

**UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA
SEDE QUITO**

CARRERA: PSICOLOGÍA

**Trabajo de titulación previo a la obtención del título de:
PSICÓLOGA**

**TEMA:
INTERVENCIÓN PSICOEDUCATIVA EN AUTOCONTROL EMOCIONAL,
CON TÉCNICAS COGNITIVO-CONDUCTUALES PARA DISMINUIR LA
AGRESIVIDAD EN NIÑAS Y NIÑOS DE 7 A 9 AÑOS DEL CENTRO DE
REFERENCIA “LA MARÍN”, PERTENECIENTE AL PROGRAMA
ACCIÓN GUAMBRAS, EN EL PERIODO MARZO A JULIO DEL 2017**

**AUTORA:
KAREN IVETTE CISNEROS HIDROBO**

**TUTORA:
ROSA HERLINDA ARMAS CAICEDO**

Quito, enero del 2018

CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR

Yo Karen Ivette Cisneros Hidrobo, con documento de identificación N° 172569206-3, manifiesto mi voluntad y cedo a la Universidad Politécnica Salesiana la titularidad sobre los derechos patrimoniales en virtud de que soy autora del trabajo titulación intitulado: "INTERVENCIÓN PSICOEDUCATIVA EN AUTOCONTROL EMOCIONAL CON TÉCNICAS COGNITIVO-CONDUCTUALES PARA DISMINUIR LA AGRESIVIDAD EN NIÑAS Y NIÑOS DE 7 A 9 AÑOS DEL CENTRO DE REFERENCIA "LA MARÍN", PERTENECIENTE AL PROGRAMA ACCIÓN GUAMBRAS, EN EL PERIODO MARZO A JULIO DEL 2017", mismo que ha sido desarrollado para optar por el título de: Psicóloga , en la Universidad Politécnica Salesiana, quedando la Universidad facultada para ejercer plenamente los derechos cedidos anteriormente.

En aplicación a lo determinado en la Ley de Propiedad Intelectual, en mi condición de autora me reservo los derechos morales de la obra antes citada. En concordancia, suscribo este documento en el momento que hago entrega del trabajo final en formato impreso y digital a la Biblioteca de la Universidad Politécnica Salesiana.

Quito, enero del 2018



Nombre: Karen Ivette Cisneros Hidrobo

Cédula: 172569206-3

DECLARATORIA DE COAUTORÍA DEL DOCENTE TUTOR/A

Yo declaro que bajo mi dirección y asesoría fue desarrollado el trabajo de titulación, realizado por (nombres y apellidos del estudiante), obteniendo un producto que “INTERVENCIÓN PSICOEDUCATIVA EN AUTOCONTROL EMOCIONAL CON TÉCNICAS COGNITIVO-CONDUCTUALES PARA DISMINUIR LA AGRESIVIDAD EN NIÑAS Y NIÑOS DE 7 A 9 AÑOS DEL CENTRO DE REFERENCIA “LA MARÍN”, PERTENECIENTE AL PROGRAMA ACCIÓN GUAMBRAS, EN EL PERIODO MARZO A JULIO DEL 2017”, realizado por Karen Ivette Cisneros Hidrobo, obteniendo un producto que cumple con todos los requisitos estipulados por la Universidad Politécnica Salesiana, para ser considerados como trabajo final de titulación.

Quito, enero, 2018



Rosa Herlinda Armas Caicedo.

Cédula de identidad

1708387301



Quito, D. M. 10 de Octubre del 2017

MSc. María Paz Guarderas

DIRECTORA DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA

De mis consideraciones:

En respuesta a la Petición de la señorita Cisneros Hidrobo Karen Ivette estudiante de la carrera de Psicología, quien solicita la autorización para la publicación del proyecto cuyo tema es: **"INTERVENCIÓN PSICOEDUCATIVA EN AUTOCONTROL EMOCIONAL CON TÉCNICAS COGNITIVO – CONDUCTUALES PARA DISMINUIR LA AGRESIVIDAD EN NIÑAS Y NIÑOS DE 7 A 9 AÑOS DEL CENTRO DE REFERENCIA "LA MARÍN", PERTENECIENTE AL PROGRAMA ACCIÓN GUAMBRAS, EN EL PERIODO MARZO A JULIO DEL 2017."**

La Fundación Proyecto Salesiano Chicos de la Calle **AUTORIZA** al estudiante, la utilización de los datos obtenidos en la aplicación de su tema de investigación, así como la publicación de los mismos en temas estrictamente académicos

La estudiante puede hacer uso de la presente autorización para los fines pertinentes.

Atentamente

Msc. Benjamín Pinto Palacios ssc
Coordinador FPSCHC - Quito



@psalesianoec

/Proyecto Salesiano Ecuador

www.proyectosalesianoecuador.org

Proyecto Salesiano Quito
OFICINA CENTRAL
Dirección General, Economato, Contabilidad, Oficina de Proyectos,
Vínculos Solidarios, Comunicación, Gestión de Talento Humano
Tarquí E4-114 y 12 de octubre
Teléfono: (02)2221 247 / (02)2223 605
Fax: (02) 2228 330
zonanorte@proyectosalesianoecuador.org

Dedicatoria

Agradezco a Dios por haberme dado la oportunidad de vida y haber guiado plenamente ya que he recibido bendiciones para culminar la carrera.

El presente trabajo se lo dedico en primer lugar a mi madre Zulma Hidrobo, ya que es mi fuerza para que cada día sea mejor, y todo lo que he logrado ha sido gracias al apoyo incondicional principalmente en mi formación académica, le agradezco por creer y confiar en mí.

También agradezco con todo mi corazón mi familia en especial a mis abuelos Ángel Hidrobo y Adriana Paredes, a todas mis tías y primas porque siempre han estado apoyándome y motivándome para salir adelante.

Agradecimiento

A mi tutora del proyecto de titulación Rosita Armas, quien con sus conocimientos me motivó y guió de la manera más oportuna en la planificación, realización y culminación del proyecto de titulación.

A todos los docentes de la carrera por hacerme crecer profesionalmente, gracias a los conocimientos que impartían en cada clase con las diferentes materias, a mis compañeras porque siempre estuvieron junto a mí apoyándome para salir adelante.

Y para finalizar al Proyecto Chicos de la Calle y el Centro de Referencia “La Marín” con la educadora a cargo Susana Jaya, quien desde del inicio me dio la apertura para la realización de las prácticas de intervención psicológica y agradezco por la colaboración a los niños participantes para la realización del proyecto.

Índice

Introducción	1
Primera parte	2
1. Datos informativos del proyecto.....	2
1.1 Nombre del proyecto	2
1.2 Nombre de la institución	2
1.3 Tema que aborda la experiencia (psicosocial).....	2
2. Objetivo de la sistematización	3
3. Eje de la sistematización.....	3
4. Objeto de la sistematización	4
5. Metodología de la sistematización.....	5
5.1 Test psicométrico – MESSY -“The Matson Evaluation of Social Skills”	5
5.2 Apuntes de las sesiones de tutorías	7
5.3 Documentos de planificación de las sesiones.....	8
5.4 Emociones y Sentimientos — Dr. Miguel Pallarés.....	8
5.5 Manual de autocontrol del enojo — Dra. Brenda Mendoza González	9
5.6 Técnicas de Modificación de conductas – Francisco Labrador	10
5.7 Registro de economía de fichas.....	10
5.8 Desarrollo de habilidades sociales en niños y adolescentes.: programa para padres, docentes y psicólogos - Guido Aguilar, Monika Peter, Luisa Aragón	12
5.9 Entrenamiento de las habilidades sociales guía práctica para intervenciones- Jeffrey A. Kelly	12
5.10 Manual de evaluación y entrenamiento de habilidades sociales - Vicente E. Caballo.....	13

5.11	La Investigación del comportamiento - una guía práctica con técnicas y herramientas – Sommer Bárbara- Sommer Robert	14
5.12	100 Formas de Animar Grupos: Juegos para usar en talleres, reuniones y la Comunidad.	14
5.13	Manual y guía de la Interpretación de las técnicas de dibujo proyectivo – (H-T-P) John N. Buck	15
6.	Preguntas clave	15
6.1	Preguntas de inicio:	15
6.2	Preguntas interpretativas:	16
6.3	Preguntas de cierre:	16
7.	Organización y procesamiento de la información	16
8.	Análisis de la información	31
	Segunda parte	31
1.	Justificación	31
2.	Caracterización de los beneficiarios	33
3.	Interpretación	34
4.	Principales logros del aprendizaje	53
	Conclusiones	57
	Recomendaciones.....	59
	Bibliografía	61

Índice de tablas

Tabla 1. Organización de grupos.	16
Tabla 2. Planificación del primer taller: Emociones.....	17
Tabla 3. Planificación del segundo taller: Asertividad	19
Tabla 4. Planificación del tercer taller: Comunicación asertiva	20
Tabla 5. Planificación del cuarto taller: Autoinstrucciones	22
Tabla 6. Planificación del quinto taller aplicación de ejercicios de relajación	223
Tabla 7. Planificación del sexto taller con ejercicios de tensión y relajación.....	24
Tabla 8. Planificación del séptimo taller con actividades en grupo.....	25
Tabla 9. Planificación del octavo taller con la explicación de una guía de comportamiento	26
Tabla 10. Planificación del taller noveno con la experimentar conductas asertivas.	27
Tabla 11. Planificación de la clausura de talleres impartidos.....	29
Tabla 12. Planificación para la conclusión del proyecto (premios).....	30
Tabla 13. Preguntas de la matriz de la Película “Intensa-mente” y logros	35
Tabla 14. Actividad para identificar emociones	36
Tabla 15. Interpretación test proyectivo (persona)	37
Tabla 16. Datos de los logros con el ensayo conductual.....	40
Tabla 17. Datos de fases de Autoinstrucciones.....	41
Tabla 18. Logros a través de ensayos conductuales.....	42
Tabla 19. Logros a través de ensayo conductual entre pares.	44
Tabla 20. Cierre de los talleres impartidos.....	45

Tabla 21. Puntajes directos transformados en porcentajes de la pre- intervención con el cuestionario The Matson Evaluation of Social Skills with Youngsters- MESSY, con las variables consideradas como indicadores.	46
Tabla 22. Puntajes directos transformados en porcentajes de la post- intervención con el cuestionario The Matson Evaluation of Social Skills with Youngsters- MESSY, con las variables consideradas como indicadores.	47
Tabla 23. Valores de Habilidades sociales del cuestionario The Matson Evaluation of Social Skills with Youngsters MESSY, con los valores estadísticos con la prueba t student.....	48
Tabla 24. Valores de Agresividad del cuestionario The Matson Evaluation of Social Skills with Youngsters MESSY, con los valores estadísticos con la prueba t student.	49
Tabla 25. Valores de Agresividad del cuestionario The Matson Evaluation of Social Skills with Youngsters MESSY, con los valores estadísticos con la prueba t student.	50
Tabla 26. Valores de Exceso de Confianza -The Matson Evaluation of Social Skills with Youngsters MESSY, con los valores estadísticos con la prueba t student.....	51
Tabla 27. Valores de Celos del cuestionario The Matson Evaluation of Social Skills with Youngsters MESSY, con los valores estadísticos con la prueba t student.....	52

Índice de figuras

Figura 1. Fórmula: t student	48
Figura 2. Escala de puntajes obtenidos en la pre y post- intervención de la escala de Habilidades Sociales con el test MESSY	49
Figura 3. Escala de puntajes obtenidos en la pre y post- intervención de la escala de Agresividad con el test MESSY Elaborado por: Karen Ivette Cisneros Hidrobo (2017).	50
Figura 5. Escala de puntajes obtenidos en la pre y post- intervención de la escala Exceso de confianza con el test MESSY	52
Figura 6. Escala de puntajes obtenidos en la pre y post- intervención de la escala de Celos con el test MESSY	53

Índice de anexos

Anexo 1. Economía de fichas	62
Anexo 2. Cartel – economía de fichas (gráficos y puntajes)	63
Anexo 3. Actividades de asertividad.....	64
Anexo 4. Ensayo conductual-Perro de peluche.....	65
Anexo 5. Ejemplos: Ensayo Conductual.....	65

Resumen

El presente proyecto fue realizado con una muestra con 8 participantes entre las edades de 7 a 9 años pertenecientes al Centro de Referencia “La Marín”, que forma parte de la Fundación Proyecto Salesiano Chicos de la Calle, durante los meses de Marzo a Julio del 2017.

Ante evidencia conductas agresivas se prioriza la existencia del programa de modificación de conducta, para ello realizó el diseño y se ejecutó la intervención psicológica a través de talleres para promover el manejo de conductas asertivas que principalmente se orienten el autocontrol emocional para disminuir la agresividad a través de técnicas cognitivo-conductuales: economía de fichas, reconocimiento de emociones, entrenamiento en autoinstrucciones, relajación, ensayos conductuales y retroalimentaciones, para el desarrollo de habilidades sociales.

En las sesiones se abordaron diferentes temas para el manejo de emociones, impulsividad y situaciones conflictivas que se manifiesten en diferentes contextos, con las estrategias de autorregulación del enojo y la identificación de intensidad emocional se logra que puedan afrontar situaciones de manera adaptativa.

Se adquieren datos cuantitativos a través de la aplicación del test MESSY, para identificar variables en las cuales se debía abordar diferentes temáticas contribuyendo significativamente para el desarrollo del proyecto, además para evidenciar los cambios que se lograron con la realización del tratamiento se aplica el nuevamente el test, con el propósito de realizar un análisis estadístico y hacer una comparación entre los resultados de la pre y post-intervención.

Palabras clave: agresividad, manejo de conductas, situaciones conflictivas, intensidad emocional, impulsividad, habilidades sociales

Abstract

The current project was designed with a sample size of 8 participants between the ages of 7 and 9 years old from the Center of Reference “La Marín”, which is part of the “Chicos de la Calle” Salesian Foundation Project taking place from March to July of 2017.

In actuality an outbreak of aggressive behaviors resulted in the creation of a program based on Behavior Modification, which lead to effectuate this piece of research where, through workshops, psychological intervention was fundamental to promote the management of assertive behaviors that endeavors to achieve the emotional self-control to decrease aggressiveness through cognitive-behavioral therapy. This therapy brings into play techniques like: token economy, emotion recognition, self-instruction training, relaxation, behavioral therapy, and feedback to help improve the development of social abilities.

During sessions numerous subjects were addressed to cope with issues like management of emotions, impulsiveness, and conflicting situations that coexist in different environments. The meetings helped confront these issues in an adaptive process through self-regulating anger strategies together with recognition of emotional intensity.

Quantitative data was obtained with the implementation of the test MESSY, in order to identify variables that would help undertake different themes that are significant to the development of this project. Furthermore, to put into words the modifications that took place after treatment, the test was repeated in order to collect a statistic analysis, and to compare the results before and after the intervention.

Key words: aggressiveness, behavior management, conflictive conditions, emotional intensity, impulsivity, social abilities

Introducción

Al iniciar las prácticas pre-profesionales en el Centro de Referencia “La Marín”, se realizó un diagnóstico donde se pudo identificar al problema predominante en la población participante mismo que se relacionó con la agresividad y el inadecuado comportamiento de las niñas, niños y adolescentes que asistían al lugar, se manifestaba a través de peleas, insultos, golpes, berrinches, gritos, burlas, además del uso de palabras ofensivas.

Debido a ello se decidió implementar el proyecto de intervención psicoeducativa para el adecuado manejo del autocontrol emocional a través de técnicas cognitivo - conductuales, con la aplicación de 10 talleres, los mismos que estuvieron distribuidos en 2 encuentros semanales, con 2 grupos de 4 participantes, se trabajó en diferentes horarios y días, los niños se encuentran con edades entre 7 a 9 años.

Para obtener datos cuantitativos aplicó el test MESSY, para la pre y post intervención, mismo que ayudó para comprobar e identificar variables, los resultados arrojaron puntajes altos y se modificaría mediante técnicas psicológicas, para que los participantes puedan adquirir habilidades para el desarrollo de autocontrol emocional y puedan conocer mediante ensayos conductuales como manejar situaciones conflictivas y cambiándolas por conductas adecuadas evitando el comportamiento agresivo.

