

UNIVERSIDAD INCA GARCILASO DE LA VEGA

FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y TRABAJO SOCIAL



Trabajo de Suficiencia Profesional

Niveles de ira en los estudiantes del quinto y sexto grado del nivel primaria de una Institución Educativa Pública de la Provincia de Chincha, 2017

Para optar el Título Profesional de Licenciada en Psicología

Presentado por:

Autor: Bachiller Elita del Pilar Lévano de Peña

Lima-Perú

2017

Este trabajo de investigación está dedicado a mi familia, por ser las personas que siempre me han apoyado y me ayudan a crecer profesionalmente y personalmente.

La autora

Agradezco al rector de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, al decano de la Facultad de Psicología y Trabajo social, al docente asesor y a cada una de las personas que de manera desinteresada me han brindado su apoyo permitiendo concluir la elaboración del informe final del trabajo de investigación.

La autora

PRESENTACIÓN

Señores miembros del Jurado:

En cumplimiento a las normas de la Directiva N° 003-FPs y Ts.-2016 de la Facultad de Psicología y Trabajo Social de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, para optar el título profesional bajo la modalidad TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA Y TRABAJO SOCIAL, presento ante ustedes el trabajo titulado **“NIVELES DE IRA EN LOS ESTUDIANTES DEL QUINTO Y SEXTO GRADO DEL NIVEL PRIMARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DE LA PROVINCIA DE CHINCHA, 2017”**, con la finalidad de conocer el nivel de ira que presentan los alumnos en una Institución Educativa de la provincia de Chincha

Esperando cumplir con los requisitos de aprobación.

La autora

ÍNDICE

	Pag.
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Presentación	iv
Índice.	v
Índice de tablas	viii
Índice de figuras	ix
Resumen	x
Abstract	xii
Introducción	xiv
CAPÍTULO I: Planteamiento del problema	16
1.1. Descripción de la realidad problemática	16
1.2. Formulación del problema	17
1.3. Objetivos	18
1.4. Justificación e importancia	19
CAPÍTULO II: Marco teórico conceptual	20
2.1. Antecedentes	20
2.1.1. Internacionales	20
2.1.2. Nacionales	21
2.2. Bases teóricas	21
2.2.1. Teorías	22
2.2.2. Enfoques	26
2.2.3. Modelos	27
2.2.4. Dimensiones de la ira	29
	v

2.2.5. Duración de la ira	30
2.2.6. Nivel de ira	31
2.2.7. Frecuencia de la ira	34
2.2.8. Manejo de la ira	36
2.3. Definiciones conceptuales	38
2.3.1. Ira	38
2.3.2. Enojo descontrolado	39
2.3.3. Hostilidad	40
2.3.4. Agresividad	41
CAPÍTULO III: Metodología	42
3.1. Tipo y diseño utilizado	42
3.1.1. Tipo	42
3.1.2. Nivel	42
3.1.3. Diseño de investigación	42
3.2. Población y muestra	43
3.3. Identificación de variables y su operacionalización	45
3.3.1. Operacionalización de la variable	46
3.4. Técnicas e instrumentos de evaluación y diagnóstico	47
3.4.1. Técnicas	47
3.4.2. Instrumentos	47
CAPÍTULO IV: Procesamiento, presentación y análisis de los resultados	50
4.1. Procesamiento de los resultados	50

4.2. Presentación de los resultados	50
4.3. Análisis y discusión de los resultados	56
4.4. Conclusiones	58
4.5. Recomendaciones	59
CAPÍTULO V: Intervención	60
5.1. Denominación del programa	60
5.2. Justificación del problema	60
5.3. Establecimiento de objetivos	61
5.4. Sector al que se dirige	61
5.5. Establecimiento de conductas problemas/metás	62
5.6. Metodología de la intervención	62
5.7. Instrumentos/material a utilizar	63
5.8. Cronograma	64
5.9. Actividades	66
Referencias bibliográficas	95
Anexos	99
Anexo 1. Matriz de consistencia	100
Anexo 2. Instrumento de recolección de datos	103
Anexo 3. Autorización	106
Anexo 4. Respuesta de Autorización	107
Anexo 5. Evidencias	108

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Población de estudio	44
Tabla 2. Muestra de estudio	45
Tabla 3. Operacionalización de la variable	46
Tabla 4. Mínimo, máximo y media	51
Tabla 5. Nivel de ira en los estudiantes	52
Tabla 6. Nivel de enojo descontrolado en los estudiantes	53
Tabla 7. Nivel de hostilidad en los estudiantes	54
Tabla 8. Nivel de agresión en los estudiantes	55
Tabla 9. Instrumentos /material a utilizar	63
Tabla 10. Cronograma de actividades	64

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Nivel de ira en los estudiantes	52
Figura 2. Nivel de enojo descontrolado en los estudiantes	53
Figura 3. Nivel de hostilidad en los estudiantes	54
Figura 4. Nivel de agresión en los estudiantes	55

RESUMEN

La presente investigación es aplicada, de enfoque cuantitativo, nivel descriptivo y diseño no experimental de corte transversal. El presente trabajo de investigación, trata sobre los Niveles de ira en los estudiantes del quinto y sexto grado del nivel primaria, se realizó en la Institución Educativa Pública N° 22243 de la provincia de Chincha, Departamento de Ica, durante el año 2017.

La violencia es un problema mundial que cada día se incrementa más. Muchas veces la violencia puede ser el resultado de la ira mal manejada observándose en los estudiantes objeto de la presente investigación constantes manifestaciones de ira, es por ello que el presente estudio pretende determinar los niveles de ira que presentan los estudiantes que cursan el quinto y sexto grado de Primaria de una Institución Educativa Pública de la Provincia de Chincha; la muestra de estudio estuvo conformada por 51 estudiantes.

El referente teórico es Spielberger quien describió la ira en relación a sus tres componentes: enojo descontrolado, hostilidad y agresión y por ello se seleccionó el Inventario STAXI – NA para medir el nivel de ira. Al tratarse de una prueba norteamericana, fue necesario traducir los ítems y opciones de respuestas para establecer la equivalencia lingüística. Esta prueba ha sido traducida y validada lingüísticamente a través del método de doble traducción (inglés-español; español-inglés). Antes de llevar a cabo la administración general, el instrumento fue probado con una muestra piloto a fin de realizar los ajustes necesarios.

Los resultados obtenidos indican que los estudiantes poseen un nivel intermedio de ira; se podría considerar como una posible causa el

maltrato que los estudiantes pudieran recibir en sus hogares o en su entorno. Estos resultados hacen que sea necesario promover algún programa de intervención que pueda enseñar a los estudiantes a identificar y controlar la ira que expresan, como el propuesto en el presente estudio, pues creemos que enseñando estrategias para controlar la ira es posible reducir el nivel de ira.

Palabras Claves: Ira. Estudiantes

ABSTRACT

The present research is applied, with a quantitative approach, descriptive level and non - experimental cross - sectional design. The present research work, on the levels of anger in the students of the fifth and sixth grade of the primary level, was made in Public Educational Institution No. 22243 of the province of Chincha, Department of Ica, during the year 2017.

Violence is a global problem that is increasing every day. Often violence can be the result of badly handled anger by observing constant manifestations of anger in the students at the present investigation, which is why the present study aims to determine the levels of anger that students in the fifth and sixth grade Grade of Primary of a Public Educational Institution of the Province of Chincha; The study sample consisted of 51 students.

The theoretical reference is Spielberger who described the anger in relation to its three components: uncontrolled anger, hostility and aggression and for that reason the STAXI - NA Inventory was selected to measure the level of anger. As it was an American test, it was necessary to translate the items and options of answers to establish the linguistic equivalence. This test has been translated and validated linguistically through the double-translation method (English-Spanish, Spanish-English). Before carrying out the general administration, the instrument was tested with a pilot sample in order to make the necessary adjustments.

The results indicate that students have an intermediate level of anger; Abuse could be considered as a possible cause that the students could receive in their homes or in their environment. These results make it necessary to promote some intervention program that can teach students

to identify and control the anger they express, as proposed in the present study, because we believe that teaching strategies to control anger is possible to reduce the level of anger .

Key Words: Ira. Students

INTRODUCCIÓN

El presente trabajo estudia el nivel de ira en los niños, tratando sus diferentes definiciones e interpretaciones que diferentes autores le han dado, además proponemos la aplicación de un instrumento para poderla medir. El trabajo se basa en la psicología cognitiva y se ha tomado como base la línea de Aarón Beck y Albert Ellis. Estos dos autores han estudiado de manera amplia y profunda el tema de las emociones, entre ellas la ira, y han sido la inspiración y el referente teórico de muchos programas de manejo de la ira.

