 2017

Interpretación:

En la gráfica número 5 se observa que en los estudiantes investigados, la mayoría de ellos presentan una adaptación emocional normal en comparación a los otros niveles establecidos. Con lo que se alcanzó el objetivo específico número 2.

V. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

El desarrollo de la presente investigación fue realizada con relación a la agresividad y adaptación emocional, de tipo cuantitativo y diseño descriptivo, cuyo universo estuvo comprendido por 66 estudiantes de tercero básico del Instituto Mixto de Educación Básica por Cooperativa IMEBAC, inscritos en el ciclo lectivo 2017.

El tema contribuye a los estudiantes a poder identificar el perfil de agresividad y el nivel de adaptación emocional que poseen y a partir de ello el docente pueda proporcionar técnicas y herramientas a los jóvenes para que puedan manejar las emociones que experimentan ante situaciones que se le presentan diariamente; se comparan los resultados obtenidos con las aportaciones realizadas y fundamentadas teóricamente.

Samper, Tur, Mestre y Cortés (2008) mencionan que el comportamiento agresivo es un tema de estudio que tiene como finalidad la comprensión de los mecanismos básicos que causan y regulan la conducta de cada individuo, los resultados confirman que existen diferencias en los comportamientos agresivos evaluados según la clase de cultura, sexo, país de nacimiento y el tipo de contexto en el que se desenvuelve cada individuo.

Según los resultados obtenidos al comparar la media aritmética de la agresividad premeditada 35.41 con la media aritmética de la agresividad impulsiva 51.89, se observa una discrepancia estadísticamente visible al nivel del 5% lo que indica que los sujetos investigados presentan mayor impulsividad en los actos.

Jiménez (2014) expone que los preadolescentes y adolescentes practicantes de karate, presentan perfiles de nivel bajo de agresividad, sin embargo las mujeres presentan altos niveles de agresividad impulsiva.

Al compararse los resultados finales se observa que la mayor parte de estudiantes evaluados presentan una mayor agresividad impulsiva en los actos.

Silberstein (2011) explica que la adaptación emocional permite reconocer las emociones que se deben emplear en cada situación de la vida del individuo y así poder asociarlas en experiencias buenas y malas, las cuales permiten reaccionar a los estímulos de forma concreta y asertiva.

Según el análisis de los resultados al obtener el nivel de adaptación emocional que presentan los estudiantes, se encuentran en un nivel normal de adaptación, por lo que se puede observar que el rango les permite reaccionar a los estímulos que se le presentan día a día asertivamente y de forma específica.

Andreu (2010) define la agresividad impulsiva como la reacción agresora a una oposición percibida por el individuo. Por ello también se le conoce como agresión emocional, reactiva u hostil, ya que el sujeto responde consciente e inconscientemente a un estímulo externo.

De los resultados obtenidos se puede observar que la mayoría de los estudiantes investigados presentan una mayor agresividad impulsiva a la hora de reaccionar ante las situaciones que se les presentan diariamente, estas reacciones pueden ser conscientes e inconscientes al momento de actuar de los jóvenes.

Gaxiola (2015) define la adaptación emocional como una interacción efectiva con el ambiente en el que se desarrolla, es un estado en el que el ser humano entabla una relación de armonía y carece de problemas o insatisfacciones en lo familiar, social y educativo, dado que el ajuste emocional posee un nivel normal o elevado, dando como resultado una satisfacción personal.

El nivel de adaptación emocional de la mayoría de los alumnos evaluados posee un nivel normal, por ello se observa que la mayoría de los adolescentes entablan una relación de armonía con el entorno.

Goleman (2014) expone que el analfabetismo emocional es una nueva deficiencia alarmante, ya que vemos a muchos adolescentes con frecuentes actitudes de agresividad y violencia, que surgen de la carencia de estrategias o herramientas que se les proporcionan al estudiante para

poder controlar las emociones o actitudes frente a la gama de situaciones que hoy en día se presentan.

Los docentes tienen un papel fundamental dentro de la vida de los estudiantes, es por ello que se debe capacitar a los maestros para que puedan obtener estrategias y herramientas para poder apoyar a los estudiantes a controlar las emociones y manejar los actos.

Con base a los resultados obtenidos se observa que el índice de agresividad impulsiva en los estudiantes es mayor, tanto en mujeres como en hombres, sin embargo, el nivel de adaptación emocional oscila la mayor parte en un rango normal, por lo que se concluye que es importante que los estudiantes tengan un nivel de adaptación emocional alto y así poder controlar las emociones, impulsos, sentimientos y pensamientos, para que puedan pensar antes de actuar y puedan desenvolverse de una mejor manera frente a cada situación que se le presente.