Este documento se constituye de dos partes, en la primera se señala datos informativos, objetivos, eje, objeto, metodología de sistematización con el cual se aborda, preguntas clave, organización y análisis de la información. En la segunda parte se encuentra la justificación, objetivos, caracterización de beneficiarios, interpretaciones: cualitativa y cuantitativa, principales logros de aprendizaje, conclusiones y recomendaciones para el lugar donde se realizó el proyecto, también contiene referencias bibliográficas.

Primera parte

1. Datos informativos del proyecto

1.1 Nombre del proyecto

Intervención psicoeducativa en autocontrol emocional con técnicas cognitivo-conductuales para disminuir la agresividad en niñas y niños de 7 a 9 años del Centro de Referencia “La Marín”, perteneciente al Programa Acción Guambras, en el periodo marzo a julio del 2017.

1.2 Nombre de la institución

El proyecto se ejecutó en el Centro de Referencia “La Marín”, el cual pertenece al Programa Acción Guambras, mismo que forma parte de la Fundación Proyecto Salesiano Chicos de la Calle, donde la atención está dirigida a niños, niñas y adolescentes en situación de vulnerabilidad especialmente en situación de calle.

1.3 Tema que aborda la experiencia (psicosocial)

La experiencia ejecutada aborda el tema en adquisición de habilidades orientadas al autocontrol emocional para lograr que los participantes con edades entre 7 a 9 años que asisten al Centro de Referencia “La Marín”, con la aplicación de talleres teórico - prácticos incorporen habilidades alternativas a la agresión bajo un enfoque constructivista.

1. Localización

El Centro de Referencia “La Marín” se encuentra ubicado en la parroquia urbana Centro Histórico de la ciudad de Quito, entre la Avenida Pichincha y Olmedo. En sus alrededores existen espacios públicos de gran concurrencia: Mercado Central, Coliseo Julio César Hidalgo, Centro Comercial Montufar y estaciones servicios de transporte público: Trolebús, Ecovía y el Corredor Central Norte.

2. Objetivo de la sistematización

El objetivo de la sistematización es analizar cómo las actividades realizadas y la metodología utilizada en el proceso de intervención a través de las estrategias efectivas empleadas en la práctica, permitieron evidenciar cambios en los procesos de aprendizaje y comportamiento.

También se pretende proyectar un cambio dentro Centro de Referencia “La Marín”, a partir del aprendizaje que concede la vivencia de las experiencias existentes y desarrolladas junto con las niñas y niños, logrando de esta manera descubrir propuestas accesibles ya que están fundamentadas y especificadas en la intervenciones psicológicas.

3. Eje de la sistematización

La sistematización del presente proyecto de intervención, se centra en el enfoque constructivista, ya que partiendo desde esta visión nos permite ensayar nuevas prácticas junto con los participantes debido a que son los productores y constructores de sus propios conocimientos, la experiencia que se logró con la ejecución de los talleres desarrollados incluyen actividades que implican el hacer y es ahí donde se evidencian las aportaciones individuales y grupales mediante la ejecución de las tareas, lo cual es esencial para que se vayan apropiando del tema y lo asimilen de mejor manera siendo fundamental la práctica de actividades vivenciales.

Desde la perspectiva cognitivo-conductual se destaca el trabajo con técnicas las cuales estuvieron dirigidas a niños y niñas entre 7 a 9 años, que mostraron conductas agresivas además con esto se conseguirá justificar lo aprendido a través de los efectos que obtuvieran.

El constructivismo se estableció con los principios básicos identificando conocimiento como una construcción del ser humano, cada persona percibe la

realidad, la organiza y le da sentido en forma de constructos, gracias a la actividad de su sistema nervioso central, lo que contribuye a la edificación de un todo coherente que da sentido y unicidad a la realidad. Existen múltiples realidades construidas individualmente y no gobernadas por leyes naturales: cada persona percibe la realidad de forma particular dependiendo de sus capacidades físicas y del estado emocional en que se encuentra, así como también de sus condiciones sociales y culturales. (Ortiz Granja, 2015).

La experiencia nos puede dar nociones, tanto en la parte exterior como interior que propician nociones particulares que a posteriori nos llevan a criterios generales. Sin duda se da un proceso interno, que no solo se queda en lo exterior o en la parte conceptual o sensible. (Moreno Cedeño, 2014).

Es decir que inicialmente es necesario identificar al contexto para que de acuerdo a ello se pueda tener en cuenta las experiencias que posteriormente serían aplicadas y aprendidas en el grupo, para interiorizar el conocimiento se debe concebir que no solo se trata de conceptos teóricos, sino que también se relaciona con el ser, ya que implica la existencia de un cambio en los conocimientos que previamente se encontraban preestablecidos e interiorizados, los mismos que habían sido mediadores en su actuar frente a situaciones específicas, con la experiencia real que tiene el ser humano al relacionarse en su totalidad alcanza a adquirir un aprendizaje significativo según la experiencia que construir nuevos conocimientos.

4. Objeto de la sistematización

El objeto de la sistematización será la experiencia de la intervención psicoeducativa en autocontrol emocional con técnicas cognitivo - conductuales para disminuir niveles de agresividad en niñas y niños de 7 a 9 años, misma que fue ofrecida en el Centro de

Referencia “La Marín”. Se impartieron 10 talleres y se desarrollaron desde el 30 de Marzo al 17 de Julio del 2017, mismos que estuvieron distribuidos en dos sesiones semanales para lo cual se organizó dos grupos con diferentes horarios y días de asistencia.

5. Metodología de la sistematización

La metodología a utilizar en la presente sistematización será de tipo cualitativa donde inicialmente se tendrá en cuenta la recolección de información datos que se registraron en entrevistas a la psicóloga encargada en dar seguimiento a las actividades diseñadas para el programa y educadora del centro, cuya intención fue colaborar e identificar a las niñas y niños que conformarían los grupos del proyecto de intervención, además de tener en cuenta situaciones familiares y contextuales.

En la intervención desde la perspectiva cognitivo – conductual, se utilizaron técnicas como: el programa de economía de fichas, reconocimiento de emociones universales, modelamiento, técnicas de relajación, entrenamiento en autoinstrucciones, ensayos conductuales, entrenamiento en habilidades sociales y retroalimentaciones. Además se añade datos de tipo cuantitativo para evidenciar cambios entre el pre y post tratamiento mediante el cuestionario MESSY.

Para la sistematización de la experiencia se detalla de forma cronológica las actividades planeadas que se realizaron, así como las actividades que se fueron adoptando durante la ejecución del proyecto para ello se emplearon los siguientes instrumentos:

5.1 Test psicométrico – Escala MESSY - “The Matson Evaluation of Social Skills”

En el cuestionario constan sesenta y dos ítems, en el cual se consideran las conductas interpersonales adecuadas y las no apropiadas, mismas que corresponden a las siguientes seis subescalas en las cuales se identifican los siguientes componentes de

cuestionario (Trianes M^a Victoria , Blanca M^a José, Muñoz Angela & García Belén., 2002, págs. 200-201).

- Habilidades sociales apropiadas. - En el cual constan 22 ítems donde se valoran las conductas de las expresiones emocionales tales como: tener amigos y compartir. Se señalan algunos ejemplos de los ítems son: “miro a la gente cuando hablo con ella” y “me dirijo a la gente y entablo conversación.”
- Asertividad inapropiada o agresividad. - Está conformado por 16 ítems; En este factor se exploran conductas agresivas, de bromas o iniquidad hacia los demás. Algunos ejemplos de ítems son: “cojo cosas que no son mías sin permiso” y “pego cuando estoy furioso.”
- Impulsividad. - Se representa con 5 ítems; En el cual se identifica la forma de reaccionar ante diferentes situaciones como: Por ejemplo: “me enfado fácilmente” e “interrumpo a los demás cuando están hablando.”
- Exceso de confianza. - Se encuentra determinado con 5 ítems; En este factor se exploran a las conductas de sobrevaloración del Yo. Algunos ejemplos de ítems son: “me gusta presumir ante los demás de las cosas que tengo” y “creo que lo sé todo.”
- Celos. -Este componente se encuentra combinado por 4 ítems; En esta escala se averiguan conductas como: sentirse solo o no tener amigos: “Me enfado” y “Me pongo celoso cuando a otras personas les va bien”.
- Misceláneos. - Se representa con 9 ítems; En esta escala explora conductas relacionales de los niños tales como: “Temo hablarle a la gente”, “Guardo bien los secretos”, “Me gusta ser el líder”.

- Experimental, consta de 1 ítem; En este factor se diseña para evaluar el grado de adecuación de la conducta social. Entre las cualidades que valora son: las habilidades, las competencias apropiadas y a la vez los problemas del comportamiento social se evidencian en las diferentes conductas.

El cuestionario dirigido a alumnos muestra un formato de respuesta en cuatro escalones: nunca (1), a veces (2), a menudo (3) y siempre (4), donde a mayor puntuación indica un nivel más alto de comportamientos inadecuados y por lo cual a menor puntuación el sujeto mostraría un mayor número de comportamientos socialmente apropiados. (Matson.J, 1994).

Con este instrumento se realizó la pre y post evaluación de la intervención, con la aplicación del cuestionario MESSY, el cual evalúa las conductas de los participantes en el proyecto, lo cual se aprovechó para obtener una guía que expresa las áreas a tratar con el fin de obtener objetivos para las planificaciones y la organización de los talleres, con la ejecución ordenada de actividades pertenecientes al proyecto. Además, se aprovechó los datos tanto cuantitativos como cualitativos, mismos que fueron significativos para destacar rasgos conductuales previos a la intervención y el efecto a través de los contenidos desarrollados en los 10 talleres impartidos al grupo de participantes.

5.2 Apuntes de las sesiones de tutorías

Con cada tutoría del proyecto impartida por Psi. Cl. Rosa Armas, de la intervención se realizó una síntesis, misma que está compuesta por datos obtenidos desde el tema del proyecto hasta las organizaciones de las actividades propuestas para impartir en cada taller donde se ocuparían los diferentes componentes para el manejo de la agresividad junto con las técnicas cognitivo-conductuales, adecuándolas según la edad y contexto

donde se desarrollan los niños, con el objeto de aprovechar la teoría con su respectiva bibliografía.

En cada planificación de las sesiones consta las actividades principales y complementarias para abarcar los diferentes temas propuestos, para ello previamente se establece el grupo de niños, los días y horarios para trabajar los talleres, al mismo tiempo se aprovecharía para una correcta sistematización y ordenamiento de la experiencia además de ser el sustento de las actividades prácticas de cada taller.

5.3 Documentos de planificación de las sesiones

En los documentos se organiza las planificaciones para los diez talleres, realizadas y revisadas por la tutora de proyecto antes de la ejecución y práctica, los cuales pertenecen a los componentes y temas abordados en las tutorías, mismos que se los representa mediante matrices de columnas y filas, con las actividades, descripción de acciones, el tiempo y el material didáctico disponible para utilizar en las sesiones como por ejemplo: imágenes, materiales, matrices, carteles y videos, que se usaron para facilitar la enseñanza y aprendizaje de los contenidos impartidos.

Además, se exhiben las fechas con los días y horarios establecidos para cada taller, con los datos se podrá detallar adecuadamente en la sistematización especificando los tiempos en las cuales se realizó la ejecución del proyecto para que de esta forma sea de fácil manejo la información de los contenidos impartidos en la experiencia de intervención.

5.4 Emociones y Sentimientos – Donde se forman y cómo se transforman –

Dr. Miguel Pallarés

Este libro fue publicado en el año 2010, por la editorial “Marge Books” fue guiado por Dr. Miguel Pallarés, presenta conocimientos sobre las emociones y sentimientos de las

personas, además de manifestar cómo gestionar y conocer el modo de entrenar y ejercitar la inteligencia emocional.

De manera sencilla y amena, describe cómo funciona el cerebro humano y de qué modo la evolución de la genética, el entorno, los conocimientos y la experiencia que adquirimos pueden mejorar nuestra «inteligencia emocional», el elemento esencial del equilibrio físico y psicológico, es decir, de la felicidad. (Pallarés, 2010).

5.5 Manual de autocontrol del enojo – Tratamiento Cognitivo-Conductual-

Dra. Brenda Mendoza González

Este manual forma parte de las ediciones “Manual Moderno”. En el año 2010, fue dirigido por la Dra. Brenda Mendoza, el manual está dirigido a profesionistas que se desempeñan en las áreas de salud o pedagogía, con la finalidad de brindarles un Programa de Intervención que les permita enseñar a alumnado de entre 9 y 13 años de edad a controlar los episodios de enojo con y sin agresión, especialmente en niños que se involucran en episodios de bullying o acoso escolar. (Mendoza González, 2010, pág. 7).

El programa de intervención se encuentra estructurado con cuatro compendios que son la relajación, la comunicación asertiva, la autoinstrucciones y la solución de problemas. El orden de los componentes fue probado empíricamente, demostrándose que el de relajación facilita el aprendizaje de habilidades que se enseñarán en los posteriores aspectos como la comunicación asertiva, autoinstrucciones y solución de problemas. (Mendoza González, 2010).

Con este manual se adquiere el sustento teórico y una guía para la práctica de intervención, adaptando las técnicas para la práctica de los talleres impartidos, así se puede destacar el objetivo de ofrecer al niño habilidades conductuales que permitan

disminuir el estados emocionales en conflicto como el enojo, con el fin de conseguir cambios en el tono de voz, en la respiración y las expresiones, a través de comportamientos que estén socialmente aceptables estableciendo así un clima de confianza en los ambientes en los cuales se desarrollan.

5.6 Técnicas de Modificación de conductas – Francisco Javier Labrador

Encinas

En el año 2008, el libro forma parte de la editorial “Pirámide”, donde se destaca el trabajo de Dr. Francisco Labrador ya que es quien coordina los temas de modificación de conducta con el apoyo de diferentes profesionales que manejan técnicas de psicología.

La garantía más evidente de la calidad de la obra está en los autores de los diferentes capítulos, sin duda todos ellos prestigiosos investigadores a la vez que distinguidos académicos de las distintas universidades españolas, que se han caracterizado por sus aportaciones en el ámbito de las TMC. (Labrador Encinas, 2008, pág. 29).

La obra está dirigida fundamentalmente a todos los profesionales de psicología, en especial los que trabajan en psicología aplicada, entre los cuales sin duda los psicólogos clínicos son los más numerosos, aspecto tenido en cuenta al elaborar la obra. También, y no menos, a los estudiantes de últimos cursos de psicología, en especial cuando tengan que abordar los temas dedicados a los procedimientos de intervención y tratamientos psicológicos. (Labrador Encinas, 2008, pág. 29).

5.7 Registro de economía de fichas

La economía de fichas es uno de los principales sistemas de organización de contingencias externas que está dirigido para establecer control estricto sobre un determinado ambiente, de forma que permita controlar las conductas de una persona,

o un grupo de personas, en dicho entorno. (Labrador Encinas, 2008, pág. 340). A través de esta técnica de modificación de conducta se promueve el entrenamiento para implantar una serie de conductas deseables y eliminar las conductas negativas.

Para el procedimiento se inicia con la preparación de la técnica se realizó una matriz, en la cual consta datos de identificación como nombre, fecha y número de taller y una tabla de cuatro columnas y veinte filas, se ubicó las conductas positivas y negativas con respectivos los puntajes, además se destinó un espacio para la ubicación de cada ficha (adhesivos de caritas) que hace referencia a un reforzador generalizado, lo fundamental es que estos reforzadores después de dos sesiones y con un puntaje específico puedan canjear por los reforzadores de apoyo o el premio final.

En cada sesión los niños se comprometían a cumplir con las actividades planificadas y a cumplir con las reglas que se estableció y es parte de la técnica, ya que tenían conocimiento sobre las conductas positivas o negativas.