Es importante que el ser humano controle y maneje sus emociones, por ello nace nuestra inquietud de “Determinar los Niveles de ira en los estudiantes del quinto y sexto grado del nivel primaria de una Institución Educativa Pública de la Provincia de Chincha, 2017”. Muchas veces el descontrol de la ira lleva no sólo a consecuencias personales, sino que desencadena actos violentos y agresivos contra las personas del entorno, llegando a la victimización y hostigamiento en muchos casos. Los alumnos tienen el derecho de sentirse cómodos y seguros en sus aulas y si van a encontrar compañeros agresivos y violentos que no saben controlar sus emociones, en particular la ira, no lo van a estar.

Beck (1999) afirma que la ira es una emoción que sentimos y que depende de nuestra interpretación y del significado que le demos. Afirma que existe una clara relación entre nuestros pensamientos y las emociones que experimentamos y a su vez, la reacción emocional afecta nuestro comportamiento. Cuando las emociones son muy negativas o intensas, nuestra conducta se puede bloquear o volver desadaptativa y hasta generar violencia. Hay personas que tienen una tendencia mayor a actuar de esta manera, debido a sus creencias de base, que pueden ser rígidas o incorrectas, y que generalmente fueron aprendidas a través de la educación y las experiencias previas.

Todos manifestamos ira en algún momento, sin embargo aquellas personas que la manifiestan intensa y con mayor frecuencia son más propensas a expresar conductas violentas y hostiles hacia los demás. Creemos que enseñando a los niños a manejar su ira tempranamente, en el futuro serán personas menos agresivas y más sanas. Por ello, es importante conocer el nivel de ira que manifiestan los niños en el aula de clases y así después implementar quizás algún programa para el control de la ira en los niños.

La información del presente estudio se ha organizado en cinco capítulos.

En el Capítulo I, hemos desarrollado el planteamiento del problema, abordando, lo que respecta a su descripción, antecedentes y la formulación en sí del problema, delimitando los objetivos a lograr, así como su justificación e importancia.

En el capítulo II, tenemos el marco teórico – conceptual, empezando por los antecedentes de la investigación, para luego, fundamentar las bases teórico – científicas sobre las cuales fundamentamos, nuestro estudio, dentro de este contexto, abarcamos también las definiciones conceptuales de la variable.

En el capítulo III, tratamos el tipo y diseño de la investigación, la población y muestra de estudio, técnicas e instrumentos de recolección de datos, procedimiento de recolección de datos, técnica de procesamiento y análisis de datos, técnico e instrumentos de medición y evaluación.

En el capítulo IV, se obtiene la presentación de los resultados de la evaluación, conclusiones y recomendaciones de la investigación.

En el capítulo V, se presenta el programa de intervención, las diferentes sesiones para disminuir los Niveles de ira en los estudiantes del quinto y sexto grado del nivel primaria de una Institución Educativa Pública de la Provincia de Chincha en el año 2017.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Descripción de la realidad problemática

Actualmente es de bastante preocupación el incremento de la violencia, ya que es la causa de más de 1.6 millones de muertes al año alrededor del mundo, donde los principales protagonistas son las personas cuyas edades varían entre los 15 a 44 años (Soto, 2005). Debido al impacto de la violencia en la actualidad, la Organización Mundial de la Salud (OMS) la ha considerado una amenaza para la salud pública desde 1996 y ha afirmado que pronto superará las tasas de mortalidad de las enfermedades infecciosas alrededor del mundo.

La violencia urbana en el Perú también se ha incrementado de modo alarmante. Esta violencia social tiene a la capital de nuestro país, Lima, como una de las ciudades donde se dan los mayores índices de pandillerismo juvenil. Mejía Navarrete (2005) revela que existen más de 1000 pandillas en Lima Metropolitana y un 36 por ciento de las personas han sufrido agresiones por estas pandillas. Si bien esto es sólo un ejemplo de cómo se vive la violencia en Lima, es posible considerar esta situación semejante en la provincia de Chíncha, ya que se encuentra a menos de tres horas de distancia de la ciudad de Lima y también se observa con preocupación violencia y agresividad de los estudiantes a partir de los últimos grados de primaria y de los adolescentes, por lo que se considera que trabajando con esta población en la escuela, se podría prevenir al menos en parte la existencia de este problema en la sociedad, aun cuando existen diversos factores que originan dicha violencia que escapan al tema de la presente investigación.

Frente a esta realidad, el rol de la escuela es fundamental y se debe reconocer el potencial en cada alumno para controlar sus emociones negativas.

Es así, que en la Institución Educativa N° 22243 de la provincia de Chincha, de un tiempo a esta parte se ha venido observando conductas impulsivas en los alumnos del quinto y sexto grado de educación primaria, dentro y fuera del aula de clases; llegando en algunas ocasiones a las agresiones verbales y hasta físicas.

Esto conlleva a recurrentes llamadas de atención y suspensiones temporales, además se debe considerar que este tipo de conductas trae como consecuencia la creación de un ambiente hostil en el aula, alumnos estresados y que se comportan a la defensiva ante el temor de alguna mala reacción o impulso agresivo por parte de su compañero de carpeta, lo que de alguna u otra manera repercute en el aprendizaje de los alumnos, es por ello que para el presente estudio se ha escogido como muestra a los alumnos de los grados antes mencionados.

Buscando alguna alternativa de solución, creemos que se tendría que aumentar los esfuerzos para implementar programas de manejo de la ira y prevención de la violencia antes que sea demasiado tarde. Sabemos que todas las personas manifiestan ira en algún momento, sin embargo aquellas personas que la manifiestan intensa y frecuentemente son más propensas a expresar actitudes violentas y hostiles hacia los demás. En cambio aquellas que saben controlarla y expresarla adecuadamente tienen más posibilidades de tener mejores relaciones interpersonales, de ahí la relevancia de crear y aplicar programas de prevención de la ira en las escuelas (Beane, 1999).

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general:

¿Cuál es el nivel de ira que presentan los estudiantes del quinto y sexto grado del nivel primaria de una Institución Educativa Pública de la Provincia de Chincha, 2017?

1.2.2. Problemas específicos:

¿Cuál es el nivel de enojo descontrolado que presentan los estudiantes del quinto y sexto grado del nivel primaria de una Institución Educativa Pública de la Provincia de Chíncha?

¿Cuál es el nivel hostilidad que presentan los estudiantes del quinto y sexto grado del nivel primaria de una Institución Educativa Pública de la Provincia de Chíncha?

¿Cuál es el nivel de agresión que presentan los estudiantes del quinto y sexto grado del nivel primaria de una Institución Educativa Pública de la Provincia de Chíncha?

1.3. Objetivos

1.3.1. Objetivo general:

Determinar el nivel de ira que presentan los estudiantes del quinto y sexto grado del nivel primaria de una Institución Educativa Pública de la Provincia de Chíncha, 2017.

1.3.2. Objetivos específicos:

Identificar el nivel de enojo descontrolado que presentan los estudiantes del quinto y sexto grado del nivel primaria de una Institución Educativa Pública de la Provincia de Chíncha.

Identificar el nivel de hostilidad que presentan los estudiantes del quinto y sexto grado del nivel primaria de una Institución Educativa Pública de la Provincia de Chíncha.

Identificar el nivel de agresión que presentan los estudiantes del quinto y sexto grado del nivel primaria de una Institución Educativa Pública de la Provincia de Chincha.

1.4. Justificación e importancia

La presente investigación es importante por su valor teórico, pues enriquecerá de conceptos y teorías científicas sobre el tema, conocimientos que quizás eran desconocidos por todos los actores del sistema educativo y comunidad en general; además los instrumentos usados pueden servir para realizar posteriores investigaciones en otros escenarios.

Además servirá para conocer los Niveles de ira en los estudiantes del quinto y sexto grado del nivel primaria de una Institución Educativa Pública de la Provincia de Chincha, 2017 información que puede ser utilizada por los docentes y padres de familia para la implementación de programas que ayude a los alumnos a controlar sus impulsos, y así estas conductas se puedan controlar desde temprana edad contribuirá a formar una sociedad más tolerante y menos agresiva.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL

2.1. Antecedentes

A continuación se presentarán investigaciones que respalden este estudio y las cuales se harán uso para sustentar los resultados obtenidos. Estos trabajos se verán divididos a nivel internacional y nacional, en ese orden.