VI. CONCLUSIONES

- Al comparar las medias aritméticas de la agresividad premeditada 35.41 con la media aritmética de la agresividad impulsiva 51-89, se identificó una diferencia significativa del 5% entre ellas, lo que indica que los alumnos investigados actúan impulsivamente.
- Al obtener los resultados se estableció que el perfil de agresividad impulsiva es la más predominante en los estudiantes de tercero básico. Lo cual indica que los actos son espontáneos e impulsivos.
- Se estableció que la mayoría de los estudiantes evaluados presentan un nivel de adaptación normal, lo cual indica que se encuentran dentro del rango establecido en comparación de los demás niveles.
- Que el docente posea las herramientas adecuadas para identificar las emociones que atraviesan los jóvenes.
- La adaptación emocional juega un papel importante en los adolescentes, ya que de ella depende el ajuste y equilibrio de las emociones que experimentan para ayudar a un mejor desenvolvimiento educativo y social.

VII. RECOMENDACIONES

- Fomentar en los alumnos un mejor manejo de las emociones, sentimientos, pensamientos y control de impulsos.
- Capacitar a los maestros para la identificación de las emociones de los alumnos y proporcionarles las herramientas adecuadas para apoyarlos.
- Fortalecer el nivel de adaptación emocional de los alumnos a través de talleres, para tener un mayor desenvolvimiento en el área educativa, familiar y social.
- Crear programas para docentes, que brinden estrategias y herramientas en la identificación de las emociones de los alumnos, y apoyar de forma adecuada a los estudiantes a un mejor control emocional.
- Desarrollar en los estudiantes la capacidad de conocer las emociones que experimentan frente a varias situaciones, ello les ayudará a controlar sus actitudes, sentimientos y pensamientos, dando como resultado un mejor equilibrio emocional.

VIII. REFERENCIAS

- Abarca, S. (2007). *Psicología del niño en edad escolar*. San José, Costa Rica: EUNED
- Achaerandio, L. (2010). *Iniciación a la práctica de la investigación (7 ed.)*. Guatemala: Magna Terra.
- Andreu, J. (2010). *Cuestionario de agresividad premeditada e impulsiva CAPI-A*. Madrid: TEA S.A.
- Bisquerra, R., Punset, E., Mora, F., García, E., López, E., Pérez, J., Lantieri, L., Nambiar, M., Aguilera, P., Segovia, N. y Planells, O. (2012). *¿Cómo educar las emociones?*. Barcelona: Gráficas Campás, S.A.
- Brando, M., Varela, J. y Zarate, Y. (2008). *Estilos de apego y agresividad en adolescentes*. Recuperado de http://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/31581564/agresividad___apego_y_rorschach.pdf?AWSAccessKeyId=AKIAIWOWYYGZ2Y53UL3A&Expires=1500104397&Signature=sO6%2Bz8%2B2OvLFKlgcK4K7kyXbcp0%3D&response-content-disposition=inline%3B%20filename%3Dagresividad_apego_y_rorschach.pdf
- Castanyer, O. (2010). *La asertividad: expresión de una sana autoestima (32 ed.)*. España: Desclée De Brouwer, S. A.
- Chaj, G. (2015). *Adaptación emocional en el embarazo precoz (Tesis de licenciatura)*. Universidad Rafael Landívar. Campus de Quetzaltenango, Quetzaltenango, Guatemala. Recuperada de <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesisjcem/2015/05/42/Chaj-Gabriela.pdf>
- Gaxiola, J. (2015). *Adaptación psicológica humana*. México: Pearson Educación de México S.A.
- Goleman, D. (2014). *La inteligencia emocional*. México: Programas educativos S.A.
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, M. (2010). *Metodología de la investigación (5 ed.)*. México: Mcgraw – Hill Interamericana, S.A.
- Jiménez, A. (2014). *Perfiles de agresividad en preadolescentes y adolescentes que practican karate en la confederación deportiva autónoma de Guatemala, en el departamento de Sacatepéquez (Tesis de licenciatura)*. Universidad Rafael Landívar. Sede regional de