Se identifica las conductas con las cuales pueden ganar o perder fichas y con los respectivos puntajes, que previamente se establecieron y sirven de apoyo para cumplir con el objetivo de recolectar puntos para que puedan ser canjeados por un reforzador de apoyo cada dos sesiones o el premio al finalizar el proyecto.

Se enriquecerá la sistematización con esta herramienta debido a que se mantiene un orden y organización en la ejecución de los talleres impartidos, contribuyendo sobre todo a las acciones planificadas para incrementar conductas positivas que se aprovechen para desarrollar habilidades sociales y adaptativas, y disminuir puntajes para cumplir el costo de respuesta lo cual consiste en la pérdida de un reforzador positivo del que se dispone para que se elimine una conducta desadaptativa.

5.8 Desarrollo de habilidades sociales en niños y adolescentes.: programa

para padres, docentes y psicólogos - Guido Aguilar, Monika Peter, Luisa Aragón

Los autores publican el libro en el año 2014, por la editorial “Trillas”, en el texto se abordan temas como: El pensamiento social: de la teoría a la práctica, la importancia del vínculo efectivo en el desarrollo humano, el desarrollo de las habilidades sociales: cómo construye el niño su persona y su posición en el mundo, estrategias del colegio en el desarrollo de las habilidades sociales, técnicas de autocontrol emocional, el niño poco asertivo y el niño con pocos amigos.

Los autores de este libro presentan a los padres, maestros y psicólogos, un conjunto de programas para implementar estrategias prácticas de fácil desarrollo y, con el uso de materiales de bajo costo , que enseñen a niños y jóvenes a ser elocuentes, espontáneos y comunicativos; habilidades de orden social que los prepararán para hacer amigos. (Aguilar G, Peter M & Aragón L., 2014).

5.9 Entrenamiento de las habilidades sociales guía práctica para

intervenciones-Jeffrey A. Kelly

El autor del libro publicó la séptima en el año 2002, con la editorial “Desclée de Brouwer” el texto está dirigido al terapeuta o profesional de orientación empírica que lleva clientes en el ámbito aplicado, incluidos programas para pacientes en régimen ambulatorio y programas para pacientes internos, clínicas de salud mental, centros de asesoramiento a los estudiantes, escuelas y otros ambientes de tratamiento similares. (Kelly, 2002, pág. 16).

Es significativo abordar el entrenamiento de las habilidades sociales con niños, tal vez una posible explicación es que los niños con habilidades sociales pasan inadvertidos en las aulas, en los lugares de recreo y en los programas de atención primaria.

A diferencia de los agresivos, destructivos <<hiperactivos>>, cuya conducta atrae rápidamente la atención de sus padres, maestros, en último caso, terapeutas, el niño retraído y con pocas relaciones sociales puede pasar inadvertido y no ser remitido a tratamiento. (Kelly, 2002, pág. 217).

Para el entrenamiento en habilidades sociales es importante señalar que existen diferencias entre niños y ambientes en los cuales se desarrollan y debido a esto es necesario desarrollar competencias sociales entre el grupo.

5.10 Manual de evaluación y entrenamiento de habilidades sociales - Vicente E. Caballo.

En el año 2002, publican la cuarta edición del manual, con la editorial “Siglo XXI”, el manual aborda de forma sistemática a través de siete apartados y anexos el adecuado manejo de las habilidades sociales, debido a que es el eje de las relaciones interpersonales.

El libro le será útil tanto para la investigación como para la práctica clínica. Pero no solo el psicólogo clínico sacará provecho de él; otros profesionales de la salud se podrán beneficiar en gran parte del libro ya que podrían tener conocimientos prácticos, especialmente del capítulo dedicado al entrenamiento en habilidades sociales, para comprender y modificar, en caso que así lo quisiera, parte de comportamientos interpersonal. (Caballo, 2002).

5.11 La Investigación del comportamiento - una guía práctica con técnicas y herramientas – Sommer Bárbara- Sommer Robert

La cuarta edición publicada en el año 2001, ofrece una introducción comprensible de las técnicas y herramientas de investigación conductual usadas en psicología, sociología y antropología, así como en negocios, educación, diseño y evaluación de programas. Además, esta obra es perfecta para que busquen una guía para realizar estudios conductuales. (Sommer Robert & Sommer Barbara, 2001).

Cabe destacar como en anteriores ediciones, se ofrece un enfoque de métodos múltiples y se describe una gran diversidad de técnicas. Pero ahora, gracias a nuestra experiencia continua el uso del libro con estudiantes de licenciatura, se incorporan mejoras amplias respecto a la claridad y al carácter inclusivo del texto.

5.12 100 Formas de Animar Grupos: Juegos para usar en talleres, reuniones y la Comunidad.

En el año 2002, publican el texto que es parte de una serie de recursos que la Alianza desarrolla para estimular la participación en la práctica, donde se incluye una serie de recopilación de técnicas para la animación, los rompehielos y los juegos que pueden ser usados por cualquier persona que esté trabajando con un grupo de personas, ya sea en un taller, en una reunión o en la comunidad. (Alianza internacional contra el VIH/SIDA, 2002).

Los facilitadores usan juegos por varias razones diferentes, inclusive para ayudar a que las personas se conozcan unas a otras, incrementando los niveles de energía o entusiasmo, estimulando el desarrollo de equipos o haciendo que la gente piense sobre un problema en particular. (Alianza internacional contra el VIH/SIDA, 2002).

La guía incluye diferentes actividades para motivar la participación grupal con juegos que ayudan para que los instructores puedan elegir las actividades que estén de acuerdo a la temática y al tipo de población para cumplir con los propósitos en los diferentes contextos donde se aplicarían.

5.13 Manual y guía de la Interpretación de las técnicas de dibujo proyectivo (H-T-P), John N. Buck

Este manual forma parte de la editorial “Manual Moderno”, mediante esta prueba proyectiva a través de dibujos como la casa, el árbol y la persona, se adquiere información acerca de características del individuo en relación con ambientes sociales y familiares.

La edición actual del H-T-P (casa-árbol-persona), ha sido revisada sustancialmente. Al mismo tiempo que se ha tratado de preservar la riqueza clínica de los primeros manuales de John Buck, el material ha sido consolidado y reorganizado para mejorar el acceso a los conceptos clínicos interpretativos generalmente aceptados. Los dibujos de muestra se relacionan directamente con los rasgos discutidos en el capítulo sobre la interpretación. (Buck, 2010, pág. 1).

6. Preguntas clave

Las preguntas clave nos permitirán comprender de mejor manera como se fue desarrollando la formación, avance y finalización de la experiencia. Para ello se formuló preguntas que hacen referencia a tres tiempos, donde se puntualiza la iniciación, el progreso y sobre el final de la experiencias con las preguntas de cierre.

6.1 Preguntas de inicio:

¿Cómo motivar a los niños en la participación en los talleres de autocontrol emocional?

¿Cómo lograr que se conforme el grupo de niños?

6.2 Preguntas interpretativas:

¿De qué manera se ha logrado que los niños se interesen en el proyecto?

¿Se pueden evidenciar cambios actitudinales gracias al trabajo realizado junto con los niños?

6.3 Preguntas de cierre:

¿Cuál fue el impacto en los niños tanto individual como social?

¿Los cambios se podrán evidenciar aun después de la ejecución de talleres?

7. Organización y procesamiento de la información

Se realizaron diferentes matrices de secuenciación temporal de la experiencia del desarrollo de habilidades en autocontrol emocional con el objetivo de disminuir conductas agresivas.

Tabla 1.
Organización de grupos.

Conformación de grupos para la participación en el proyecto.					
Fecha	Hora	Objetivo	Componente-Actividad	Tiempo	Recursos Humanos-Materiales
27-abril-2017	10:00 am a 11:00 am 15:00 pm a 16:00 pm	Convocar a las niñas y niños entre 7 a 9 años a formar parte de los grupos.	-Conformación de los grupos para trabajar agresividad -Explicación a los integrantes del grupo en que consiste el proyecto.	30 minutos	-Instructora -Educatora -Matriz de datos del Centro de Referencia “La Marín”
28-abril-2017	10:00 am a 11:00 am 15:00 pm a 16:00 pm	Identificar las variables para reforzar en los niños ya que el test permite evaluar habilidades sociales específicas implicadas en comportamientos adaptativos y no adaptativos.	Actividad -Aplicación del test MESSY	120 minutos	-Instructora -Participantes -Copias del test psicométrico MESSY -Lápices -Borradores

Nota: Elaborado por: Karen Ivette Cisneros Hidrobo (2017).

Para dar inicio a la ejecución del proyecto de autocontrol emocional y desarrollo de habilidades sociales fue necesario establecer el grupo de participantes, para ello fue necesario comunicar a la educadora responsable del centro para comentarle sobre el proyecto y revisar los datos en la matriz de información que se tiene sobre la población participante en el Programa Acción Guambras, para seleccionar a los participantes que muestren conductas agresivas además de tener en cuenta el rango de edad que previamente se estableció con el tema, consecutivamente se organizó los días y horarios para trabajar con los talleres semanales, en donde se abordaran los diferentes componentes del tratamiento psicológico.

Inicialmente se seleccionó a diez participantes, pero debido a que no acudían ni cumplían con asistencias a los talleres ya no se pudo concretar con todos los participantes, por lo que se trabajó con ocho participantes. Se promovió a la participación en los talleres mediante anuncios, comunicados verbales y llamadas telefónicas para que estén atentos con el día y la hora de la asistencia al taller.

Tabla 2.
Planificación del primer taller: Emociones

Primer taller: Aprendamos a reconocer nuestras emociones					
Fecha	Hora	Objetivo	Componente- Actividad	Tiempo	Recursos Humanos- Materiales
18- mayo -2017	15:00 pm a 16:00 pm	Lograr que los niños identifiquen las seis emociones universales: Miedo, alegría, tristeza, ira, sorpresa y asco.	-Presentación del taller a los niños y niñas participantes. - Canción del saludo	5 minutos	-Instructora -Participantes -Letra y cartel de la canción -Registro asistencia -Planificación del taller 1
			Presentación de cortos de la película “Intensa-Mente”	25 minutos	-Laptop -Película “Intensamente”
19- mayo- 2017	10: 00 am a 11:00 am		Identificación de emociones y reflexión de las situaciones expuestas en el video para responder a las preguntas.	10 minutos	-Copias para el registro de observaciones (Matriz)

			Dinámica: Reconocer emociones y expresiones	10 minutos	-Cubo emociones
			Dibujo de la persona	10 Minutos	-Hojas de papel bond -Lápices -H-T-P

Nota: Elaborado por: Karen Ivette Cisneros Hidrobo (2017).

Durante el primer taller la instructora junto los participantes, trabaja el reconocimiento y expresión de las emociones universales, se inició el saludo, la presentación y explicación del porqué vamos a realizar los talleres.

Continuamente con una canción todos saludamos, se les invita a ver cortos de la película “Intensa-Mente” (Pete, 2015) para ello deben prestar atención para completar una matriz, los participantes se muestran emocionados y sin dificultad responden a las preguntas.

Consecutivamente se enseña en qué consiste la dinámica del cubo de emociones y por turnos se les pide que lancen, al realizarlo expresan el resultado gesticulando en su rostro cada emoción y expresando verbalmente situaciones con las cuales ellos podían relacionar la emoción.

Para finalizar la instructora pide a los niños participantes, que realicen el dibujo de una persona para ello se entregó los materiales que fueron hojas y lápices, se adecuó el lugar para que tenga una adecuada luminosidad y se sientan cómodos, con este dibujo se pretende identificar rasgos y detalles de la personalidad del niño ya que mediante este instrumento se puede destacar áreas de conflicto que se evidencien en los participantes.

Tabla 3.

Planificación del segundo taller: Asertividad

Segundo taller: Expresemos lo que sentimos, pensamos y entendamos					
Fecha	Hora	Objetivo	Componente Actividad	Tiempo	Recursos Humanos- Materiales
02- Junio - 2017	15:00 pm a 16:00 pm	Fomentar la capacidad de perder el miedo a expresarse sin ser agresivos Educar para una comunicación positiva e inteligente	-Presentación del taller 2 -Saludo -Entrega de matriz de Economía de fichas	5 minutos	-Instructora -Participantes -Planificación del taller 2 - Canción de saludo -Hojas de registro de economía de fichas -Registro de asistencia
			Dinámica “El canto de la naranja”	10 minutos	-Letra de la canción con imágenes
			Economía de fichas Se les indica que para los talleres vamos a usar técnica EF, explicándoles las conductas positivas y negativas con los puntajes y premios que obtendrán al finalizar el taller y el proyecto.	10 minutos	-Cartulinas de colores -Imágenes -Caritas (felices y tristes) -Fichas de registro -Cinta adhesiva -Marcadores -Premios-golosinas
05- Junio - 2017	10:00 am a 11:00 am		Identificar los tres estilos de conducta con sus características pasivo (tortuga), agresivo (dragón) y asertivo (persona).	15 minutos	-Ficha estilos comunicativos -Papelotes marcadores Imágenes: -Tortuga -Dragón -Niño
			Clasificación y reflexión	15 minutos	- Hojas de papel bond - lápices - borradores
			Juego Adivinanzas infantiles	5 minutos	Adivinanzas (animales, frutas y cosas)

Nota: Elaborado por: Karen Ivette Cisneros Hidrobo (2017).

En el segundo taller los participantes se presentan dispuestos cumplir con las actividades para iniciar la instructora les menciona el tema y se les motiva cantando

la canción, el grupo recibe cartulinas con la ficha individual de cada taller, se explica el programa de economía de fichas con el cartel que tiene imágenes y puntajes las conductas positivas y negativas, cuáles son las conductas que serían permitidas y cuáles no, como por ejemplo: Si a un compañero le pega, le grita, se burla y le molesta o coge los materiales o juegos sin permiso, perderían puntos ya que objetivo es controlar esas situaciones de conducta agresiva.

Conjuntamente la instructora indicó los reforzadores para cada taller en este caso existirían fichas para conductas positivas serían adhesivos de caritas felices y tristes de diferente color, mientras vayan cumpliendo las conductas positivas consiguieran los puntajes para canjear por premios. Con los puntajes más altos se determinará quién puede hacer acreedor del premio final que consistía ir al parque de juegos Mr. Joy en el Centro Comercial “El Recreo”.

También se abordó el tema de asertividad consistía en explicar tres estilos de conducta con las concernientes a las características que identifican: pasivo- la imagen de una tortuga, agresivo – el dibujo de un dragón y asertivo la imagen de un niño, ya que representa el sentir, pensar y entender. Los participantes escogieron frases y la leían, explicaban a todos en qué consistía y señalaban con marcadores y una equis en la pizarra a que conducta representaría la frase.

Como actividad final que se relaciona con tema se realizó el juego de las adivinanzas infantiles, esta actividad les agradó, se divirtieron y lograron adivinar el acertijo.

Tabla 4. Planificación del tercer taller: Comunicación asertiva

Tercer taller: ¿Qué me gusta y qué no me gusta que la gente me diga?					
Fecha	Hora	Objetivo	Componente-Actividad	Tiempo	Recursos Humanos-Materiales
	15:00 pm		-Presentación del taller 3	5 minutos	-Instructora -Participantes

12- junio- 2017	a 16:00 pm	-Identificar las conductas de las demás personas y que lo hacen sentir bien y las que lo hacen sentir enojado. -Participar y comentar sobre comportamientos que hacen cuando se enojan con otras personas. -Aprender a dirigirse a los demás con frases positivas	-Saludo -Entrega matriz Economía de fichas		-Planificación del taller 3 - Canción de saludo -Hojas de registro de economía de fichas -Registro de asistencia
			Dinámica Tingo tingo tango	10 Minutos	-Registro de auto reporte -Pelota
			Frases positivas y negativas los niños clasifican y comentan el porque les agrada o desagrada	20 minutos	-30 frases entre positivas y negativas
14- junio- 2017	10:00 am a 11:00 am		Ensayo conductual para aprender a expresar lo que me gusta	25 minutos	- Perro de peluche - Ojos - Nariz -Lengua

Nota: Elaborado por: Karen Ivette Cisneros Hidrobo (2017).