2.1.1 Internacionales

Entre los trabajos en el ámbito internacional, podemos citar el trabajo realizado por Montaña (2002) que en su investigación descriptiva correlacional denominado entre “Ira y personalidad a la luz de la teoría de Hans Eysenck, Colombia”, utilizó una muestra de 200 estudiantes de edades de entre 9 y 11 años que se encontraban cursando el cuarto o quinto grado de primaria a quienes se les aplicó una prueba de personalidad basado en Eysenck Personality Questionnaire, los resultados determinaron que si existe relación considerable entre la ira y la personalidad de los niños.

También podemos mencionar la investigación realizada por Rosales (2014) que en su investigación de tipo cuantitativa titulada el “Nivel de ira en niños que presentan maltrato infantil, Quetzaltenango, Guatemala”, utilizó una muestra de 500 niños a quienes se les aplicó un cuestionario de 15 preguntas para reconocer a los niños que habían recibido maltrato infantil, resultando un total de 96 niños a quienes después se les aplicó una prueba psicométrica con la finalidad de medir el nivel de ira que ellos experimentan, los resultados obtenidos señalaron que el 63% de

los niños poseen ira y reaccionan frecuentemente con rabia y enojo de manera impulsiva hacia las demás personas y objetos.

2.1.2 Nacionales

Entre los antecedentes nacionales, podemos mencionar la investigación de nivel explicativo y de tipo experimental realizada por Rodríguez (2008) titulada “Manejo de la ira en un grupo de niños de segundo grado de un colegio de Lima”, cuya muestra fue de 80 niños que cursaban el segundo grado de primaria en un colegio privado mixto de nivel socio-económico alto ubicado en la ciudad de Lima, a quienes para identificar su nivel de ira se les aplicó un cuestionario basado en el inventario de Beck y también se les desarrolló un programa para que puedan manejar la ira, los resultados obtenidos señalan que los niños que participaron en el programa aprendieron a manejar su ira.

Por otro lado hemos considerado también la investigación de tipo descriptivo correlacional realizado por Quispe (2010) denominado “Violencia familiar y agresividad en niños del 2° grado de educación primaria en la I. E. Abraham Valdelomar Ugel 06 del distrito de Santa Anita durante el 2010”, la muestra se compuso por 291 niños que durante el 2010 cursaron estudios en la I. E. Abraham Valdelomar de Santa Anita a quienes se les aplicó dos cuestionarios de 20 ítems el primero y 29 ítems el segundo, los resultados demostraron que si existe un nivel alto de relación entre las dos variables de estudio.

2.2. Bases teóricas

A continuación se presentan las teorías que fundamentarán el trabajo de investigación y que se hará uso para la interpretación de resultados y el planteamiento del programa de intervención

2.2.1. Teorías

Teoría de Bosh

Bosch (2009) en su teoría señala que no es necesario esforzarse mucho para encontrar ejemplos del poder destructivo de la ira, leer el periódico o ver la televisión es suficiente para observar la presencia de la ira como causante de efectos desastrosos. Sin embargo es necesario diferenciar la ira como trastorno, como una patología impulsiva y destructiva, de la emoción de ira normal. En la primera se podría decir que las personas con ira pueden tener un mecanismo autodestructivo, por ejemplo cuando no tienen control para dominar la ira, existe la negatividad o frustración, esto hace que el adulto o niño explote y reaccione de manera violenta, lo cual aleja a las personas del entorno. Por el contrario la emoción de ira a pesar de lo anterior es necesaria y sirve para enfrentarse aquellas amenazas reales o imaginarias, contra la integridad de la persona o la de aquellos que ama, proporciona fuerzas para reaccionar y defender el entorno, sin llegar a la violencia o al poder sobre las demás personas. En conclusión es difícil pensar situaciones cuando se pierden los estribos, es decir, cuántas veces se ha peleado con alguien, o piense en las ocasiones en las que ha estado a punto de romper un objeto contra el suelo, hasta llegar a expresiones de violencia.

Teorías Instintivistas

Las teorías instintivistas parten de los estudios de K. Lorenz, padre de la etología moderna, que estudió en profundidad el comportamiento natural e instintivo de los animales. Piensa que el comportamiento agresivo es instintivo e innato. No entra en valoraciones morales del mismo, sino que lo asume como una conducta natural en todo organismo, necesaria para la supervivencia y mantenimiento de la especie. Propone una hipótesis en la que sostiene que la evolución ha

propiciado que sobrevivan los más crueles y agresivos. Su clásico modelo trata de explicar las conductas primarias, necesarias para la supervivencia de la especie, a través de un “modelo hidráulico” de acumulación-expulsión de energía interna (Lorenz, 1952).

Este mecanismo hidráulico funciona por medio de la acumulación de una energía interna que produce un estado de tensión a partir de determinados estímulos desencadenantes (Lorenz, 1971). Todo organismo tiene que dar salida periódicamente a la energía agresiva que acumula para no “desbordarse”; es decir, el impulso (comportamiento) agresivo es igual que la presión del agua cuando está dentro de un recipiente hermético cerrado y sometido a un intenso calor; una vez desatada esta energía agresiva es difícil de dominar.

Es conocida la tesis procedente del psicoanálisis sobre la existencia de dos pulsiones complementarias y contrapuestas, a saber, la pulsión de vida o eros, y la pulsión de muerte o tanatos. En la teoría de las pulsiones expresada en “El malestar en la cultura”, Freud adjudica al ser humano una pulsión inherente para odiar y aniquilar (tanatos), y afirma que esta tendencia agresiva es una disposición instintiva, innata y autónoma, y constituye el mayor obstáculo con el que ha tropezado la civilización (Freud, 1998).

La teoría freudiana de los instintos se basa en la pugna entre eros y tanatos; construcción y destrucción están entrelazadas. Gracias a esta tensión tiene lugar la vida y del mismo modo que el individuo está dotado de instinto de vida, también lo está de instinto de muerte.

La agresividad puede dirigirse contra el mundo exterior o contra uno mismo. Freud (1980, 1986) señala al ello como responsable de las pulsiones. El ello es completamente amoral, todo lo que de él procede no está sujeto a control consciente. Cuando la pulsión agresiva se

desencadena en individuos cuyo super-yo está desarrollado se produce un control de la agresividad hacia fuera; en este caso, el individuo dirige su agresividad hacia sí mismo. Cuando no existe control adecuado por parte del super-yo la agresividad se dirige a los demás.

La teoría de Freud también recibió el calificativo de modelo hidráulico por la misma analogía con la presión ejercida por el agua o vapor acumulados en un recipiente cerrado. Tanto la teoría de Lorenz como el psicoanálisis, conciben el organismo humano como una fuente inagotable de agresividad, sin considerar en absoluto los estímulos externos. Cuando la emanación llega a su punto más álgido se produce una “explosión” que da lugar al comportamiento destructivo. Estos modelos han sido calificados de deterministas, y es abundante la literatura que existe en contra de un planteamiento tan rígido y mecánico, que deja poco espacio para la emisión de conductas constructivas alternativas a la agresión.

Estudios posteriores resaltan la posibilidad y capacidad que tienen los individuos para controlar este instinto agresivo. Es fácilmente verificable el control que el ser humano puede ejercer incluso sobre conductas o motivaciones con un mayor condicionamiento biológico, como puede ser el hambre (en el caso de las dietas) o el sueño (cuando se decide pasar la noche entera en estado de vigilia) (Muñoz, 2004).

Teoría de Riso

Riso (2006), cita a Safran y Greenberg quienes comentan que existen emociones primarias, que terapéuticamente deben seguir su curso y no tiene que ser interferidas o interrumpidas, cognitivamente el ser humano demuestra cuatro emociones primarias que son el miedo racional, la tristeza, la alegría y la ira justificada, son básicas y biológicas. Las emociones secundarias que deben ser atacadas con el arsenal cognitivo

conductual son depresión, ansiedad irracional, hostilidad injustificada, apego y otras. La diferencia entre emociones primarias y secundarias es importante a la hora de planear una intervención psicológica.

En relación a lo anterior Riso (2006), cita a Reeve y añade que las emociones son enmarcadas en cuatro dimensiones, subjetivas, biológicas, funcionales y sociales. La subjetividad cognitiva de la emoción, se desprende del contenido informacional y la manera de procesarlo, es decir una persona dirá cuando este irritable, alegre o avergonzada. El aspecto biológico fisiológico, tiene relación con la energía que alista al cuerpo para adaptarse a las distintas situaciones que va a enfrentar. Son funcionales en el sentido que persigue un propósito, lo que los psicólogos evolucionistas definen funcionalidad adaptativa, por ejemplo escapar del peligro en el miedo, o defenderse y atacar en la ira. Es decir tener un cierto nivel de ira los hace funcionar a diario. Son fenómenos que se enmarcan en una dimensión social comunicativa, en tanto cada emoción envía señales faciales, corporales, verbales y posturales que son reconocibles en la comunicación.