- La Antigua, Sacatepéquez, Guatemala. Recuperada de <http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2014/05/42/Jimenez-Alma.pdf>
- Letona, M. (2012). Agresividad en adolescentes ciberadictos (Tesis de licenciatura). Universidad Rafael Landívar. Campus de Quetzaltenango, Quetzaltenango, Guatemala. Recuperada de <http://biblio3.url.edu.gt/Tesis/2012/05/22/Letona-Maria.pdf>
- Lima, G. (2016). Metodología estadística (2 ed.). Guatemala: Copymax.
- López, P. (2011). Adaptación emocional y su influencia en el rendimiento deportivo (Tesis de licenciatura). Universidad Rafael Landívar. Campus de Quetzaltenango, Quetzaltenango, Guatemala. Recuperada de <http://bibliod.url.edu.gt/Tesis/05/42/Lopez-Paola/Lopez-Paola.pdf>
- Mestre, M., Tur, A. y Samper, P. (2009). La agresividad en la adolescencia: variables y contextos implicados. *Calidad de vida UFLO*, 2, 49-63. Recuperado de http://www.cienciared.com.ar/ra/usr/41/721/calidaddevidauflo_n2pp49_63.pdf
- Mestre, M., Tur, A. y Samper, P. (2010). Inestabilidad emocional y agresividad: factores predictores. *Ansiedad y estrés*, 1, 33-45. Recuperado de <http://eds.b.ebscohost.com/eds/pdfviewer/pdfviewer?sid=8d80c234-89ad-4c55-af1f-ee35dbe74eb5%40sessionmgr102&vid=1&hid=112>
- Morales, J., Moya, M., Gaviria, E. y Cuadrado, I. (2007). *Psicología social* (3 ed.). España: Mcgraw – Hill Interamericana de España, S.A.
- Muriel, S., Aguirre, M., Varela, C. y Cruz, S. (2013). *Comportamientos alarmantes infantiles y juveniles*. España: Euroméxico S.A.
- Pallarés, M. (2010). *Emociones y Sentimientos dónde se forman y cómo se transforman*. Barcelona, España: Marge Books.
- Reyes, M. y Tena, E. (2016). *Regulación emocional en la práctica clínica. Una guía para terapeutas*. México: El Manual Moderno S.A.
- Samper, P., Tur, A., Mestre, M. y Cortés, M. (2008). Agresividad y afrontamiento en la adolescencia. Una perspectiva intercultural. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 3, 431-440. Recuperado de <http://search.proquest.com/openview/f6d2ce3a9792ddfc2916817ae4f17722/1?pqorigsite=gscholar&cbl=29515>

- Silberstein, D. (2011). Emotional adaptation [Adaptación emocional], Doug Silberstein, MA, MFT Recuperado de <http://dougsilberteinemft.com/Counslingsservices/emotional-adaptation-couselin>. Traducido al español.
- Tomás, R., Ferreira, J., Araújo, A. y Almeida, L. (2014). Adaptação Pessoal e Emocional em Contexto Universitário: O Contributo da Personalidade, Suporte Social e Inteligência Emocional. Revista portuguesa de pedagogia, 48, 87-107. Recuperado de [http://repositorium.sdum.uminho.pt/bitstream/1822/35646/1/05_Adapta%
c3%a7%c3%a3o%20Pessoal%20e%20Emocional%20em%20Contexto%20Universit%
c3%a1rio.pdf](http://repositorium.sdum.uminho.pt/bitstream/1822/35646/1/05_Adapta%c3%a7%c3%a3o%20Pessoal%20e%20Emocional%20em%20Contexto%20Universit%c3%a1rio.pdf)
- Van-der, C., Quiles, M. y Quiles, Y. (2008). Aprenda a relajarse fácilmente. España: Farmabook Audiolibros.
- Varela, J. (2008). Psicología Educativa. Lecturas para profesionales de educación básica.. México: Científico de la División de Disciplinas Básicas para la Salud del Centro Universitario de Ciencias de la Salud.

ANEXOS

PROPUESTA

Capacitación docente: Identificar las emociones de los estudiantes.

1. Introducción

Las personas diariamente experimentan diferentes emociones, cada una de ellas van acorde a las circunstancias que se presentan cotidianamente, las cuales condicionan su manera de reaccionar en el ambiente que se desarrollan. Por lo general, en la etapa de la adolescencia es muy común que los jóvenes no puedan controlarlas, debido a que no tienen herramientas necesarias o conocimientos adecuados para su control.