Para el tercer taller se planificó el tema para afianzar la comunicación asertiva, al saber ¿Qué es lo que me gusta y que no me gusta que me digan?, cuyo objetivo fue expresar emociones.

La dinámica fue jugar con una pelota al “tingo- tingo- tango” cuando haya detenido el conteo debían responder a las preguntas: ¿Qué haces cuando te enojas? ¿Qué le pasa a tu cuerpo cuando te enojas? ¿Qué hacen las demás personas cuando te enojas?, los participantes responden según las emociones y sensaciones que muestran ante el enojo, además mencionan formas de solución de conflictos.

Continuamente la facilitadora realiza las actividades planificadas para identificar frases positivas y negativas, además de consolidar conocimientos mediante ensayos conductuales donde se destaca que la sección fue muy significativa para el grupo de participantes, ya que era algo novedoso y al realizar estas prácticas se logró desarrollar habilidades comunicativas entre pares.

Tabla 5.

Planificación del cuarto taller: Autoinstrucciones

Cuarto taller: Aprendamos a crear figuras doblando papel					
Fecha	Hora	Objetivo	Componente- Actividad	Tiempo	Recursos Humanos- Materiales
16- Junio- 2017	10:00am a 11:00am	Desarrollar la capacidad para guiar el comportamiento a través de autoinstrucciones	-Presentación del cuarto taller -Saludo -Entrega de matriz de Economía de fichas	10 Minutos	-Instructora -Participantes - Registro de asistencia -Planificación del taller 4
			Dinámica Simón dice	10 minutos	-Adaptado 100 Formas de Animar Grupos
			- Origami Los niños participan al cumplir las instrucciones que la instructora menciona y realizan la actividad cumpliendo los pasos a seguir.	40 minutos	-Papel brillante de diferentes colores -Marcadores -Silicona -Ojos móviles

Nota: Elaborado por: Karen Ivette Cisneros Hidrobo (2017).

Para el cuarto taller la instructora empieza con la canción del saludo entre todos los participantes del proyecto, presenta el tema de Autoinstrucciones con la dinámica “Simón dice” misma que se preparó para el modelado cognitivo, los participantes y se entusiasman por cumplir las instrucciones del juego y se logró la colaboración de todos.

Una vez cumplida la dinámica, se les prepara para trabajar el procedimiento básico de entrenamiento en autoinstrucciones donde se aborda mediante actividades de tipo manual (Origami) cumplir con las técnicas de manejo de impulsividad y seguimiento de instrucciones como: la guía externa en voz alta, autoinstrucciones en voz alta, autoinstrucciones enmascaradas y autoinstrucciones encubiertas.

Tabla 6.**Planificación del quinto taller aplicación de ejercicios de relajación**

Quinto taller: Relajación					
Fecha	Hora	Objetivo	Componente- Actividad	Tiempo	Recursos Humanos- Materiales
23- Junio- 2017	15:00 a 16:00 pm	-Aprender que es relajarse e identificar la escala de intensidad emocional para un adecuado manejo del enojo, -Desarrollar habilidades motrices con técnica de relajación	-Presentación del taller de relajación -Saludo -Entrega de matriz de Economía de fichas	5 minutos	-Instructora -Participantes -Planificación del taller 5 -Hojas de registro de economía de fichas -Registro de asistencia
			Video auto control	10 Minutos	-Laptop -parlantes -video Pato Donald (Autocontrol)
			Fabricación del frasco de la calma	20 minutos	-Botellas -Agua -Silicona -Escarcha de diferentes colores -Bolas de colores - Glicerina
			Escala de intensidad emocional	10 minutos	-10 Imágenes - tarjetas de números del 1 al 10
	10:00 a 11:00 am		Técnicas de respiración	20 minutos	-Pliegos de fomix.

Nota: Elaborado por: Karen Ivette Cisneros Hidrobo (2017).

Para el quinto taller la instructora da inicio con la presentación del tema, el saludo con todos los participantes y explica que actividades se van realizar y empieza con la observación del video de Autocontrol del pato Donald, este recurso sirvió para que los niños identifiquen conductas negativas que causa el enojo, y qué consecuencias tiene el enojarse, este recurso se aprovechó para incentivar un adecuado manejo del enojo.

Del mismo modo la instructora para abordar la escala de intensidad emocional muestra diez cartulinas con imágenes de animales con diferentes tamaños (anexo), según las explicaciones ellos clasifican desde el más pequeño hasta el más grande, para ello se

coloca con cinta en la pared de la sala, después de haber identificado por tamaños se coloca con la enumeración del 1 al 10.

Continuamente se adecua el lugar para aplicar las técnicas de relajación con ejercicios de respiración, para finalizar la sesión se les pregunta ¿Qué tal les pareció? Los participantes responden comentando que les gustó mucho y que se sentían bien, para concluir se realizó la despedida y se les anuncia el día, la fecha y hora del próximo encuentro.

Tabla 7.

Planificación del sexto taller con ejercicios de tensión y relajación.

Sexto taller: Aprendamos a identificar: tensión y relajación					
Fecha	Hora	Objetivo	Componente- Actividad	Tiempo	Recursos Humanos- Materiales
26- junio- 2017	15:00pm a 16:00pm	Expresión y desarrollo de habilidades y destrezas motrices. Contracción y relajación de diferentes partes del cuerpo Manifestación de la respiración torácica, como antecedente a técnicas de relajación.	Presentación del taller Entrega de matriz de Economía de fichas	5 minutos	-Instructora -Participantes -Registro de la sesión -Planificación del taller 6 -Registro de asistencia
			Fabricación del frasco de la calma	20 Minutos	-Botellas -Agua -Glicerina -Silicona -Escarcha -Bolitas de colores
			Practica de	20 minutos	-Matriz de registro de tensión-relajación
			Respiración	15 Minutos	-Sillas

Nota: Elaborado por: Karen Ivette Cisneros Hidrobo (2017).

Para el sexto taller se aborda el tema de relajación, al inicio de la sesión se saluda y se explica que actividades se realizarían, al realizar la actividad manual con la fabricación del frasco de la calma, se entregan los materiales que se van a utilizar y

siguen las instrucciones para la fabricación de la botellita de la calma, ya que les servirá para controlar los estados de ánimo en situaciones en las que necesiten calmar y controlar el enojo.

Además de disminuir molestias y llantos, para ello deben agitar la botella con fuerza y mirarla, concentrarse en la caída lenta de la escarcha y formas, obteniendo así un efecto relajante.

Luego se explica mediante ejemplos que es la tensión y relajación, para saber de lo que se está explicando se realiza un ensayo, se les pide que tomen asiento en silla, recordamos la escala de intensidad emocional pero esta vez del uno al cinco, se les pide que pongan los brazos adelante y muevan las manos, después se va cerrar la mano y vamos apretando a medida que avance el conteo desde el 1 al 5.

Continuamos con la relajación tensión con todos los músculos del cuerpo y para ello se realizó una matriz con ensayos, primero la respiración, después la tensión – relajación del cuerpo para ello se empezó con relajando los músculos de la cara, tronco, extremidades superiores e inferiores, los niños se mostraron tranquilos y comentaron que les agrado realizar los ejercicios con lo cual concluimos la sesión.

Tabla 8.

Planificación del séptimo taller con actividades en grupo.

Séptimo taller: Pongámonos de acuerdo					
Fecha	Hora	Objetivo	Componente- Actividad	Tiempo	Recursos Humanos- Materiales
30 - Junio - 2017	10:30am a 11:30am	Expresión y desarrollo de habilidades sociales mediante el cumplimiento de actividades en conjunto.	Presentación del taller y saludo entre todos los niños presentes. No se entrega de matriz de Economía de fichas	5 Minutos	-Instructora -Participantes -Registro asistencia -Planificación del taller 7
			-Respeto a los demás deben participar en el juego cumpliendo reglas.	40 Minutos	-Pelota -Reglas: Divertirse Compartir

					No pelearse No insultar
			Poniéndonos de acuerdo aprendemos a solucionar conflictos	20 Minutos	-Hojas de papel -Caja de colores

Nota: Elaborado por: Karen Ivette Cisneros Hidrobo

En el séptimo taller la instructora aborda el componente para efectuar actividades en grupo, para motivar al desarrollo de habilidades sociales se planeó actividades para que todos en el grupo cumplan con actividades, se sugirió el juego de futbol o vóley, los participantes escogieron jugar vóley adecuamos la sala y se les explica cuáles son las reglas que deben cumplir en el partido, durante el juego los niños lograron cumplir las reglas, y se divirtieron.

Continuamente se les comunicó que realizaríamos otra actividad, la cual consistía en conformar el grupo, y a cada uno se le entrego al azar un color diferente, luego se les pide que realicen un dibujo.

Entre todos realizaron la actividad que consistía en dibujar en una hoja de papel, pero debían cumplir ciertas reglas como: solo podían dibujar o participar por turnos, no se podían intercambiar los lápices de colores y deben ponerse de acuerdo para realizar el dibujo, lograron cumplir con las reglas y el dibujo en el tiempo determinado, consiguieron realizar la actividad en conjunto.

Tabla 9.

Planificación del octavo taller con la explicación de una guía de comportamiento

Octavo taller: Aprendamos como actuar cuando nos molesten					
Fecha	Hora	Objetivo	Componente- Actividad	Tiempo	Recursos Humanos- Materiales
04 - Julio - 2017	15:00 pm a 16:00 pm	Aprender a guiar su comportamiento a través de autoinstrucciones	Presentación del taller Saludo Entrega de matriz de Economía de fichas	5 minutos	-Instructora -Participantes -Registro de la sesión -Planificación del taller 8

		ones que el mismo se dé.	-Explicación de las actividades de preparación Fase 1: -Evitar involucrarse en conflictos Fase 2: - Confrontación	25 minutos	-Marcadores -Pizarra
			Ensayo grupal de los pasos con ejemplos	30 minutos	- ejemplos

Nota: Elaborado por: Karen Ivette Cisneros Hidrobo (2017).

En el octavo taller la instructora tiene como meta guiar el comportamiento de los niños por medio de autoinstrucciones, las cuales servirán para que exista un adecuado manejo del comportamiento en situaciones conflictivas ya que podrán desarrollar habilidades de solución de conflictos sin ser agresivos.

A la actividad se divide en dos partes: la fase uno se refiere a: ¿Cómo evitar involucrarse en conflictos? y ¿Qué hacer? ante situaciones conflictivas, ya que este ensayo contribuirá para que pueda saber cómo manejar la situación evitando alguna reacción agresiva, para ello utiliza técnicas de autocontrol, respiración y comunicación asertiva.

Como un apoyo a la situación en la que se encuentren los participantes y no les fue posible poder manejarla individualmente se indica que el pedir ayuda a un adulto para que contribuya con la solución será la mejor opción. Los logros que se evidenciaron fueron que los participantes pueden identificar las fases y pasos mediante el ensayo que lo practicaron junto con el grupo.

Tabla 10.

Planificación del taller noveno con la experimentar conductas asertivas.

Taller Noveno: Ensayo conductual					
Fecha	Hora	Objetivo	Componente-Actividad	Tiempo	Recursos Humanos-Materiales
02-Junio-2017	15:00pm a 16:00pm	Desarrollar la capacidad para analizar los factores que generan los	-Presentación del taller -Saludo -Entrega de matriz de Economía de fichas	5 Minutos	Instructora Participantes Registro de la sesión

		conflictos, entre los que se encuentran diferentes percepciones de la realidad, jerarquización de valores.			Planificación del taller 9
			-Retroalimentación de los pasos para guiar el comportamiento	10 minutos	Planificación del taller # 8
05-Junio-2017	10:00 a 11:00 am		-Representar situaciones de que representen la vida diaria -Auto/observación -Reflexión de comportamientos adecuados en situaciones de conflicto	40 minutos	Ejemplos de situaciones conflictivas a las que se pueden enfrentar los niños.

Nota: Elaborado por: Karen Ivette Cisneros Hidrobo (2017).

Para el noveno taller es significativo que en la ejecución del proyecto realizar el ensayo conductual con el grupo de participantes, ya que es aquí donde se expresan los contenidos y las técnicas impartidas en los anteriores talleres, es aquí donde se pueden destacar los temas como: las autoinstrucciones, relajación, frases y conductas positivas para disminuir la agresividad ante situaciones conflictivas.

Se preparan cuatro ejemplos de situaciones cotidianas, para el primer ejemplo se hace una retroalimentación del ejemplo del taller # 8, en esta parte se toman en cuenta las fases y aprenden el cómo se debe enfrentar situaciones conflictivas, evitando sobre todo tipo de agresión ya sea verbal o física.

Entre las actividades se planifica que los niños participan y cumplen con los pasos del ensayo conductual y para finalizar junto con la instructora se hace una reflexión sobre la importancia que tiene el saber cómo enfrentar situaciones conflictivas ya que es beneficioso para autocontrol emocional además de desarrollar habilidades comunicativas y sociales.

Tabla 11.**Planificación de la clausura de talleres impartidos.**

Taller decimo: Retroalimentación de los talleres impartidos					
Fecha	Hora	Objetivo	Componente- Actividad	Tiempo	Recursos Humanos- Materiales
02 de Junio del 2017	15:00 a 16:30 pm	Reforzar y retroalimentar contenidos impartidos durante los 10 talleres	Presentación del taller 10	10 minutos	-Instructora -Participantes -Registro de asistencia a la sesión -Planificación del taller 10
			Saludo entrega de la matriz de Economía de fichas		
05 de Junio del 2017	10:00 a 11:30 am		Retroalimentación grupal e individual	30 minutos	-Matrices
			Preparar a los niños para la aplicación del test	5 minutos	
			aplicación del test MESSY	30 minutos	-8 Cuestionarios

Nota: Elaborado por: Karen Ivette Cisneros Hidrobo (2017).

Para el décimo taller se realiza el cierre del proyecto con la retroalimentación de todos los talleres impartidos desde el primer taller hasta el último, con el grupo se hace un recuento de las actividades desarrolladas en cada taller.

Se realiza una matriz individual donde se encuentra el nombre del taller, los participantes responden a las preguntas que se encuentran en la matriz de actividades realizadas ¿Qué paso? y ¿Qué sintió?, completaron y respondieron a las preguntas dando respuestas según las experiencias individuales.

Luego de haber concluido con las sesiones es necesario aplicar nuevamente el test MESSY para cuantificar los cambios, ya que se pretende comprobar la efectividad del tratamiento psicológico aplicado junto con el grupo de niños participantes en el proyecto.

Tabla 12.

Planificación para la conclusión del proyecto (premios)

Finalización del proyecto					
Fecha	Hora	Objetivo	Componente-Actividad	Tiempo	Recursos Humanos-Materiales
17 de Julio del 2017	14:30pm a 17:00pm	Conceder con el premio final al parque de juegos Mr. Joy	Entrega de reconocimientos por la participación en el proyecto	20 minutos	-Reconocimiento por participación en el proyecto -Instructora -Participantes
			Salida al centro comercial el recreo – Mr. Joy	60 minutos	-Instructora -Participantes - Tickets para juegos

Nota: Elaborado por: Karen Ivette Cisneros Hidrobo (2017).

La actividad fue muy significativa ya que se da por finalizado el programa de economía de fichas con el premio final fueron cuatro los niños que se hicieron acreedores al premio ya que fueron los que obtuvieron los puntajes más altos en el cumplimiento de conductas positivas.

Los niños se emocionaron al saber que ellos lograron los más altos puntajes y se cumplió al acudir al Centro Comercial “El Recreo”, en el parque de Juegos “Mr. Joy” a los niños se les anticipo para la salida explicándoles cual sería el recorrido y se estableció reglas para que no exista ningún inconveniente, fue una experiencia muy gratificante ya que se divirtieron todo el tiempo lo disfrutaron al máximo ya que se sentían muy felices, compartieron actividades junto con los compañeros, además se mostraron pendientes para que se cumplan los turnos para participar en los juegos.