Teorías del Aprendizaje

Según Bandura y Walters, defensores de las teorías basadas en el aprendizaje, sostienen que los individuos aprenden mediante dos mecanismos principales, a saber, reforzamiento y modelado. Las personas tienden a comportarse según los beneficios (refuerzos) o perjuicios derivados de sus actos. Así, si los refuerzos dispensados a una conducta, ya sean materiales o sociales, son superiores a los perjuicios, tales conductas tenderán a repetirse en el futuro. Por otro lado, el modelado es la imitación del comportamiento de los otros.

Según esta teoría, la conducta violenta está determinada socialmente y surge como consecuencia de la limitación de los reforzadores sociales

a un núcleo parcial de sociedad. Es decir, la violencia se produce cuando una persona se ve privada de ciertos beneficios.

2.2.2. Enfoques

Enfoque de Bisquerra

Desde el enfoque de Bisquerra (2008), ciertas personas no pueden tolerar las frustraciones, por ejemplo niños que a diario son agredidos por los padres, pueden tener expresiones como: ya no aguanto a mi papá, me quiero morir, nadie me quiere en la casa, esto hace activar la ira consecuente a situaciones frustrantes, les provoca estrés, sufren de malestar, inquietud, ansiedad o depresión a este síndrome psicológico se le llama baja tolerancia a la frustración. A veces se junta la baja tolerancia a la frustración con un alto nivel de ira, si a esto se une un bajo control de la impulsividad, se pueden activar comportamientos violentos terribles. Sin embargo la ira no siempre tiene que desembocar en la violencia, porque la ira también es un mecanismo de defensa, es un proceso natural del ser humano que hay que permitir en un momento dado.

El problema en este caso es cuando los niños no son tolerantes a la frustración y se van volviendo iracundos, posteriormente de la ira el niño comienza a ser violento. Lo importante de todo esto es que la educación emocional tiene entre sus objetivos aprender a aumentar el nivel de tolerancia a la frustración, controlar la impulsividad y regular la ira.

Enfoque de Berkowitz

Por otro lado Berkowitz (1965) señala un enfoque distinto, al plantear la hipótesis de la frustración-agresión y enfatiza la relación entre el estado emocional interno de la persona y los estímulos del medio

ambiente en el que se encuentra. Su principal aportación radica en presuponer diferentes elementos para explicar el acto agresivo, a saber, características facilitadoras del entorno, el aprendizaje de la conducta violenta, y otras causas para la agresión diferentes a los estados de frustración. Ésta produce una "predisposición" a la agresión, que sólo será expresada de manera abierta cuando el blanco pueda ser atacado, esté visible o sea suficientemente distintivo, sea extraño y/o produzca cierto disgusto de antemano.

2.2.3. Modelos

Modelo Instintivista

Konrad Lorenz y Sigmund Freud son los mayores representantes de del modelo instintivista. A pesar de las sensibles diferencias entre ambos, los dos coinciden en concebir la agresión como una fuerza inscrita en la estructura biológica del ser humano. Esto implica aceptar que la agresión es un instinto ineludible contra el que nada se puede hacer para evitarlo. Parafraseando palabras del propio Freud “el hombre está sometido al influjo de un impulso de destrucción de sí mismo o de los demás y no puede hacer gran cosa para escapar a esa trágica alternativa” (Freud, 1976).

Modelo con visión optimista

Fromm por su lado no está de acuerdo con el planteamiento innato de la agresión y propone un modelo que aporta una visión más optimista del ser humano. A través de estudios fundamentalmente antropológicos llega a la conclusión de que la naturaleza agresiva instintiva del ser humano sólo se manifiesta para cumplir la función de la supervivencia. Diferencia entre “agresión biológicamente adaptativa, favorable a la vida y benigna, y agresión biológicamente no adaptativa y maligna” (Fromm,

1997). Deteniéndonos únicamente en la agresión maligna (que tiene mayor relevancia para el análisis que aquí se propone), resulta importante señalar los lazos que establece entre las personalidades necrofílicas y las raíces sociales de la necrofilia, es decir, entre personas que tienden a la violencia y sus causas en las sociedades. Parece que en algunos grupos existe una preferencia por los valores negativos, de muerte. El diagnóstico de Fromm es que en estos casos, la vida está perdiendo cada vez más espacio, y por tanto, sentido.

Modelo de Frustración - Agresión

Por otro lado, Dollard y Miller (1977) en su modelo de Frustración-Agresión, consideran a la agresión como una reacción secundaria a la frustración. Este estado, producido por la no consecución de una meta, origina una reacción emocional que predispone a actuar de forma agresiva. Cuando un proceso de cólera alcanza un grado determinado puede producir la agresión directa o verbal. La selección del blanco se hace en función de lo que es percibido como fuente de displacer. Los actos agresivos ofrecen al individuo una satisfacción equivalente a la que se habría logrado con la consecución del objetivo real, ya que cualquiera de ellos da salida a la instigación desencadenada por la frustración. Este mecanismo es catártico, y cualquier acto agresivo reduce la necesidad de agresión.

La tendencia a la agresión mantiene una relación directamente proporcional con el grado de frustración experimentado. Se han descrito tres factores fundamentales que determinan la intensidad de la tendencia hacia la agresión: 1) la fuerza con que se tendía a la respuesta frustrada, 2) el grado de interferencia experimentado, y 3) el número de frustraciones sufridas.

No obstante, estudios posteriores señalan que no todas las frustraciones generan conductas agresivas. Miller (1941) afirma que en ocasiones los individuos se reprimen de tener reacciones agresivas por miedo a tener problemas más serios. Por otro lado, se cree que los individuos pueden desarrollar otras formas para reaccionar a la frustración de forma racional y no emocional.

El modelo de Gardner

El modelo de Gardner (1983), si bien difiere en sus bases, ayuda a entender quizás el por qué algunas personas se encuentran en mejor control de sus emociones que otras y cómo algunas personas son capaces de entender las emociones de otros con mayor claridad. Este modelo podría explicar quizás la mayor o menor efectividad de los programas de manejo de ira en las personas. El presenta su postulado a través de su teoría de las inteligencias múltiples. Estamos aludiendo a la inteligencia intrapersonal e interpersonal básicamente. La inteligencia intrapersonal es aquella habilidad que permite al sujeto conocer y entender sus propias emociones. Este es capaz de monitorear qué está sintiendo y por qué. La capacidad de entender las emociones de los demás de manera empática viene a ser la inteligencia interpersonal. El tener más desarrolladas estos tipos de inteligencia se cree brindará una ventaja adicional para el control de la ira.

2.2.4. Dimensiones de la ira

Spielberger (1996) describió la ira en relación a sus tres dimensiones: emoción, actitud y conducta: presentando el modelo “Síndrome AHA” donde, Anger es el enojo descontrolado y alude a la emoción, Hostility es la hostilidad y se refiere al componente actitud, Agression o agresión es el componente conductual.

Para ambos autores, el enojo descontrolado es el estado emocional o sentimientos que varían en intensidad, desde la leve irritación o molestia, hasta la intensa ira, furia y rabia. La hostilidad se refiere a las actitudes que motivan las conductas agresivas, dirigidas hacia la destrucción de objetos o daño físico hacia personas. La agresión alude a las conductas destructivas dirigidas a otras personas u objetos.

Spielberger, Jacobs, Russell y Crane (1983) describen una especie de continuidad en la definición de ira, hostilidad y agresión. La ira es un concepto más simple que la hostilidad o la agresión, porque se refiere a un estado emocional, que consta de sensaciones que varían en intensidad. La hostilidad se refiere a las actitudes que motivan conductas agresivas para destrozarse objetos o a la gente y la agresión es el extremo del continuo. Nosotros usaremos los vocablos “ira” o “enojo” cada vez que nos refiramos al vocablo inglés “anger” que consideramos es el que más exactitud presenta.

2.2.5. Duración de la ira

Siegmán y Smith (1993) diferenciaron en su obra la ira estado de la ira rasgo. La ira estado es limitada en el tiempo, tiene un inicio y un fin y consta de tensión, enojo, irritación o furia, junto a la activación del sistema nervioso. La ira rasgo tiene duración y consistencia que hace que el individuo presente episodios de ira más frecuentes y más intensos. En ambos casos ésta va acompañada de una expresión facial característica.