El docente tiene un rol muy importante dentro de la vida de cada joven que forma parte de su aula, es por ello que es necesario capacitar a los maestros para que dentro del clase puedan identificar las emociones de sus estudiantes y apoyarles con estrategias didácticas en el salón, que les permitan a los jóvenes identificar y de la misma manera tener control sobre sus emociones para desarrollarse congruentemente en sus actividades.

2. Justificación

La presente propuesta tiene como objetivo proporcionarles herramientas a los docentes para poder brindarles estrategias didácticas a los estudiantes para controlar sus emociones y no actuar impulsivamente. Esto dará viabilidad a ciertos conocimientos, para que puedan desarrollar habilidades que los ayuden a llegar a una adaptación emocional y así regular sus acciones. Por ende, tendrán un mejor conocimiento de su personalidad y los eventos que estimulen las actitudes negativas que impiden su relación, socialización e interacción con su entorno, de manera adecuada. Con la finalidad de que puedan aplicar lo aprendido en su diario vivir.

3. Objetivo

3.1 Objetivo general

Capacitar a los docentes para identificar las emociones de los estudiantes.

3.2 Objetivos específicos

- Concientizar a los maestros sobre la importancia del rol que desempeñan en la vida de cada uno de los alumnos.
- Proporcionar a los maestros técnicas y herramientas para darles apoyo a sus estudiantes a no actuar impulsivamente.

3.3 Cronograma de actividades

Actividad	Fecha y Hora	Lugar	Recursos	Responsable
Taller: El rol del docente en la vida de los estudiantes. Las emociones	Lunes 06 de noviembre de 2017 14:00 a 16:00 horas	Instituto Nacional de Educación Básica por Cooperativa IMEBAC de la aldea Santa Rita	Materiales: Cañonera y computadora. Material de apoyo. Humanos: Facilitadora Docentes participantes	Karly Desury Gíataz Herrera
Taller: Tipos de emociones. Identificación de emociones.	Martes 07 de noviembre de 2017 14:00 a 16:00 horas	Instituto Nacional de Educación Básica por Cooperativa IMEBAC de la aldea Santa Rita	Materiales: Cañonera y computadora. Material de apoyo. Humanos: Facilitadora Docentes participantes	Karly Desury Gíataz Herrera

<p>Taller: Técnicas y herramientas para control de impulsos.</p>	<p>Miércoles 08 de noviembre de 2017. 14:00 a 16:00 horas</p>	<p>Instituto Nacional de Educación Básica por Cooperativa IMEBAC de la aldea Santa Rita</p>	<p>Materiales: Cañonera y computadora. Material de apoyo. Humanos: Facilitadora Docentes participantes</p>	<p>Karly Desury Gíataz Herrera</p>
--	---	---	--	--

PLAN DEL TALLER

I. PARTE INFORMATIVA

Tema: Identificar las emociones de los estudiantes.

Lugar: Instituto Nacional de Educación Básica por Cooperativa IMEBAC de la aldea Santa Rita

Fecha: 06, 07 y 08 de noviembre de 2017

Responsable: Karly Desury Gátaz Herrera

II. OBJETIVO:

Capacitar a los docentes del Instituto Nacional de Educación Básica por Cooperativa IMEBAC de la aldea Santa Rita para identificar las emociones de los estudiantes.

III. ACTIVIDADES A DESARROLLAR

PRIMER TALLER: DÍA 06 DE NOVIEMBRE DE 2017	Presentación y bienvenida
	Oración
	Dinámica de presentación
	Primer Tema: El rol del docente en la vida de los estudiantes.
	Receso
	Segundo tema: Las emociones
	Comentarios
	Agradecimiento por la participación
SEGUNDO TALLER: DÍA 07 DE NOVIEMBRE DE 2017	Bienvenida
	Oración
	Primer Tema: Tipos de emociones

	Receso
	Segundo tema: Identificación de emociones
	Comentarios
	Agradecimiento por la participación
<p style="text-align: center;">TERCER TALLER: DÍA 08 DE NOVIEMBRE DE 2017</p>	Bienvenida
	Oración
	Tema: Técnicas y herramientas para control de impulsos.
	Receso
	Comentarios
	Agradecimiento por la participación

IV. RECURSOS A UTILIZAR

MATERIALES:

Computadora y Cañonera

Material de apoyo

Hojas, lapiceros, marcadores.

HUMANOS:

Facilitadora

Docentes participantes

V. EVALUACIÓN

Al finalizar cada taller se les pasará una boleta de evaluación a los docentes.