Las instructoras junto con los participantes retornaron al Centro de Referencia “La Marín” y se les entregó los reconocimientos por haber participado en el proyecto y para finalizar el encuentro se hizo un agradecimiento por participar en el proyecto y los talleres, se felicitó por el comportamiento y finalmente se concluyó con la despedida de todos.

8. Análisis de la información

Para el análisis de la información se llevará en base a los objetivos de la sistematización, por lo cual se realizará un análisis cualitativo con la información recogida mediante la ejecución de los talleres y las actividades realizadas junto con los participantes en la experiencia grupal, para lo cual se tiene en cuenta el tema central que es el autocontrol emocional con los diferentes componentes como: emociones, asertividad, autoinstrucciones, relajación, habilidades sociales, y técnicas desarrolladas como: economía de fichas, modelamiento, ensayos conductuales para disminuir la agresividad en los participantes.

Además, se tendrá en cuenta información arrojada por datos estadísticos con porcentajes, totales, promedios y desviaciones estándar, para evidenciar diferencias en las puntuaciones pre intervención y post intervención, mediante la prueba estadística t student, para conocer la significación que tuvo el tratamiento psicológico y del cambio asumiendo el nivel de error de $p < 0,05$ y con 5 grados de libertad.

Se identificará como la aportación para que consecutivamente se pueda comprender experiencia y de esta manera se conseguirá apoyar teóricamente lo ocurrido, concibiendo hipótesis sobre los resultados que se obtuvieron a través de la práctica

Segunda parte

1. Justificación

El presente proyecto surge ante las diferentes demandas comportamentales que existen en el Centro de Referencia “La Marín”, inicialmente se realizó un diagnóstico psicosocial donde mediante información recogida para actualización de datos de la población participante, mismos que se encuentran en las instalaciones del Programa Acción Guambras a partir de esto se evidencia la necesidad de elaborar y establecer pautas de

manejo conductual ya que es fundamental, para lograr cumplir con las demandas y responsabilidades, aparte de prestar la debida atención que se brinda a toda la población participante del programa.

El manejo conductual es una tarea que requiere de esfuerzo, dedicación y perseverancia para que se pueda tener un buen manejo de los grupos ya sea en el horario matutino y vespertino. Desde el diagnóstico se pudo observar que en el contexto donde la población se desarrolla tiene problemas relacionados con conductas agresivas, violencia y delincuencia, notándose que prevalecen las causas las cuales se relacionan principalmente con problemas y dificultades en las relaciones familiares, escolares y sociales.

Es por eso que es importante cumplir con el objetivo general planteado al realizar una intervención psicoeducativa en autocontrol emocional ya que aportara por medio de estrategias eficaces como las cognitivo -conductuales para disminuir conductas agresivas se trabajará con los niños y niñas que asisten al lugar a través de la ejecución talleres de forma grupal.

El proyecto tiene como objetivo principal detectar conductas agresivas en los grupos de niños con el que rango de edad entre 7 a 9 años del Centro de Referencia “La Marín”, además de promover aprendizajes constructivista para la identificación las emociones, además de tratamiento de las conductas agresivas, también se tendrá en cuenta trabajar las habilidades sociales mediante actividades para resolver conflictos y relajación.

También se proyecta una valoración de la intervención para que se pueda evidenciar sí con el programa se lograron alcanzar resultados positivos con la disminución de niveles de agresividad y con la incorporación de habilidades en autocontrol emocional.

Además, se proyecta que los niños puedan tener un buen comportamiento en diferentes contextos donde se desarrollen de modo que se notarán cambios en las actitudes y comportamiento con los demás niños que forman parte de asisten al centro.

La contribución del proyecto al ámbito de la salud mental en el área educativa fue que desde el eje constructivista ya que se pudo lograr aprendizajes significativos en los niños a medida de que se desarrollaron las sesiones de intervención (talleres y prácticas) para la adquisición de habilidades en autocontrol emocional, a través de técnicas cognitivo - conductuales, para disminuir conductas agresivas en los diferentes ambientes donde se desenvolverían.

Se tuvo como resultado favorable que se estableció un ambiente tranquilo en el lugar donde los participantes se daban el tiempo necesario para realizar las actividades y disfrutarlas más, como por ejemplo al jugar con los compañeros ya no existían, gritos, peleas, ni enojos, además cumplían indicaciones impartidas por la instructora y educadora del centro.

En lo referente a lo social y comunitario se evidencio que los participantes son capaces de adaptarse a diferentes ambientes y en relación a los conflictos por los que se vean expuestos en el contexto al cual pertenecen saben cómo manejar las diferentes situaciones.

2. Caracterización de los beneficiarios

El presente proyecto tiene como beneficiarios directos a siete niños y una niña en total, con edades entre 7 a 9 años, pertenecientes al Centro de Referencia “La Marín”, para organización se establecieron dos grupos debido a las diferentes jornadas de estudio (matutina y vespertina) que tenían los participantes es por ello que se estableció diferentes horarios y días para los talleres.

Inicialmente fue difícil establecer la asistencia de todos los participantes porque no hubo acogida debido a: disfunciones familiares, falta de compromiso y calamidades situacionales por ejemplo cuando los niños ayudaban a sus madres y familiares a comercializar los productos de temporada que tenían a la venta, después de pedir apoyo a la educadora mediante comunicaciones verbales, colocación anuncios, y llamadas telefónicas la asistencia fue regular, además cabe destacar que la participación en las actividades fue positiva de tal modo que se percibieron cambios en los estados de ánimo y conductas de los participantes.

En lo que concierne a la cooperación por parte de los niños fue buena ya que gracias a las técnicas se logró cumplir con las planificaciones establecidas para cada taller, aportaron con cumplimiento de las actividades ya que se mostraron dispuestos a participar y aportar con experiencias e ideas para enriquecer conocimientos individuales y grupales.

3. Interpretación

Al ir desarrollando las actividades del proyecto mediante los componentes, temas y técnicas es donde se interviene con la realización de talleres y actividades, se tiende a aumentar y desarrollar el reconocimiento de emociones, identificar asertividad mediante situaciones y frases para conseguir una adecuada comunicación, el seguimiento de autoinstrucciones aportara para seguir pasos aportando para el cumplimiento de ejercicios de relajación y adquirir el desarrollo de habilidades sociales las cuales contribuyen a una adecuada convivencia en diferentes ambientes donde se desarrollen.

Análisis cualitativo

Emociones. -Al empezar con el primer componente, donde se trabajó la identificación de las emociones, se realiza actividades motivadoras y atrayentes para que los niños se interesen, para lo cual se les imparte cortos de la película “Intensa-mente” en la cual se detallan las características de las emociones y formas de actuar ante situaciones, fue muy beneficioso ya que los participantes señalaron a los personajes principales e indicaron como se sentían.

Tabla 13.

Preguntas de la matriz de la Película “Intensa-mente” y logros

Matriz de logros con los cortos de la película “Intensa-Mente”	
Película	Logros
<ul style="list-style-type: none">• ¿Qué paso en la escena?• ¿Qué personas se encontraban ahí?• ¿Cómo actuaron las emociones?• ¿Cuáles pueden identificar?• ¿Cuál fue el momento de pérdida de control?• ¿Qué consecuencias tuvo?	Identificaron lo sucedido en la escena, los personajes y que características distinguían a las emociones como: Alegría, tristeza, furia, miedo y desagrado. También comprendieron que los cambios al principio pueden ser difíciles de manejarlos ya que el personaje principal se sentía triste, pero que deben buscar la manera de llegar a la solución.

Nota: Elaborado por: Karen Ivette Cisneros Hidrobo (2017).

Se señala conceptos en relación con el tema que se impartiría, se explica que todas las personas de todas las culturas comparten emociones básicas que podríamos denominar universales, ya que expresan y se pueden interpretar por una expresión facial y corporal, además como señala psicólogo estadounidense Paúl Ekman, las seis emociones universales: el miedo, la alegría, la sorpresa, la ira, el asco o aversión y la tristeza: (Pallarés, 2010, págs. 33-34).

- El miedo se manifiesta: en la expresión de los ojos ya que se encuentran fijos y los músculos tensos y preparados para una respuesta de ataque; la boca esta entreabierta exponiendo los dientes, respiración es más intensa, hay sudoración, manos, temblores y pelos erizados.

- La alegría manifiesta como: la diversión, sensación de bienestar y de seguridad. Por lo que se puede apreciar con distintos signos en el rostro con boca sonriente, la comisura de los labios elevada, la mirada dulce, brazos abiertos y manos entreabiertas.
- La tristeza muestra con signos de pena, soledad, pesimismo. En la cara los ojos están con la mirada perdida, con tendencia a mirar hacia el suelo, la cabeza inclinada, el cuerpo flácido y sin tono, el habla es escasa y lenta.
- La ira manifiesta rabia, enfado y resentimiento. Nos incita a la destrucción del objeto causante, la persona muestra una actitud belicosa, unos ojos muy abiertos y fuera de sí, entrecejo fruncido, la cara contractura muestra los dientes en actitud de lucha, las mandíbulas se notan apretadas, cuerpo tenso y amenazante, brazos levantados y con movimientos rápidos.
- El asco se manifiesta con actitudes de disgusto y rechazo. Se aprecia la tendencia del rostro a alejarse del objeto o la persona causante de la emoción, el cuerpo se retira hacia atrás o a los lados, la nariz se nota elevada y en busca de determinados olores desagradables, boca se encuentra entreabierta mostrando los dientes, las manos en actitud de rechazo.

Tabla 14.

Actividad para identificar emociones

Matriz de para identificar emociones universales	
Emociones	Participantes
Alegría	Consiguieron identificar las emociones en relación a acontecimientos y situaciones que los hacían felices como: situaciones específicas en relación a juegos y paseos
Desagrado	Señalaron diferentes comportamientos por parte de los padres, hermanos y compañeros, también el rechazo de alimentos, que no les gusta por lo que prefieren evitarlos.
Temor	Expresaron situaciones que les sentían emociones miedo, en la mayoría. cuando existían momentos de conflictos familiares

Tristeza	Indicaron que se sentían tristes cuando los padres les castigaban y les hablan por no cumplir órdenes.
Furia	Señalaron que se sentían enojados cuando los compañeros o hermanos les molestaban y les agredían verbal o físicamente.

Nota: Elaborado por: Karen Ivette Cisneros Hidrobo (2017).

La instructora aplicó un componente del test proyectivo (H-T-P) para identificar rasgos de la personalidad de los participantes, mismo que sirvió para mostrar en qué componentes se necesitaba tener en cuenta, para que de esta manera se desarrolle y se coordine la utilización de las técnicas psicológicas para abordar las diferentes habilidades comunicativas que se reforzarían gracias al trabajo grupal en las diferentes sesiones que se establecían.

Tabla 15.

Interpretación test proyectivo (persona)

Matriz de interpretación H-T-P	
Participantes	Persona
A	Presenta rasgos de inseguridad, aislamiento y descontento, por la ubicación en la página se observa regresión, preocupación por sí mismo, impulsividad, necesidad de gratificación inmediata además de miedo y evitación del ambiente, los brazos muy pequeños muestran culpa, inadecuación, énfasis excesivo muestra poco contacto con la realidad alucinaciones auditivas, las piernas separadas y flotando muestran agresión e inseguridad y dependencia y el énfasis en cuello muestra necesidad de control.
B	Se evidencian en la ubicación rasgos de impulsividad, necesidad de gratificación inmediata, preocupación por sí mismo, poco contacto con la realidad, tensión, los ojos pequeños muestran introversión, el énfasis en la boca se nota dependencia, las piernas juntas muestran rigidez y tensión, la forma de las manos en forma de pétalos detalla inmadurez y necesidad de control.
C	En relación a la ubicación se muestran rasgos de inseguridad, aislamiento, descontento, regresión, además un poco contacto con la realidad, los hombros cuadrados connotan actitudes hostiles y sobre defensivas, el énfasis en los brazos implica fuerte necesidad de logro, agresión, el tamaño grande de la cabeza relaciona regresión y grandiosidad, las piernas juntas manifiestan rigidez y tensión, la forma de las manos en forma de pétalos detalla inmadurez y necesidad de control, la calidad de la línea recargada se identifica tensión, ansiedad y violencia.
D	Se identifica en la ubicación del dibujo rasgos de un ambiente restrictivo, tensión y rigidez, el énfasis en los brazos muestra fuerte necesidad de logro y agresión, el énfasis en la boca muestra dependencia, las piernas flotando y separadas muestran agresión, inseguridad y dependencia, además se evidencia énfasis en el cuello lo cual muestra necesidad de control.
E	Presenta rasgos de inseguridad, aislamiento, descontento, regresión, los brazos pequeños culpa e inadecuación, el tronco desproporcionadamente pequeño sugiere la negación de impulsos corporales y sentimientos de inferioridad, el cuello omitido

	es signo de impulsividad, las manos enguantadas implican agresión reprimida, además la calidad de la línea recargada se identifica tensión, ansiedad y violencia.
F	Se identifica en la proporción grande rasgos de un ambiente restrictivo, tensión y compensación, la ubicación central muestra rigidez, el tamaño de los hombros y brazos indican la existencia sentimientos de poder o fuerza para luchar, las piernas separadas muestra agresividad, los dedos de las manos en forma de pétalos señala inmadurez y la calidad de la línea recargada se identifica tensión, ansiedad y violencia.
G	Presenta rasgos de un ambiente restrictivo, tensión y rigidez, pone énfasis en los brazos lo cual indica fuerte necesidad de logro, agresión, la cabeza grande señala grandiosidad, énfasis en los ojos y boca señala paranoia y dependencia, las piernas se muestran juntas se aprecia rigidez y tensión, los hombros cuadrados señalan actitudes hostiles y sobre defensivas.
H	En el dibujo se evidencian rasgos de inseguridad, aislamiento, descontento y regresión, debido a la ubicación señala rigidez, en los hombros cuadrados muestran actitudes hostiles y sobre defensivas, la ausencia de manos implica sentimientos de inadecuación, las piernas, las piernas separadas y muestran agresión, el cabello erizado con trazos en punta indica agresividad, al identificar la calidad de la línea recargada se identifica tensión, ansiedad y violencia.

Nota: Elaborado por: Karen Ivette Cisneros Hidrobo (2017).

Después de haber aplicado el test proyectivo se logró identificar rasgos de personalidad en común entre el grupo de pares como: inseguridad, aislamiento, descontento, regresión, tensión, impulsividad, rigidez, agresión, actitudes en relación a actitudes hostiles y defensivas, gracias a los datos asimilados por el test mismas que se tuvieron en cuenta para trabajar en los talleres desarrollando actividades para generar habilidades para reforzar las relaciones interpersonales.

Asertividad. - El segundo componente se refiere al tema de asertividad en el cual se manifiesta la importancia de enseñar actitudes positivas y se ejecutan actividades junto con los participantes. También se tiene en cuenta los siguientes conceptos para hacer distinción entre conductas asertiva, no asertiva (pasiva) y agresiva.

- La conducta asertiva se identifica con la expresión de sentimientos adecuados a las situaciones y necesidades, es ahí donde se evidencian los derechos legítimos, las opiniones sin amenazar y sin violentar los derechos de los demás. Se señala al mensaje con la afirmación que es: esto es lo que pienso, es así es

como veo la situación, expresando quien es la persona y lo dice sin humillar o degradar al otro individuo. (Caballo, 2002, pág. 361).

- La conducta no asertiva implica la violación de los propios derechos al no ser capaz de expresar recatadamente sentimientos, pensamientos y opiniones y por consiguiente permitiendo a los demás que violen nuestros sentimientos, o expresando los pensamientos propios de una manera auto derrotistas con disculpas, con falta de confianza, de tal modo que los demás pueden fácilmente no hacerle caso. En esta conducta se señala al mensaje que se comunica: el yo no cuento, puedes aprovecharte de mí, mis sentimientos no importan Además van acompañando a la negación verbal que suele darse conductas no verbales no asertivas como la evitación de la mirada, un patrón de habla vacilante, un bajo volumen de voz, postura corporal tensa y movimientos corporales nerviosos o inapropiados. (Caballo, 2002, pág. 363).
- La conducta agresiva puede expresarse de manera directa o indirecta con la agresión verbal directa donde incluye ofensas verbales, insultos, amenazas y humillaciones. En el elemento no verbal directo se muestran gestos de amenaza, como con miradas intensas, mostrar el puño y con ataques físicos y el componente verbal indirecto incluye comentarios sarcásticos, comentarios rencorosos con murmuraciones maliciosas. Las conductas no verbales agresivas incluyen gestos físicos realizados mientras la atención de la otra persona no le presta atención o actos físicos que se dirigen hacia otras personas u objetos. (Caballo, 2002, pág. 365).