Algunos autores como Johnson, McKay y Rogers (1989) incluyen la definición de agresividad dentro del concepto de la ira mientras que Smith, Haynes, Lazarus, y Pope (1993) afirman que la ira sólo activa tendencias hacia conductas agresivas. Pérez Nieto, Camuñas, Cano-Vindel, Tobal y Iruarrizaga (2000) anuncian que no hay que confundir la

ira con otros conceptos parecidos, tales como la frustración. La frustración es más el disgusto hacia el hecho mientras que la ira se dirige más hacia el/ los culpable/s de la situación junto con el sentimiento de disgusto hacia la misma situación (Ortony, Clore y Collins, 1988).

2.2.6. Nivel de ira

En el DSM-IV-TR (2000), el enojo descontrolado aparece dentro de cuadros psicopatológicos como una característica de varios desórdenes y muy ligado a la conducta agresiva. Eckhardt y Deffenbacher (1995) propusieron una categorización específica, pero aún no se registra el cuadro como un desorden primario, tal como sí lo son la depresión y la ansiedad. Sin embargo, el manual incluye en la sección de desórdenes de control de la impulsividad, el desorden explosivo intermitente, en el cual describe la dificultad de la persona para resistir impulsos agresivos que pueden causar ataques a otros o a la propiedad. Personas con este desorden también podrían presentar ira crónica lo que los lleva a episodios de conductas agresivas.

El desorden explosivo intermitente no se debe confundir con las respuestas agresivas presentes en otros cuadros como el desorden de conducta oposicionista y desafiante, desorden de personalidad antisocial, personalidad fronteriza, desorden de conducta u otros (House, 1999). Beck (2003) asevera que la ira desadaptativa también se presenta como un indicador importante de otros trastornos afectivos como la depresión.

Desde el punto de vista fisiológico, sabemos que las emociones son el resultado de la actividad del sistema límbico Calder, Keane, Lawrence, y Manes (2004). En el ser humano, el sistema límbico es el centro de la afectividad, donde se procesan diversas emociones y el hombre percibe penas, angustias y alegrías intensas. El sistema límbico, es la porción

del cerebro situada inmediatamente debajo de la corteza cerebral y ahí se ubican el hipocampo y la amígdala cerebral, ambos ligados a las emociones (Mesulam, 2000). Los lóbulos prefrontales y frontales juegan un papel especial en la asimilación neocortical de las emociones. Estos asumen dos importantes tareas: regulan las reacciones emocionales, frenando las señales del sistema límbico y desarrollan planes de acción determinados para situaciones emocionales.

Cuando la persona se irrita, el sistema límbico toma las habilidades de razonamiento del lóbulo frontal. Los pensamientos racionales durante la cólera son muy difíciles y hasta imposibles. Por eso la gente puede hacer y decir cosas inadecuadas cuando está molesta. En los niños y adolescentes las emociones están más controladas por la amígdala mientras que en las personas adultas los lóbulos y la corteza pre-frontal ejercen un mayor control de éstas, con lo cual logran una mejor contención, evitando que se desborden las emociones.

La psicología cognitiva asocia la ira a distorsiones cognitivas y, cuando ésta es muy intensa, puede llegar a tal punto que puede hablarse de odio como dice Beck (2003). Este autor considera que al hablar de ira también tenemos que incluir el término de hostilidad. Para él la hostilidad es un conjunto de actitudes o pensamientos negativos sobre una persona, grupo o circunstancia, que sienta las bases para la ira. Estas predisponen a las personas a ser intolerantes con el entorno. En la confrontación hostil, las personas se ven unas a otras como rivales listos para atacar. Muchas veces el sentir ira, puede llevar a que la persona busque el origen de la misma para hacer algo al respecto con lo cual ésta se torna menos destructiva y hasta más aceptable. En otros casos, la ira lleva a una conducta hostil y agresiva.

Al hablar de agresividad, este mismo autor se refiere a la conducta motora de dañar a otra persona o destruir la propiedad. La intención es

lo que delimita esta acción. Las agresiones pueden ser directas (ejemplo: pegar a la persona) o indirectas (ejemplo: romper platos). La conducta agresiva puede venir de la ira u hostilidad o puede ser planeada sin ira. Si la agresión viene de la ira, este autor la llama agresión hostil o emocional.

Ellis y Grieger (1962, 1981) hacen diferencia entre la ira sana y la no sana. La sana es moderada en intensidad y cuando es así lleva a la persona a cambiar. Cuando la ira es exagerada hablamos de ira irracional. Hay personas que tienen más tendencia a este último tipo de ira y son personas que malinterpretan las situaciones y que requieren de ayuda psicológica.

Bayer (2003) define la ira como una emoción humana básica y la considera una reacción normal cuando alguien se siente frustrado, herido o defraudado. Concuerda con Beck además que al hablar de ira el problema no es la sensación misma de la ira, sino la reacción frente a ésta y usa palabras como energía explosiva que sale hacia el exterior.

Si dejamos que la ira nos invada vamos a actuar agresivamente y vamos a perder el control. Si manejamos la ira adecuadamente podríamos obtener cosas favorables. El, como algunos de los autores ya mencionados, menciona el componente físico al hablar de ira. El componente físico incluye sensaciones de aumento de ritmo cardiaco, presión sanguínea, la cara sonrojada, temblor en las manos y piernas, entre otros. Autores como Siegman y Smith, (1993), Pérez Nieto (2000) y Scherer, Wallbott, y Summerfield (1986) coinciden con Bayer al decir que hay síntomas físicos típicos y variables que acompañan a la respuesta emocional de ira. Sudoración, temblores, aceleración del corazón, tensión muscular, dolores de cabeza y tensión en la mandíbula son algunos de los signos fisiológicos asociados a este sentimiento.

A lo largo de la historia se han identificado una serie de implicancias de la ira en problemas orgánicos, trastornos cardiovasculares, cáncer y úlceras. Kassinove y Tafrate (2002) definen la ira como algo distinto a la hostilidad y agresividad. Dicen que la ira no es una forma de agresión ni tiene que llevar necesariamente a ésta. La ira sobreviene a la frustración y es un estado emocional, fisiológico y cognitivo que a veces es bueno pues nos lleva a la acción para corregir una situación. Izard (1991) refiere, por ejemplo, que la ira hasta podría prevenir una agresión pero ésta se podría convertir en patológica según su frecuencia, intensidad y duración Wilde (1995). Kassinove (1995) y Sukhodolsky (2000) también incluyen términos de intensidad, duración y frecuencia al definir la ira. Ellos la asocian a distorsiones cognitivas y conductas motoras.

2.2.7. Frecuencia de la Ira

La frecuencia de la ira alude al número de veces que una persona se molesta. Mientras unas personas reportan estar molestos casi todo el tiempo, otras dicen estarlo pocas veces Kaufman (1999). Cuando se habla de intensidad, se dice que la ira puede ir de leve (enojo, molestia) hasta severa (furia o rabia). Finalmente, la duración de la ira, va desde corta hasta larga. Algunos sucesos de ira son cortos, mientras que otros son largos. La ira puede ir acrecentándose y volviéndose más intensa poco a poco, así como puede empezar en un nivel muy alto e ir disminuyendo paulatinamente. Los estallidos de ira son comunes en algunas personas y pueden ser causados por desencadenantes menores.

En ocasiones donde la ira es de leve intensidad usualmente se usan palabras como “irritación o molestia” y para estados moderados se usan palabras como “indignación”. Cuando hablamos de estados severos tenemos palabras como “furia y rabia” para describir la ira que sentimos dice Wilde (1995). Los vocablos usados en niveles menores (irritación o

molestia) reflejan el estado interno de la persona, mientras que las usadas en el estado severo (furia y rabia) reflejan más una desorganización conductual de la persona. Asimismo Wilde (1995) detalla que algunos episodios de ira son cortos y efímeros. La ira aparece y la persona explota con gran intensidad, pero así como viene se va. En el otro extremo tenemos a aquellas personas que mantienen la ira por días, meses y hasta años. Esta es una ira resistente y problemática. La ira inicial puede ser leve, moderada o grave pero se va consolidando en el tiempo. Algunas personas, que como rasgo de personalidad tienen mucha ira, la demuestran frecuentemente ante diferentes estímulos o problemas y en muchos ambientes. Las personas con poca ira, en cambio, la sienten también menos frecuentemente. Su ira sale a flote sólo en ciertas ocasiones.