Con estos conceptos se organizó una actividad mediante la clasificación de conductas a través de frases características para cada conducta ya sea asertiva, pasiva o agresiva,

este ejercicio fue sustancial, ya que los participantes se dominaron los conceptos impartidos por la instructora.

Para el tema de comunicación asertiva se realiza la técnica de modelamiento a través de un ensayo conductual, realizando la práctica con el objeto de desarrollar habilidades para que los niños puedan dirigirse a sus pares o grupos sociales, se entregan las frases positivas a los niños y en una silla se coloca un perro de peluche (sin ojos, nariz, ni boca) se les indica pasos a seguir.

Tabla 16.

Datos de los logros con el ensayo conductual

Matriz del ensayo conductual de comunicación asertiva	
Comunicación asertiva	Logros
Pasos para cuando pretendamos comunicar algo. (Mendoza González, 2010, pág. 50) <ol style="list-style-type: none"> 1. Mirar a los ojos, los niños colocan los ojos móviles 2. Colocar la figura de la nariz diciendo la frase positiva 3. Ponerle la lengua, indicando que al terminar de decir la frase debe sonreír 	Se realiza una pre evaluación, si el niño omite alguno de los pasos puede volver a intentarlo para ello se realizan dos ensayos con el perro de peluche y para la post evaluación los niños. Al inicio los niños se muestran un poco temerosos ya que no tenían experiencia realizando esta actividad, y consiguieron seguir los pasos y al finalizar se realizó un ensayo en parejas.

Nota: Adaptado Manual de autocontrol del enojo -Dra. Brenda Mendoza González (2010).

Autoinstrucciones. -Para trabajar el entrenamiento de autoinstrucciones se requiere aplicar un procedimiento a través de actividades manuales como el Origami, para que de esta forma el aprendizaje sea propio al momento de hacer las tareas, los participantes a través de los ejercicios cumplen con el procedimiento.

Según Cristina Larroy (2008) menciona al procedimiento básico del entrenamiento en autoinstrucciones descrito por Meichenbaum, consta de cinco fases que son el modelado cognitivo, guía externa en voz alta, autoinstrucciones en voz alta, autoinstrucciones enmascaradas, autoinstrucciones encubiertas. (Labrador Encinas, 2008, pág. 454).

Tabla 17.**Datos de fases de Autoinstrucciones.**

Matriz de fases y actividades para Autoinstrucciones			
Actividades - Origami	Fases	Instructora	Participantes
Dinámica “Simón dice”	Modelado	Menciona las instrucciones en voz alta y realiza las acciones	Siguen las instrucciones poniendo atención y observan las acciones para poder imitar, se emocionaron y cumplieron con la actividad.
Gato (Pikachu) 7 pasos	Guía externa en voz alta	Facilita los pasos y en voz alta lo que contribuye para manejar la conducta.	Repiten los pasos siguiendo las instrucciones impartidas por la instructora, y si se atrasaron de algún paso se repite el paso hasta que lo cumpla y terminar todos en conjunto.
Oso 8 pasos	Autoinstrucciones en voz alta	Se muestra atenta para orientar y corregir si es necesario.	Leen las instrucciones en voz alta que están escritas en el pizarrón y observan las imágenes para que se puedan guiar.
Pájaro 8 pasos	Autoinstrucciones enmascaradas	Explica que para la realización de la figura deben leer las instrucciones en voz baja, además está atenta si hay que reforzar o corregir	Leen las instrucciones, pero en voz baja, al inicio les resulto difícil ya que se confundieron al realizar los primeros pasos, se les explico y continuaron con la tarea hasta formar la figura.
Perro/ Gato 6 pasos	Autoinstrucciones encubiertas	Observa y corrige si es necesario	Guían su conducta mediante instrucciones internas, aquí piensan los pasos y no dicen, forman figuras de perros o gatos según sea la elección.

Nota: Elaborado por: Karen Ivette Cisneros Hidrobo (2017).

Relajación. -Para ejecutar las acciones del componente de relajación la instructora adecuo la sala les pidió a los niños que se acostaran en el piso boca arriba y se sientan cómodos. Para aprender a respirar profundo y relajarse y respiración para detener la ansiedad, que ayudara para que los niños mantengan la calma cuando sientan miedo para ello se siguen dos procedimientos: (Aguilar G, Peter M & Aragón L., 2014, pág. 80).

1. Poner una mano extendida sobre el centro del pecho, y la otra sobre el ombligo, sin cambiar la forma natural de respirar se fija si una mano sube más que la otra cuando inhalas y si una baja más rápido cuando exhalas. La respiración

profunda correcta se hace desde el abdomen primero y luego desde el pecho. Para respirar se indica que deben coger y soltar aire con la nariz, de manera que el abdomen se infle, se cuenta hasta tres y suelta el aire suavemente como si fuera una pelota que se está desinflando, van sacando el aire mientras van pronunciando “sssss”.

2. Para aprender a respirar cuando tenemos miedo se deben seguir pasos primero exhalar para vaciar los pulmones, inhalamos cogiendo aire desde ombligo expandiendo el abdomen hasta llenar el pecho, contenemos y contamos mentalmente del uno hasta el tres y vamos soltando despacio, aguanta otra vez el aire contando uno, dos y tres, vacía suavemente el aire que queda y este ejercicio lo repetimos siete veces.

Para la segunda sesión de relajación progresiva que emplea ejercicios de tensión y relajación de una serie de músculos para conseguir relajación completa de la persona, se menciona un ejemplo de los distintos grupos de músculos que se consideran y de los ejercicios empleados para tensar los distintos grupos de músculos son los siguientes: Manos, antebrazos, brazos, hombros, parte posterior del cuello, nuca, frente, ojos, boca, mandíbula, lengua y parte interior del cuello, pecho, abdomen, nalgas, muslos, pantorrillas y pies. Para el ejercicio cada grupo de músculos se tensa por diez segundos y luego se relaja, continuamente se vuelve a tensar otra vez y vuelve a relajarse, induciendo a partir de ese momento sensaciones de relajación más intensas. (Caballo, 2002, págs. 219-220).

Tabla 18.

Logros a través de ensayos conductuales.

Matriz de ensayos de relajación			
Ensayo	Participantes	Instructora	Logros
	Se mostraron dispuestos a realizar la actividad, se	Explicó y estuvo observando si realizaban bien los ejercicios de respiración por	Se obtuvieron buenos resultados con la práctica de ejercicios para la respiración ya que después de corregir

Primero Respiración	sintieron cómodos al acostarse sobre fómix en el piso y siguieron las instrucciones para realizar los ejercicios	que al inicio se tuvo que corregir ya que algunos participantes no conseguían adecuarse a la práctica del ejercicio	la forma de respirar se consiguió que puedan respirar de la forma correcta.
Segundo Relajación/ tensión	Los niños se mostraron atentos a las indicaciones y realizaron los ejercicios.	Indicó que en la sesión relajaríamos todos los músculos del cuerpo y les recordó la escala de intensidad emocional para ir ejecutando el ejercicio.	Con el apoyo de la escala de intensidad emocional se consiguió realizar los ejercicios de tensión-relajación cuyo fin era que se sientan con calma al principio no querían realizar el ejercicio, pero a medida que se les motivaba lograron relajarse.

Nota: Elaborado por: Karen Ivette Cisneros Hidrobo (2017).

Modelamiento. -Para el modelamiento a través de autoinstrucciones y el desarrollo de habilidades sociales que servirán para guiar el comportamiento de modo que se disminuyan las conductas agresivas se planifica actividades las cuales se dividen en dos partes: la primera fase describe ¿Cómo evitar involucrarse en conflictos?

Es decir que aquí se explicará con ejemplos de situaciones cotidianas como, por ejemplo: Cuando alguien le pegue, lo empuje o le “haga algo “accidentalmente, por ejemplo, cuando vaya paseando por algún lugar en donde juegan fútbol y la pelota le pegue en la cara. Es importante que estos comportamientos “neutros” no sean percibidos como agresión. (Mendoza González, 2010, pág. 67).

Es ahí donde se debe responder a la pregunta ¿Qué hacer? con lo cual se procura identificar la situación que no fue intencional entonces si se siente molesto debe salir del juego, tranquilizarse y respirar, o también emplear el autoinstrucciones en voz alta o mentalmente como se adapte.

Decir las autoinstrucciones, el niño puede emplear las siguientes frases como: “Mantente calmado”, “no fue intencional, fue un accidente”, “no vale la pena enojarse”, “respira tranquilamente”, “respira e ignora”, “respira y relaja tu cuerpo”. Estas frases se repetirán así mismos con voz baja (en su mente) y realizara tres respiraciones profundas para ayudarse a relajar. (Mendoza González, 2010, pág. 67).

En la fase dos se refiere a la confrontación, aquí se explica cuando un compañero se acerque para molestarlo. El niño aprenderá a decirse frases a si mismo cuando lo molesten: “Sigue permaneciendo calmado”, “no voy a pelear”, “no voy a insultarlo”, “pediré ayuda a un adulto” (Mendoza González, 2010, pág. 67).

Además de decir las autoinstrucciones puede relajarse con las técnicas de relajación que previamente ya aprendió en sesiones anteriores. También cuenta el decir no, para ello debe mirar a los ojos al niño y decir de una firmemente: “No te permito que me llames así” o “no te permito que me trates así” (Mendoza González, 2010, pág. 68).

Como un apoyo para obtener la solución del conflicto o problema que este atravesando ya que no le fue posible poder manejarlo individualmente, puede pedir ayuda acudiendo con un adulto para que contribuya con la solución.

Para poner en práctica lo aprendido la instructora empleó una actividad para realizar un juego de roles con una situación específica que sea conocida o adaptada para el diario vivir para que los participantes puedan dar alternativas o formas para dar solución gracias a la adquisición de habilidades sociales.

Tabla 19.

Logros a través de ensayo conductual entre pares.

Matriz de ensayo conductual para evitar acciones agresivas empleando técnicas de autoinstrucciones, relajación y habilidades sociales	
Ensayo conductual	Logros
Se preparó ejemplos de situaciones cotidianas para puedan desarrollar autoinstrucciones y habilidades sociales.	En parejas se les entrego frases donde se explicaba la situación, ellos debían leer y explicar que deberían hacer aplicando las técnicas de modelamiento de habilidades sociales, continuamente se les dice que designen al compañero que tuvo mejor solución a la situación propuesta para que les explique al resto de compañeros ¿Qué hacer? ante la situación y ¿Por qué? Realizando los pasos pueden solucionar los conflictos de una forma adecuada

Nota: Elaborado por: Karen Ivette Cisneros Hidrobo

Para finalizar y concretar las sesiones del proyecto fue necesario realizar junto con todos participantes se realiza una retroalimentación de todos los talleres impartidos mismo que fue necesario para el cierre del proyecto e identificar si beneficioso y que contenido aprendieron en cada sesión impartida al grupo.

Tabla 20.

Cierre de los talleres impartidos

Matriz de cierre de talleres ejecutados en el proyecto.	
Retroalimentación	Logros
Se realizó una matriz donde se mostró los temas abordados en cada taller y se añadió dos preguntas: ¿Qué aprendió? ¿Cómo se sintió?	Los participantes al mencionar el tema respondieron a las preguntas y explicaron las actividades que realizaron y la mayoría les gusto ya que recuerdan los temas en qué consistía, y que aprendieron sobre todo con las actividades prácticas como las formar figuras al ir doblando el papel Origami, el frasco de la calma, los ensayos conductuales con el perro de peluche, los ejercicios de relajación, los ensayos conductuales para la solución de conflictos, es decir que las actividades fueron significativas para los participantes mismas que se apropiaron para poner en práctica en diferentes ambientes.

Nota: Elaborado por: Karen Ivette Cisneros Hidrobo (2017).

Análisis cuantitativo

En esta sección se toma en cuenta a los instrumentos terapéuticos utilizados con la información de la aplicación de los test psicométricos donde se muestran a través de tablas y gráficos los resultados obtenidos antes y después de la intervención, con el test MESSY “The Matson Evaluation of Social Skills” a los ocho participantes en los talleres. Dentro de la evaluación se tendrá en cuenta a cinco variables en las cuales se encuentran categorías como: habilidades sociales apropiadas, agresividad, impulsividad, exceso de confianza y celos.

Pre-intervención

Antes de dar inicio a la intervención se realizó una evaluación con el cuestionario, para ello se elaboró esta tabla donde se muestran los puntajes totales obtenidos por cada participante que forma parte del grupo, en las cinco variables que están proporcionadas por el test MESSY, cuyos resultados se encuentran transformados a porcentajes respecto al máximo teórico puntuable.

Tabla 21.

Puntajes directos transformados en porcentajes de la pre- intervención con el cuestionario The Matson Evaluation of Social Skills with Youngsters - MESSY, con las variables consideradas como indicadores.

PRE- INTERVENCIÓN					
Participantes	Habilidades sociales apropiadas (V1)	Agresividad (V2)	Impulsividad (V3)	Exceso de confianza (V4)	Celos (V5)
1	67,04%	68,75%	60%	65%	62.50%
2	61,36%	54,68%	40%	40%	37.50%
3	73,86%	81,25%	55%	70%	62,50%
4	65,9%	84,37%	65%	50%	60%
5	70,45%	76,56%	70%	60%	87.50%
6	64,77%	78.12%	50%	55%	65%
7	68,18%	59,37%	35%	45%	43,75%
8	63,63%	62,50%	30%	50%	68,75%

Nota: Puntajes porcentuales de los datos obtenidos en la pre-intervención de la escala MESSY, en un grupo de ocho participantes. Elaborado por: Karen Ivette Cisneros Hidrobo (2017).

En base a la información obtenida se logró adecuar la intervención y así tener en cuenta, para abordar los componentes como: habilidades sociales apropiadas y manejo de agresividad, los cuales serían necesarios estimular y desarrollar a través de la ejecución de talleres, para que se pueda cumplir el objetivo principal que es disminuir la agresividad y desarrollar habilidades sociales en los participantes mediante la cumplimiento de las diferentes técnicas cognitivo-conductuales, que serían desarrolladas en los talleres que posteriormente se impartirían al grupo de participantes del proyecto.

Post-intervención

Al finalizar la intervención del tratamiento psicológico se realizó la post- evaluación con el cuestionario de la escala MESSY, para ello se elaboró la tabla donde se muestran los puntajes totales obtenidos por cada participante que forma parte del grupo, en las cinco variables que cuyo resultados se encuentran transformados a porcentajes respecto al máximo teórico puntuable para realizar una comparación de conductas en relación a la pre-evaluación e identificar resultados, para analizar si se lograron buenos resultados a través de los talleres.

Tabla 22.

Puntajes directos transformados en porcentajes de la post- intervención con el cuestionario The Matson Evaluation of Social Skills with Youngsters- MESSY, con las variables consideradas como indicadores.

POST- INTERVENCIÓN					
Participantes	Habilidades sociales apropiadas (V1)	Agresividad (V2)	Impulsividad (V3)	Exceso de confianza (V4)	Celos (V5)
1	81,81%	54,68%	40%	45%	43,75%
2	77,13%	45,31%	30%	35%	31,25%
3	83,04%	60,93%	45%	50%	50%
4	72,95%	73,43%	35%	45%	35%
5	84,09%	65,62%	40%	40%	35%
6	88,63%	59,37%	40%	30%	31,25%
7	73,86%	42,18%	25%	25%	50%
8	71,59%	51,56%	25%	35%	30%

Nota: Puntajes porcentuales de los datos obtenidos en la post-intervención de la escala MESSY, en un grupo de ocho participantes. Elaborado por: Karen Ivette Cisneros Hidrobo (2017).

Para realizar la comparación fue necesario realizar el cálculo mediante la prueba t student, para lo cual se calculó la diferencia (d) entre los valores que obtuvieron en cada participante con los valores del pre- test, continuamente se resta cuidadosamente cada valor del post-test, de cada uno de los valores del pre-test, se eleva cada diferencia al cuadrado (d^2), se calcula ($\sum d$) aquí se debe prestar atención a los signos, para después calcular ($\sum d^2$) y N se obtiene con los datos de número de participantes y se calcula la fórmula estadística.

Figura 1. Fórmula: t student

$$t = \frac{\frac{\sum d}{N}}{\sqrt{\frac{\sum d^2 - \frac{(\sum d)^2}{N}}{N(N-1)}}$$

Figura 1: Fórmula t. Adaptado de: La Investigación del comportamiento - una guía práctica con técnicas y herramientas (2001)

Tabla 23.

Valores de Habilidades sociales del cuestionario The Matson Evaluation of Social Skills with Youngsters MESSY, con los valores estadísticos con la prueba t student.

Habilidades Sociales Apropriadas				
Participantes	Pre- test	Post-test	d	d ²
1	67,04	81,81	-14,77	218,1529
2	61,36	77,13	-15,77	248,6929
3	73,86	83,04	-9,18	84,2724
4	65,9	72,95	-7,05	49,7025
5	70,45	84,09	-13,64	186,0496
6	64,77	88,63	-23,86	569,2996
7	68,18	73,86	-5,68	32,2624
8	63,63	71,59	-7,96	63,3616
suma total	66.89		-97,91	1451,7939
Valor empírico	t = -5,75			
Valor critico	t = 2,36			

Nota: Elaborado por: Karen Ivette Cisneros Hidrobo (2017).

Para la primera variable que es la escala de habilidades sociales del cuestionario MESSY, el valor obtenido con la prueba t es de -5,75, el cual es menor a 2,36, lo cual demuestra que para la variable la intervención sirvió, pero se explica al resultado en relación a la post- intervención ya que los participantes desarrollaron habilidades sociales apropiadas notándose que el tratamiento provoco un cambio positivo.

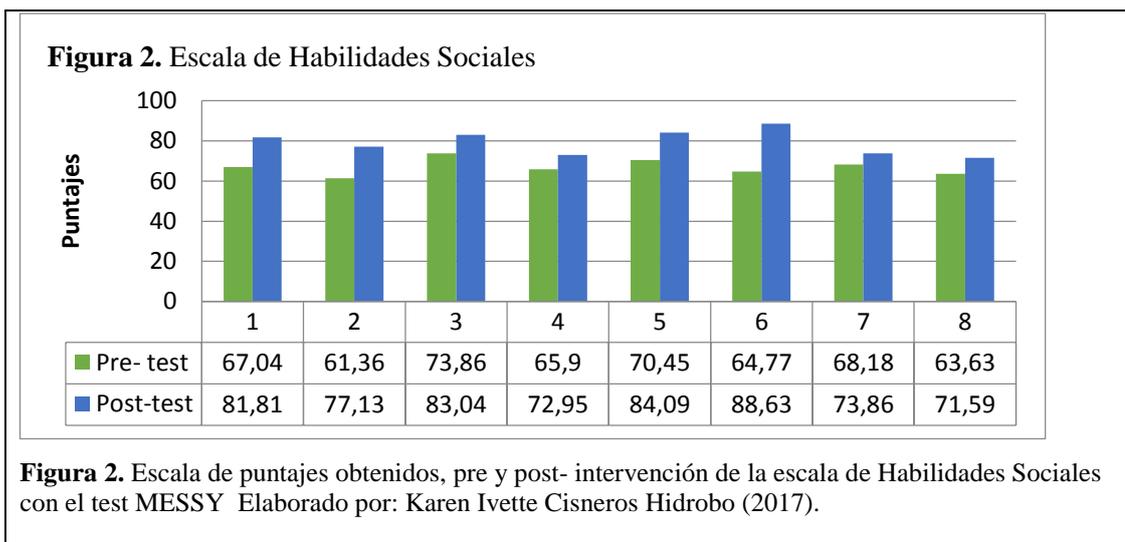


Tabla 24.
Valores de Agresividad del cuestionario The Matson Evaluation of Social Skills with Youngsters MESSY, con los valores estadísticos con la prueba t student.

Agresividad				
Participantes	Pre- test	Post- test	d	d ²
1	68,75	54,68	14,07	197,9649
2	54,68	45,31	9,37	87,7969
3	81,25	60,93	20,32	412,9024
4	84,37	73,43	10,94	119,6836
5	76,56	65,62	10,94	119,6836
6	78,12	59,37	18,75	351,5625
7	59,37	42,18	17,19	295,4961
8	62,50	51,56	10,94	119,6836
suma total			$\sum d = 112,52$	$\sum d^2 = 1704,77$
Valor empírico	t = 9,52			
Valor crítico	t = 2,36			

Nota: Elaborado por: Karen Ivette Cisneros Hidrobo (2017).

En la escala de Asertividad inapropiada o agresividad del cuestionario MESSY, se puede observar las diferencias al valor obtenido con la prueba t es de 9,52, supera al valor crítico t, que es 2,36, demostrando que para esta variable la intervención valió porque se distingue que el tratamiento provoco un cambio en las conductas de los participantes.

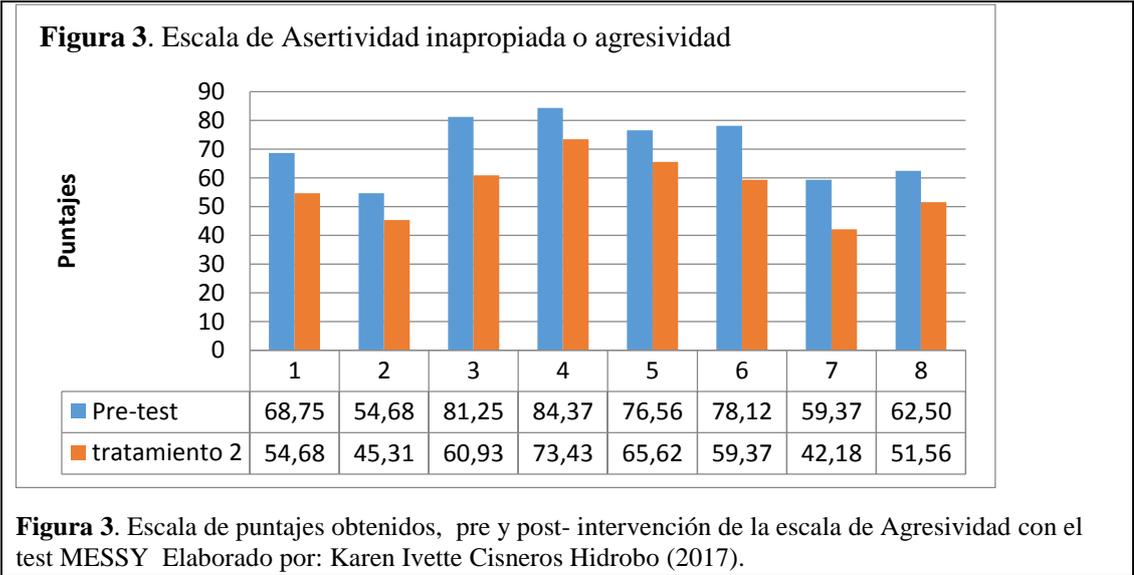


Tabla 25.
Valores de Agresividad del cuestionario The Matson Evaluation of Social Skills with Youngsters MESSY, con los valores estadísticos con la prueba t student.

Impulsividad				
N	Pre-test	Post-test	d	d ²
1	60,00	40,00	20	400
2	40,00	30,00	10	100
3	55,00	45,00	10	100
4	65,00	35,00	30	900
5	70,00	40,00	30	900
6	50,00	40,00	10	100
7	35,00	25,00	10	100
8	30,00	25,00	5	25
suma total			$\sum d = 125$	$\sum d^2 = 2625$
Valor empírico	4,51			
Valor critico	2,36			

Nota: Elaborado por: Karen Ivette Cisneros Hidrobo (2017).

Para la escala de Impulsividad del cuestionario MESSY, el valor obtenido con la prueba t es de 4,51 lo que se resaltar que es mayor al valor critico t, que es 2,36, demostrando que la variable de la intervención aprovechó y fue eficaz porque se pueden evidenciar que el tratamiento provoco un cambio.

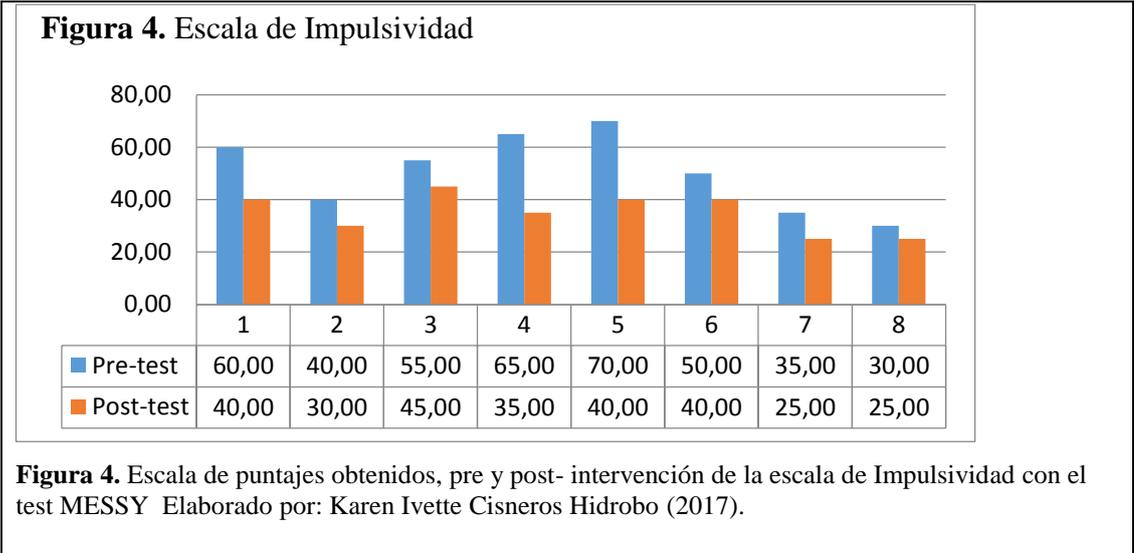


Tabla 26.

Valores de Exceso de Confianza -The Matson Evaluation of Social Skills with Youngsters MESSY, con los valores estadísticos con la prueba t student.

Exceso de Confianza				
Participantes	Pre-test	Post-test	d	d ²
1	65,00	45,00	20	400
2	40,00	35,00	5	25
3	70,00	50,00	20	400
4	50,00	45,00	5	25
5	60,00	40,00	20	400
6	55,00	30,00	25	625
7	45,00	25,00	20	400
8	50,00	35,00	15	225
suma total			$\sum d = 130$	$\sum d^2 = 2500$
Valor empírico	9,52			
Valor critico	2,36			

Nota: Elaborado por: Karen Ivette Cisneros Hidrobo (2017).

Para la escala del Exceso de Confianza del cuestionario MESSY, el valor obtenido con la prueba t es igual 9,52, aventajado a el valor critico t, que es de 2,36 mostrando que la variable la intervención sirvió porque aumentaron los valores en la escala de desarrollo de habilidades sociales notándose que el tratamiento provoco un cambio.

Figura 5. Exceso de Confianza

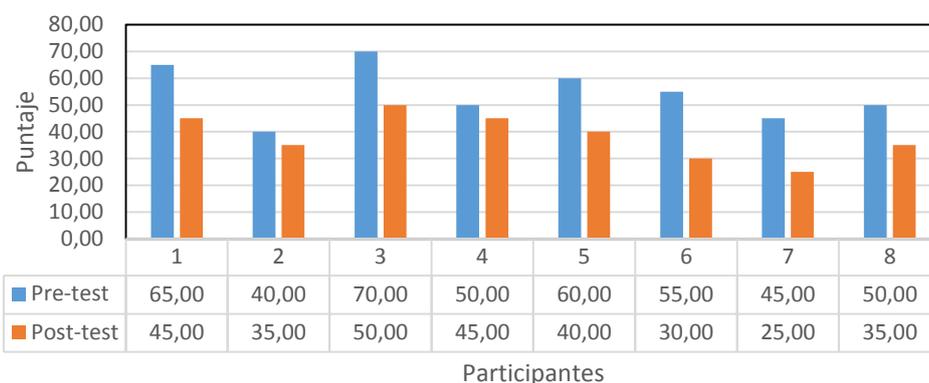


Figura 4. Escala de puntajes obtenidos, pre y post- intervención de la escala exceso de confianza con el test MESSY Elaborado por: Karen Ivette Cisneros Hidrobo

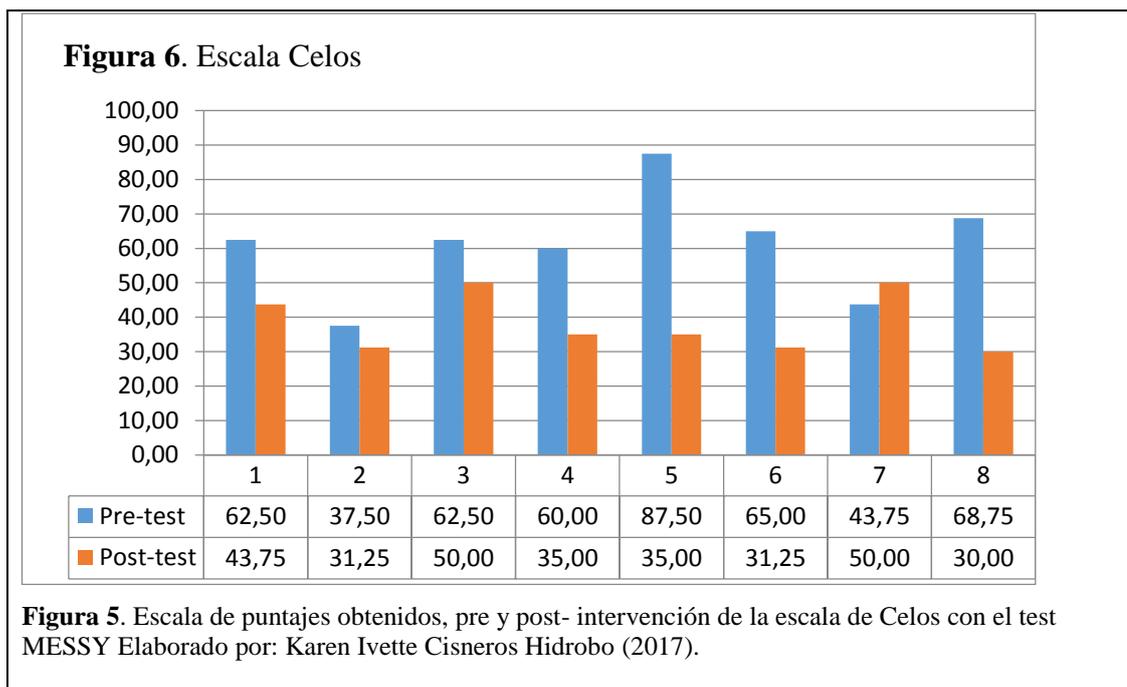
Tabla 27.

Valores de Celos del cuestionario The Matson Evaluation of Social Skills with Youngsters MESSY, con los valores estadísticos con la prueba t student.

Celos			
Pre-test	Post-test	d	d ²
62,50	43,75	18,75	351,56
37,50	31,25	6,25	39,06
62,50	50,00	12,5	156,25
60,00	35,00	25	625
87,50	35,00	52,5	2756,25
65,00	31,25	33,75	1139,06
43,75	50,00	-6,25	39,06
68,75	30,00	38,75	1501,56
suma total		$\sum d = 181,25$	$\sum d^2 = 6607,81$
valor critico t	2,36		
Valor empírico	3,38		

Nota: Elaborado por: Karen Ivette Cisneros Hidrobo (2017).