La ira forma parte de la vida cotidiana y no siempre se presenta en forma descontrolada. Kassinove (2002) reconoce que la expresión de la ira está socialmente definida por representaciones conductuales desarrolladas y reforzadas dentro de la cultura. Según Wessler (1991), la influencia de la sociedad en nuestras reacciones es indiscutible. Nosotros aprendemos cómo reaccionar cuando estamos molestos y aprendemos también cuándo ponernos molestos, pero esto puede variar de cultura en cultura y de persona en persona.

En algunas culturas las razones por las cuales las personas se sienten molestas son diferentes a las de otras culturas y se pueden esperar diferencias en las respuestas de ira según sexo, nivel socio económico, etc. Kassinove y Sukhodolsky (1995) afirman que las mujeres tienden a llorar cuando están molestas, por ejemplo; mientras que los hombres tienden a ser más agresivos cuando están molestos. Parte de nuestra respuesta a la ira es innata y parte aprendida. En los animales por ejemplo, las respuestas motoras ante la ira son obvias. Algunos animales reaccionan con ruidos, emanando olores fuertes, o con caída de púas cuando están molestos. Sin embargo nuestras

expresiones faciales son universales. Fácilmente podemos entender cuando vemos una cara molesta. Esta ha sido descrita y estudiada en muchas investigaciones y se ha hallado en bebés desde muy pequeños dice Izard (1991). Esta presenta ceño fruncido, labios tensos y mirada penetrante.

Al intentar definir la ira, Plutchik (2000) la asocia con la frustración y la describe como una emoción que sobreviene cuando no conseguimos lo que queremos o cuando algo se interpone con el cumplimiento de nuestros deseos. Asimismo vincula la ira al concepto de hostilidad y la considera como una mezcla de ira y disgusto, asociada con indignación, desprecio y resentimiento. Para Heim, Murphy y Golant (2001) la ira es un estado temporal, mientras que la hostilidad es un estado crónico de ira.

2.2.8. Manejo de la Ira

Ante la ira manejada inadecuadamente debemos pensar en formas de ayudar a las personas para que ésta sea canalizada de tal forma que no ocasione mayores problemas a la persona con ira o al entorno. En las intervenciones terapéuticas y en programas de prevención hay varios elementos a trabajar. Por ejemplo, tenemos las causas. Estas pueden ser estímulos externos o internos que desencadenan este sentimiento. La causa más común se considera es la acción no deseada de otros hacia nosotros mismos, es decir el hecho negativo de alguien más (Beck, 2003). Ciertas situaciones provocan ira en algunas personas y no en otras. Esto se debe a la interpretación que dan a las mismas. Muchas veces las personas malinterpretan la situación y esto los lleva a la ira., pero lo importante es que las personas aprendan a identificar las causas o desencadenantes de su ira.

Otros factores pueden ser las reacciones y las consecuencias de éstas. Las formas en que la ira puede ser manifestada o expresada varía entre las personas y estas reacciones tienen un impacto diferente sobre la salud mental y emocional de ellas Plutchik (2000). Algunas personas reaccionan suprimiendo la ira, o sea, la persona piensa en la provocación del enojo, susurrando insultos o maldiciones hacia sí mismo, pero no llega a expresar abiertamente su malestar. Esta reacción, identificada comúnmente con el “explotar hacia adentro” o ira interna según Johnson (1989) es muy dañina para la salud física, pues trae problemas cardiovasculares, gastrointestinales o inmunitarios.

Otra expresión del enojo puede ser explosiva, con insultos, gritos o agresiones físicas. Este tipo de expresión también se asocia con problemas de salud física pero sus consecuencias se traducen más en problemas interpersonales que dificultan el adecuado desarrollo social de la persona. La persona con un estilo explosivo de enojo se encuentra con dificultades para relacionarse con compañeros de trabajo, estudio, pareja, etc. Esta viene a ser lo que Johnson (1989) denomina ira externa y en algunas ocasiones la persona no sólo hace visible su ira sino que la desplaza hacia terceras personas, es decir hacia personas que no están involucradas con las causas de la ira.

Finalmente, el enojo puede expresarse de manera asertiva, con verbalizaciones, gestos, tonos de voz y comportamientos que precisen la molestia de la persona de una manera socialmente aceptable. Esta es una forma adecuada de expresión del enojo pues no perjudica tanto la salud ni las relaciones interpersonales. La manifestación asertiva de la ira puede ayudar a mejorar los vínculos con las personas ya que apunta a la resolución de conflictos. También se le conoce como ira controlada por este autor y es la forma más saludable de reaccionar, en donde la persona trata de poner en marcha estrategias que apunten a la solución del conflicto que originó la ira. También apunta a reducir la intensidad y duración de estos sentimientos.

La ira se halla marcada cognitivamente por el significado de daño e injusticia, especialmente hecho por alguien de manera intencional. Es decir, la persona enojada tenderá a presentar pensamientos automáticos que conlleven las ideas de que está siendo perjudicada injusta e intencionalmente (Beck, 2003). La reestructuración cognitiva, a través de la discusión y reemplazo de los pensamientos automáticos por cogniciones más adaptativas, constituye la herramienta primordial para ayudar a las personas a manejar la ira patológica en terapia cognitiva Austin (1998). Al conocerse las causas que desencadenaron la ira, las personas pueden tomar acciones correctivas y solucionar el conflicto. Sin embargo, en otras ocasiones, las personas no son capaces de controlarse o desconocen las causas de ésta. Otra forma de atacar dicho problema es la prevención, sobre todo a edades tempranas para que los niños vayan incorporando las estrategias eficaces para el manejo de esta emoción

2.3. Definiciones conceptuales

A continuación se presentan las definiciones conceptuales de la variable que se está estudiando.

2.3.1. Ira

Al querer estudiar la ira, fue difícil encontrar una única definición, pues algunas definiciones revelaban ambigüedad y a veces palabras como hostilidad, enojo, rabia, etc. eran usadas como ira. La misma dificultad encontraron Fernández-Abascal (1995) y Szprachman (2002). Esta última decide llamar a la ira “enojo descontrolado” como equivalente al término “anger” del inglés y refiere que en España y en Centroamérica su equivalente es ira, enojo y cólera. Beck (1999) habla de la ira como la percepción de una amenaza o pérdida injusta por culpa de otras personas lo que nos lleva a sentir ansias de venganza o agresión y atribuir malicia

en aquellas personas que ocasionaron la situación. Estos prejuicios cognitivos nos llevan a considerar a estas personas como enemigos. A veces las personas piensan que la ira es la primera respuesta ante una ofensa, pero no es así. Lo que sucede es que la interpretación de la situación es tan rápida que ni se percibe. Muchas veces sentimientos de angustia, miedo o aflicción anteceden a la ira. Estos serán más o menos intensos según nuestros pensamientos automáticos e ideas irracionales.

Plutchik (2000) la asocia con la frustración y la define como una emoción que sobreviene cuando no conseguimos lo que queremos o cuando algo se interpone con el cumplimiento de nuestros deseos. Asimismo vincula la ira al concepto de hostilidad y la considera como una mezcla de ira y disgusto, asociada con indignación, desprecio y resentimiento. Para Heim, Murphy y Golant (2001) la ira es un estado temporal, mientras que la hostilidad es un estado crónico de ira.

Bayer (2003) define la ira como una emoción humana básica y la considera una reacción normal cuando alguien se siente frustrado, herido o defraudado. Concuera con Beck además que al hablar de ira el problema no es la sensación misma de la ira, sino la reacción frente a ésta y usa palabras como energía explosiva que sale hacia el exterior.

2.3.2. Enojo descontrolado

El enojo es una sensación que los animales, principalmente el ser humano, expresan de manera física y emocional. Esta sensación tiene que ver con el desagrado, la ira y la frustración ante determinadas situaciones. En el caso de los animales, en los que el enojo se encuentra relacionado con formas más instintivas de sentir, el enojo también puede surgir a partir de la presencia de amenazas a la supervivencia.

Para el ser humano, la cosa es sin embargo muy diferente. Esto es así porque el hombre tiene la capacidad de racionalizar la vida que lo rodea, comprenderla e interpretarla de manera subjetiva. De este modo, el enojo no es más que una de las miles de sensaciones que una persona puede sentir a lo largo de su vida a partir de la sucesión de eventos, situaciones, fenómenos o hechos que modifican su estado de ánimo.

El enojo es provocado generalmente por una combinación de situaciones o hechos que perturban la calma anímica de un individuo de manera negativa. Cuestiones como la frustración, la desesperanza, el cansancio, el stress, los nervios, la ansiedad y la inseguridad son algunas de las que pueden ser causantes de estados de enojo en los que la persona en cuestión siente ira y desagrado. El enojo puede variar dependiendo de la situación, siendo en algunos casos un enojo pasajero y en otros casos un enojo grave que puede generar serios problemas.

Normalmente, el enojo descontrolado se hace visible a través de ciertos síntomas como pueden ser la violencia física o verbal hacia otros, la ansiedad, el enrojecimiento de la piel, la sudoración, las palpitaciones, la sensación de impotencia, dolor de cabeza o de estómago, tensión muscular y, en algunos casos, la necesidad de moverse continuamente.

2.3.3. Hostilidad

Barefoot en Kassinove (2002) presenta una definición de hostilidad basada en las teorías sobre ira y agresión. También abarca los componentes cognitivo, afectivo y conductual. El componente cognitivo de hostilidad son los sentimientos negativos hacia otros. El componente afectivo incluye varios estados emocionales como ira, enojo, resentimiento, disgusto y desprecio. Agresión es un aspecto del componente conductual de hostilidad. Este autor sostiene que a veces los tres componentes se pueden dar a la vez.

2.3.4. Agresividad

Winnicott considera a la agresión desde una perspectiva diferente a como se la definía en las grandes teorías psicoanalíticas de su época. Para Freud (1979 [1920]) a partir de su última teoría de las pulsiones, la agresión se vincula a la pulsión de muerte, innata, dirigida al exterior y al otro o contra sí mismo como autoagresión. Winnicott no acepta que exista el instinto de muerte innato ni lo equipara al sadismo como un impulso con finalidad destructiva. Postula en cambio a la agresión como una fuerza que es manifestación de vitalidad y la desvincula del concepto de frustración; aclara además que no debe confundirse con el enojo, al que considera *agresión reactiva* y que se origina a causa de una respuesta adversa del ambiente; una intrusión que reprime tempranamente la agresividad-motilidad del niño.

La agresividad, para Winnicott (1981), constituye una fuerza vital, un potencial que trae el niño al nacer y que podrá expresarse si el entorno lo facilita, sosteniéndolo adecuadamente. Cuando esto no sucede el niño reaccionará con sumisión, teniendo dificultad para defenderse, o con una agresividad destructiva y antisocial.

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño utilizado

3.1.1. Tipo

El tipo de investigación es aplicada, este tipo de investigación tiene como finalidad la resolución de problemas prácticos. Landeau (2007) sostiene que “el propósito de realizar aportaciones al conocimiento teórico es secundario”. Por otro lado asume un enfoque cuantitativo. Hernández, Fernández y Baptista. (2006) mencionan que “el investigador recolecta datos numéricos de los objetos, fenómenos o participantes, que estudia y analiza mediante procedimientos estadísticos”

3.1.2. Nivel

El nivel de investigación es descriptivo, pues tiene como objetivo central la descripción de un fenómeno. Según Hernández, R., Fernández (2010), sostiene que “la investigación descriptiva busca especificar propiedades, características y rasgos importantes de cualquier fenómeno que se analice. Describe tendencias de un grupo o población”.

3.1.3. Diseño de la investigación

La presente investigación es de diseño no experimental de corte transeccional descriptivo; Hernández, Fernández y Baptista (2006) nos dicen que “recolectan datos en un solo momento, en un tiempo único. Su propósito es describir variables y analizar su incidencia e

interrelación en un momento dado”. El esquema del diseño es el siguiente



Donde

M: Muestra con quienes vamos a realizar el estudio

O: Nivel de ira en los alumnos

3.2. Población y muestra

La población es el conjunto de unidades o elementos como personas, instituciones educativas, comunidades, entre otros; claramente definidos para el cual se calculan las estimaciones o se busca información Bendezú (2005). La población está constituida por 90 alumnos del Nivel Primaria de la Institución Educativa Pública N° 22243 , la cual se encuentra en una zona rural de la Provincia de Chincha, del Departamento de Ica.

Tabla 1.

Población

Estudiantes de la Institución Educativa Pública N° 22243 de la provincia de Chincha	
Primer grado	10
Segundo grado	09
Tercer grado	09
Cuarto grado	11
Quinto grado	25
Sexto grado	26
TOTAL	90

Fuente: P.A.T. 2016 I. E. N° 22243 de la provincia de Chincha.

Según Vara (2010) La muestra (n), es el conjunto de casos extraídos de la población, seleccionados por algún método racional, siempre parte de la población.

Para la presente investigación se ha tenido en cuenta los siguientes criterios:

a) Criterio de Inclusión

- Estudiantes que están cursando el Quinto y Sexto Grado del nivel Primaria de la Institución Educativa Pública N° 22243 en el año 2017.
- Estudiantes de quinto y sexto grado que presentan conductas agresivas y manifestaciones constantes de ira.
- Estudiantes de los grados mencionados, por estar conformados por alumnos repitentes y expulsados de otros colegios.

- Estudiantes que están presentes al momento de la prueba.

b) Criterio de Exclusión

- Estudiantes de otros grados del nivel Primaria de la Institución Educativa Pública N° 22243 en el año 2017, por trabajar como aulas Multigrado; es decir dos grados son atendidos por una sola docente.
- Estudiantes que no están presentes al momento de la prueba.
- Estudiantes en los cuales no se observa conductas que denoten niveles de ira en ellos

Tabla 2.

Muestra de estudio

Estudiantes de la Institución Educativa Pública N° 22243 de la provincia de Chincha	
Quinto grado	25
Sexto grado	26
TOTAL	51

Fuente: P.A.T. 2016 I. E. N° 22243 de la provincia de Chincha

3.3 Identificación de variables y su operacionalización

La variable usada en el presente trabajo es la ira; Beck (1999) define la ira como la percepción de una amenaza o pérdida injusta por culpa de otras personas lo que nos lleva a sentir ansias de venganza o agresión y atribuir malicia en aquellas personas que ocasionaron la situación.

3.3.1. Operacionalización de la variable

Tabla 3.
Operacionalización de la variable

Variable	Dimensiones	Indicadores	Items	Definición operacional
Nivel de Ira	Enojo descontrolado	Control de emociones	1, 2, 3, 4, 5, 6 y 7	El inventario STAXI permite evaluar la experiencia y expresión de enojo usando escalas con ítems tipo Likert. Casi nunca (1) Algunas veces ... (2) A menudo (3) Casi siempre (4)
	Hostilidad	Actitudes hostiles	8, 9, 10, 11, 12, 13 y 14	
	Agresión	Conductas agresivas	15, 16, 17, 18, 19, 20 y 21	

Categorías: Nivel Alto, medio y bajo.

Propósito: Establecer el nivel de ira.

3.4. Técnicas e instrumentos de evaluación y diagnóstico

3.4.1. Técnicas de investigación

Las técnicas son:

- a. Técnicas de recolección de información indirecta: Se compiló la información existente en fuentes bibliográficas como libros, revistas, trabajos de investigación, etc.

- b. Técnicas de recolección de información directa: Este tipo de información se obtuvo mediante la aplicación de una encuesta a la muestra seleccionada.

3.4.2. Instrumentos de recolección de información

Para la medición de la variable Nivel de ira en los niños, se usará la prueba STAXI NA inventario de expresión de ira estado rasgo, el cual permitirá evaluar el nivel de ira que presentan los estudiantes. La aplicación fue grupal y se le proporcionó una prueba a cada alumno, para la calificación se utilizó el proceso de estadística descriptiva, la cual estudia los procesos para ordenar la información, se fundamenta en la aplicación de cuadros y tablas, nos da las herramientas para ordenar, tabular y presentar esa información.

Ficha técnica.

Nombre: Inventario de expresión de enojo (STAXI)

Autor: Charles Spielberger

Adaptación: Al tratarse de una prueba norteamericana, fue necesario traducir los ítems y opciones de respuestas para establecer la equivalencia lingüística (Marín, 1986). Esta prueba ha sido traducida y validada lingüísticamente a través del método de doble traducción (inglés-español; español-inglés). Asimismo, se realizó una adaptación del contenido semántico de los ítems asegurando de esta manera la equivalencia conceptual (Marín, op.cit.). Por las mismas razones, fue necesario adaptar la consigna.

Número de ítems: 21 ítems.

Administración: cuestionario individual

Duración: Aproximadamente 15 minutos

Aplicación: Para alumnos del quinto y sexto grado de primaria.

Confiabilidad y validez: El autor de la prueba refiere que los coeficientes “alpha” de Cronbach para las escalas estado y rasgo de enojo, AX/in, AX/out y AX/con mostraron una alta consistencia interna (entre 0.73 y 0.93).