Para la escala de Celos del cuestionario MESSY, el valor obtenido con la prueba t es de 3,38 aventaja a el valor critico t, que es 2,36 lo cual señala que para la variable la intervención sirvió porque aumentaron los valores distinguiéndose como favorable.



4. Principales logros del aprendizaje

a) ¿Cuáles fueron las lecciones aprendidas?

En el proyecto de intervención se consiguió aprender muchas lecciones en diferentes espacios las cuales aportaron significativamente en mi formación y personalidad, ya que se puede destacar el aprender el manejo adecuado de grupos donde además de evidenciar que los participantes consiguieron cumplir con los objetivos que se formularon como metas de logro para el proyecto al desarrollar habilidades sociales y de autocontrol emocional.

Junto con el grupo se adquirió una construcción periódica de los conocimientos sobre el desarrollo del autocontrol emocional, habilidades comunicativas y sociales, relajación y ensayos conductuales los cuales contribuirían a disminuir las conductas agresivas en los diferentes ambientes donde los participantes se desenvuelven.

b) ¿Qué es lo que se aprendió con el proyecto?

En la cumplimiento del proyecto de intervención a través del eje constructivista y de las técnicas cognitivo-conductuales, se apreció que es importante trabajar y poner en

práctica las técnicas de modificación de conducta para alcanzar objetivos programados para que se adquiriera la experiencia de abordar e impartir contenidos psicológicos mediante los componentes ejecutados, asimismo se tuvo la experiencia de realizar intervenciones en forma grupal y al mismo tiempo se supo motivar con actividades interesantes para que los participantes se interesen y hagan que los conocimientos impartidos se vuelvan aprendizajes significativos.

c) ¿Cómo aportó mi formación académica a entender las prácticas psicosociales desde distintos ámbitos de intervención?

Entre los aportes que se puedan destacar mi formación académica fue muy importante para poder entender y realizar las prácticas psicosociales, ya que me permitieron asumir una visión desde el área educativa y social al apoyar al Proyecto Chicos de la Calle con el Programa Acción Guambras a niñas y niñas del Centro de Referencia “La Marín”, ya que desde el diagnóstico se consiguió tener en cuenta con el tipo de población que se trabajaría, además de entender las diferentes problemáticas que enfrentan diariamente y buscar la forma de intervenir ante los diferentes casos.

Para teorizar lo vivenciado en experiencia, la formación académica fue fundamental ya que se tomó en cuenta a varias fuentes biográficas con textos manejados desde varias asignaturas de la carrera, también desde esta visión se logró abordar de una forma eficiente los temas de autocontrol emocional, agresividad, autoinstrucciones, relajación y habilidades sociales, teniendo en cuenta al contexto sociocultural donde los niños pertenecen y se desarrollan.

d) Se describen las experiencias positivas y negativas. Finalmente se propone alternativas para situaciones similares. ¿Qué se haría igual? ¿Qué cambiaría?

Entre las experiencias positivas fue evidenciar que a través de las técnicas cognitivo-conductuales se logró manejar los diferentes temas y en especial el de autocontrol emocional a través de las diferentes actividades para enseñar la importancia del manejo de autoinstrucciones con el objetivo de disminuir conductas agresivas que anteriormente se evidenciaban entre pares.

En lo referente a las experiencias negativas se menciona que inicialmente fue difícil asegurar la asistencia de los participantes ya que aunque previamente se convocó verbalmente, mediante anuncios y llamadas telefónicas, y no se lograba una total asistencia a los talleres, debido a esto fue necesario impartirlos los talleres en otros días y horarios.

Del proyecto se conservaría la organización de las actividades ya que sería útil y beneficioso que se destine más tiempo para que así se logre trabajar con los diferentes factores que son importantes abordar junto con la población participante para que de esta manera se pueda destacar la importancia de un adecuado manejo de situaciones conflictivas a través del autocontrol emocional y desarrollo de habilidades comunicativas y sociales.

e) ¿Qué productos generó el proyecto de intervención?

Los productos que se generaron en el proyecto de intervención son el diseño de un programa de intervención psicoeducativa en autocontrol emocional, el presente informe de sistematización de la experiencia con datos de obtenidos en la práctica, también se aporta con los materiales realizados por la autora y los niños participantes en talleres impartidos.

f) ¿Cuáles objetivos de los que se plantearon se lograron? ¿Cuáles no?

¿Por qué?

Se logró que los participantes muestren una disminución de conductas agresivas en su ámbito social, familiar, escolar y entre pares, además se logró abordar todas temáticas que previamente se planificaron para la intervención a través de los talleres y lo cual fue favorable para que se desarrollen habilidades en autocontrol emocional en los participantes esto se observó en el grupo a medida que se avanzaba con la ejecución del proyecto, y al mismo tiempo se desarrollaron habilidades sociales, las cuales fueron necesarias para una disminución de conductas agresivas.

g) ¿Qué impacto a nivel de la salud mental se evidenció como consecuencia del proyecto?

El proyecto de intervención permitió a nivel de salud mental que la población participante primordialmente pueda expresar sentimientos y emociones a través de las diferentes experiencias que formaban parte de las actividades planificadas en cada taller, lo cual contribuyó a que aprendieran a manejar conflictos por medio de técnicas y pasos a seguir con el objetivo de lograr solucionar problemas que presentarían en diferentes situaciones evitando la agresión.

En consecuencia, se contrajo que a través de la ejecución del proyecto se consiguió la disminución de agresividad en los niños que conforma el grupo participante, ya que lograron desarrollar habilidades comunicativas y sociales, mejorando su entorno social, en lo que se refiere a salud mental fue muy favorable para que existan cambios que ayuden a mejorar la convivencia con los demás y lograr un bienestar emocional, psicológico y social.

Conclusiones

En general no hubo mayores percances para la ejecución del proyecto planificado ya que a través del diseño del proyecto, donde se incluían partes importantes como: diagnóstico, diseño y ejecución fue significativo, ya que contribuyó para que exista un adecuado seguimiento del proyecto por lo cual se obtuvieron buenos resultados. Mediante la experiencia de intervención y con el uso de las técnicas cognitivo-conductuales como la técnica de economía de fichas al aplicarla contribuyó significativamente desde el inicio, se les invito a los niños a participar en el proyecto con el objetivo de reforzar conductas positivas y disminuir conductas negativas a través de refuerzos positivos que en este caso serían los premios.

Para abordar el tema de las autoinstrucciones para los participantes seguir instrucciones no es extraño para ellos y al mencionarles lo que deben hacer si les agrada lo realizan y si no es así es difícil que cumplan con la tarea, pero para aprender a indicarse ellos mismo inicialmente fue complicado, ya que debían prestar más atención a las actividades que cumplían, esta técnica ayudó para entrenar y prepararles a los niños para ensayo conductual que posteriormente aprendieron que hacer ante una situación conflictiva siguiendo pasos y asimilaron que es beneficios de un adecuado manejo de los conflictos para evitar ser agredidos y sin que agredirían a sus pares, este caso fue exitoso ya que gracias a los diferentes ensayos se logró un aprendizaje significativo.

Además uno de los obstáculos que se presentaron en la intervención es que fue importante tener en cuenta el estado de ánimo y físico de los participantes, ya que incidía en las distintas actividades porque mostraban cansancio físico debido a la jornada escolar y falta de alimentación, el estado de ánimo intervenía al momento de participar de lleno en la actividad. Es por esta razón se realizaba las actividades

iniciales e intermedias con movimiento a través de canciones para que se animen y se motiven y mantener un rol activo entre los niños.

También cabe destacar que a medida que se avanzaba progresivamente con los talleres del proyecto los participantes se mostraban más abiertos a expresarse y participar en las actividades planificadas, ya no se notaba que tenían vergüenza al proporcionar comentarios y expresar pensamientos, mostrar actitudes ante una situación problemática, de esta manera se estimuló las habilidades sociales en cada participante.

En este punto cabe destacar que en los datos cuantitativos de la intervención psicológica se consiguieron identificar gracias al cuestionario MESSY, con la pre y post evaluación, se observaron cambios eficaces que provocaron cambios estadísticamente en las diferentes variables.

Recomendaciones

Para las recomendaciones se invita a los interesados a identificar las características de los participantes, debido a que en este caso se ha evidenciado el interés que se ha logrado con las actividades motivacionales que además de ser prácticas, incluyan actividades que les permite explorar para aprender contribuyendo sobre todo para que exista aprendizajes y conocimientos de los diferentes temas y componentes impartidos.

Además, el instructor/a desde el inicio debe poner atención en el vocabulario poniendo énfasis en ser claro y concreto con los contenidos previstos a impartir en cada sesión asimismo debe tener en cuenta el uso adecuado del lenguaje, términos y ejemplos que sean preferiblemente de hechos que sean conocidos o del diario vivir, de modo que para los participantes sea fácil asimilar los contenidos y en una situación conflictiva sepan que hacer evitando sobre todo conductas agresivas.

Se recomienda para las propuestas futuras para el trabajo con los niños, tener muy en cuenta la planificación de las actividades teniendo en cuenta el periodo lectivo y la asistencia, ya que el periodo en el que se ejecutó el proyecto fue irregular de modo que así ya no sería tan complicado impartir los últimos talleres debido a las inasistencias de los participantes.

También es recomendable tener conocimiento de las distintas actividades establecidas en el cronograma del Proyecto Acción Guambras, ya que de esta manera se podrá planificar con este cronograma previo y así no dificulte la ejecución del proyecto. Contribuyendo sobre todo para que se cumplan con las actividades establecidas, manteniendo una buena relación y comunicación positiva con educadores y niños implicados durante la ejecución del proyecto.

En la experiencia que se tuvo se pudo observar que los comportamientos agresivos a medida que se desarrollaban los talleres iban disminuyendo ya que un aspecto que se amplió desde el inicio fue la socialización entre pares.

Bibliografía

- Aguilar G, Peter M & Aragón L. (2014). *Desarrollo de habilidades sociales en niños y adolescentes.: programa para padres, docentes y psicólogos*. México: Trillas.
- Alianza internacional contra el VIH/SIDA. (2002). *100 Formas de Animar Grupos: Juegos para usar en talleres, reuniones y la Comunidad* . Reino Unido: Progression.
- Buck, J. (2010). *Manual y guía de la interpretación de las técnicas de dibujo proyectivo*. México: Manual Moderno.
- Bunge E, Gomar M & Mandil J. (2009). *Terapia cognitiva con niños y adolescentes - Aportes Técnicos* . Buenos Aires : librería AKADIA.
- Caballo, V. (2002). *Manual de evaluación y entrenamiento de habilidades sociales*. Madrid- España: “Siglo XXI”,.
- Kelly, J. A. (2002). *Entrenamiento de las habilidades sociales guía práctica para intervenciones*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Labrador Encinas, F. J. (2008). *TECNICAS DE MODIFICACION DE CONDUCTA*. Pirámide.
- Matson.J. (1994). *Matson Evaluation of Social Skills with Youngsters: Manual* Worthington: Lousiana State University.
- Mendoza González, B. (2010). *Manual autocontrol del enojo – tratamiento Cognitivo-Conductual*. México: Manua Moderno.
- Moreno Cedeño, M. C. (2014). La construcción del ser en educación: una mirada desde el constructivismo. *Sophia: colección de Filosofía de la Educación*, 193-209.
- Ortiz Granja, D. (2015). El constructivismo como teoría y método de enseñanza. . *Sophia: colección de Filosofía de la Educación*.
- Pallarés, M. (2010). *Emociones y Sentimientos – Donde se forman y cómo se transforman* . Barcelona - España: Marge Books.
- Pete, D. (Dirección). (2015). *Intensa-Mente* [Película].
- Sommer Robert & Sommer Barbara. (2001). *Investigación del comportamiento una guía práctica con técnicas y herramientas*. México: Oxford University Express.
- Trianes M^a Victoria , Blanca M^a José, Muñoz Angela & García Belén. (2002). Relaciones entre evaluadores de la competencia social. *Servicio de Publicaciones de la Universidad de Murcia - Anales de Psicología*, 18.

Anexos

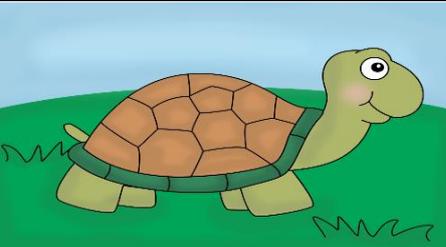
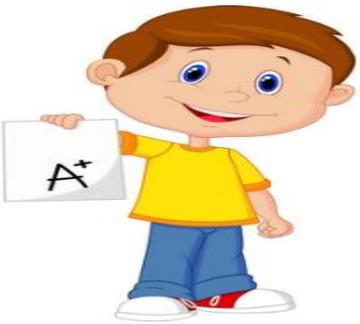
Anexo 1. Economía de fichas

Conductas positivas	1	Saluda	+ 1
	2	Participa levantando la mano y espera su turno	+1
	3	Usa palabras Por favor/gracias/ permiso/ perdón/	+ 1
	4	A un compañero le ayuda, le explica, comparte	+ 1
	5	Pide prestado materiales o juegos	+ 1
	6	Atiende a explicaciones de compañeros e instructora	+ 1
	7	Cuida los materiales que utilizamos	+1
	8	Responde a las preguntas	+2
	9	Espera sentado cuando se le pide	+1
	10	Asistencia	+ 4
Conductas positivas	1	No saluda	-2
	2	No participa levantando la mano y ni espera su turno	- 2
	3	No usa palabras Por favor/gracias/ permiso/ perdón/	- 3
	4	A un compañero le pega, le grita, se burla y le molesta	- 4
	5	Coge los materiales o juegos sin permiso	-2
	6	No atiende a explicaciones de compañeros e instructora	-3
	7	No cuida los materiales que utilizamos	- 2
	8	No responde a las preguntas	- 3
	9	Sale del aula sin permiso	- 2
	10	Falta	- 4

Anexo 2. Cartel – economía de fichas (gráficos y puntajes)



Anexo 3. Actividades de asertividad

Ficha de estilos comunicativos	
No le importa lo que dicen los demás	
Siente vergüenza	
Escucha a los demás con respeto	
He daño a los demás y no le importa	Dragón
Los demás no le tienen en cuenta	
Juega con los demás niños	
Hace daño a los demás	
Tiene en cuenta lo que dicen los demás	Tortuga
Amenaza e insulta cuando está enojado	
No se incluye en el grupo	
Soluciona conflictos junto con los demás	
Comparte los juguetes	
No expresa sus sentimientos	
	Niño Siente -Piensa- Entiende

Anexo 4. Ensayo conductual-Perro de peluche

Piezas: Ojos-nariz-lengua



Pasos a seguir

- 1. Mirar a los ojos, los niños colocan los ojos móviles**
- 2. Colocar la figura de la nariz diciendo la frase positiva.**
- 3. Ponerle la lengua, indicando que al terminar de decir la frase debe sonreír**

Anexo 5. Ejemplos: Ensayo Conductual

**Estoy en la clase me levanto a preguntarle a la maestra si estará bien el ejercicio y sin darme cuenta al momento de ir a sentarme empujo a mi compañero que estaba tomando agua, riega en el libro.
¿Cuál sería la mejor solución?**

**Estas en el patio de la escuela jugando futbol, de pronto se acerca un niño de otro grado y te empieza a molestar por haber perdido en el anterior partido
¿Qué podrías hacer?**

**Estás en tu casa, mientras estás jugando con tu hermano a la pelota y de repente lanza muy fuerte y él rompe el vidrio de la ventana
¿Qué idea tienes para solucionar el problema?**

**Estás en el recreo y un niño te empuja fuerte que hace que se cayera la comida, el niño inmediatamente te dice que le disculpes que no fue intencional que se tropezó, estás enojado ¿Qué harías?,
¿A quién pedirías ayuda?**