Respecto de la experiencia de enojo, la escala estado ha mostrado el mayor coeficiente “alpha” (0.93), y respecto de la expresión de enojo, la escala con un mayor coeficiente ha sido AX/con (0.85).

La alta correlación interna de las escalas demuestra una adecuada homogeneidad entre los ítems seleccionados para evaluar cada constructo. También se ha mostrado la estabilidad de los puntajes a través del tiempo (excepto para la escala estado de enojo), realizando una segunda administración (test-retest).

Para evaluar la validez convergente, la escala de rasgo fue administrada a 280 estudiantes del “college” y 270 soldados de la Marina. Estas dos muestras completaron los siguientes cuestionarios:

- Buss-Durkee Hostility inventory (BDH 1957)
- MMPI Hostility (Ho;Cook and Medley,1954)
- Minnessota Multifasic Personality Inventory (Hv)

Los resultados indican correlaciones significativas entre rasgo de enojo y las tres medidas de hostilidad, lo cual apoya la validez concurrente de la escala de rasgo de enojo como una medida de dicha emoción. Por otra parte, se correlacionaron las escalas de estado-rasgo de la prueba STAXI, con las escalas del Cuestionario de Personalidad de Eysenck, con las de estado-rasgo de ansiedad (STAI; Spielberger, 1983), así como con las escalas estado-rasgo de curiosidad. La correlación moderada entre rasgo de enojo y rasgo de ansiedad, y el EPQ de Eysenck es consistente con las observaciones clínicas y teorías que sostienen que los individuos con alto neuroticismo y alto rasgo de ansiedad, sienten frecuentemente sensaciones de enojo que no pueden expresar. El análisis factorial (FA) realizado por el autor, apoya la diferenciación estado – rasgo y la diferenciación enojo hacia fuera – enojo hacia adentro.

CAPÍTULO IV

PRESENTACIÓN, PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE DATOS

4.1. Procesamiento de los resultados

Para realizar el procedimiento para el análisis de los datos obtenidos mediante el instrumento Acticol-92 de Pons y Bejarano, se hizo uso de:

- Elaborar una Base de datos donde se expresen las respuestas de cada individuo mediante el puntaje por cada ítem mediante el programa de Microsoft Excel 2016, se realizó el análisis de frecuencias con respecto a las variables sociodemográficas.

- Se usó el programa Microsoft Excel 2016 para realizar el análisis descriptivo para la búsqueda del valor mínimo y máximo, además de la media:

$$\bar{X} = \frac{\sum_{i=1}^n x_i}{n}$$

4.2. Presentación de los resultados

Para iniciar la presentación de los resultados primero expondremos el análisis de datos obtenido en el instrumento mediante.

Tabla 4

Mínimo, máximo y media.

Total	
N	51
Media	35.49
Mínimo	30
Máximo	46

Se puede observar que el nivel de ira de los estudiantes mantiene una media de 35.49 lo cual ubica en nivel alto de ira. Además, podemos observar que el valor mínimo captado es de 30, lo que muestra que al menos un estudiante puntuó un nivel medio de ira. Por el contrario, el valor máximo obtenido fue de 46, que muestra que por lo menos uno ha obtenido un nivel alto de ira.

Tabla 5.

Cálculo del promedio del Nivel de ira en los estudiantes

Nivel	Frecuencia	%
Bajo	6	12%
Medio	42	82%
Alto	3	6%
Total	51	100%

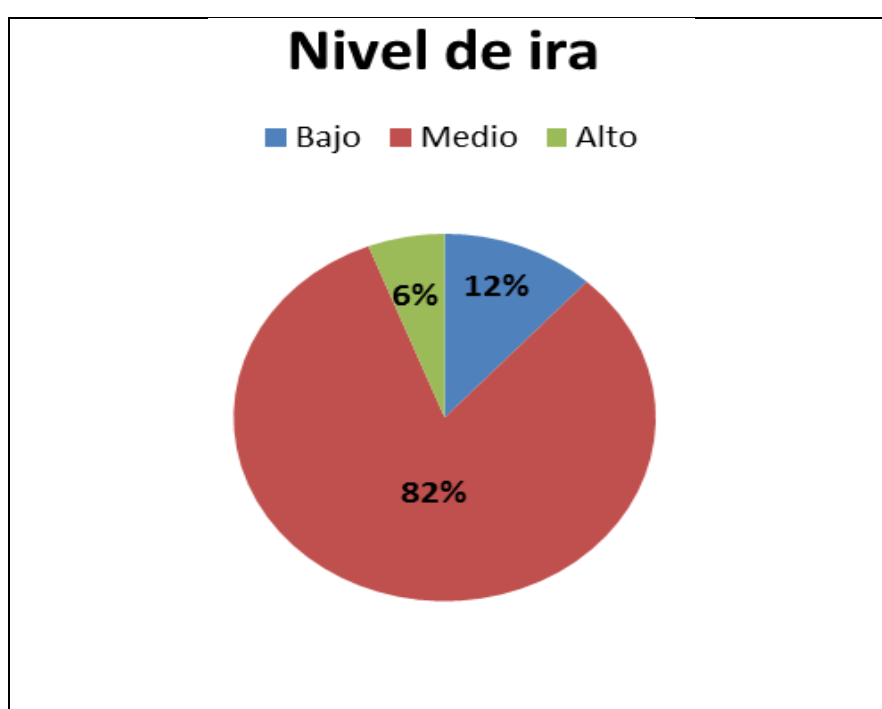


Figura 1. Distribución Porcentual del Nivel de ira en los estudiantes

Podemos ver que tanto en la tabla 5 como en la figura 1 se expresa el nivel de ira de los estudiantes, donde 6 estudiantes que representan el 12% del total, presenta un nivel bajo de ira, 42 estudiantes que representa el 82% del total, presenta un nivel medio de ira y 3 estudiantes que representa el 6% del total, presenta un nivel alto de ira

Tabla 6.

Cálculo del promedio del Nivel de enojo descontrolado en los estudiantes

Nivel	Frecuencia	%
Bajo	22	43%
Medio	27	53%
Alto	2	4%
Total	51	100%

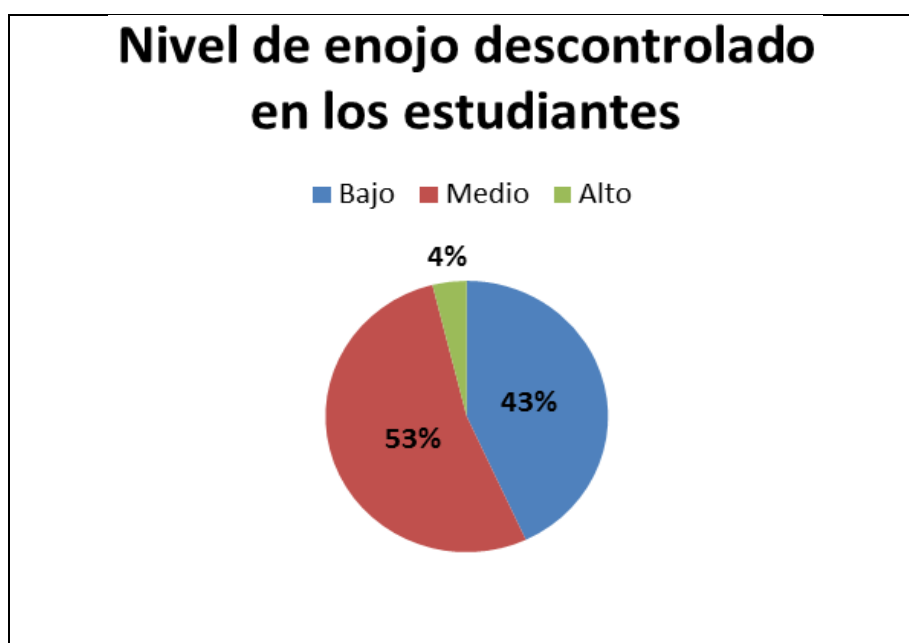


Figura 2. Distribución Porcentual del Nivel de enojo descontrolado

Podemos ver que tanto en la tabla N° 6 como en la figura N° 2 se expresa el nivel de enojo descontrolado en los estudiantes, donde 22 de ellos que representa el 43% del total, presenta un nivel bajo de enojo, 27 estudiantes que representa el 53% del total, presenta un nivel medio y 2 estudiantes que representa el 4% del total, presenta un nivel alto de enojo descontrolado

Tabla 7.

Cálculo del promedio del Nivel de hostilidad en los estudiantes

Nivel	Frecuencia	%
Bajo	16	31%
Medio	31	61%
Alto	4	8%
Total	51	100%

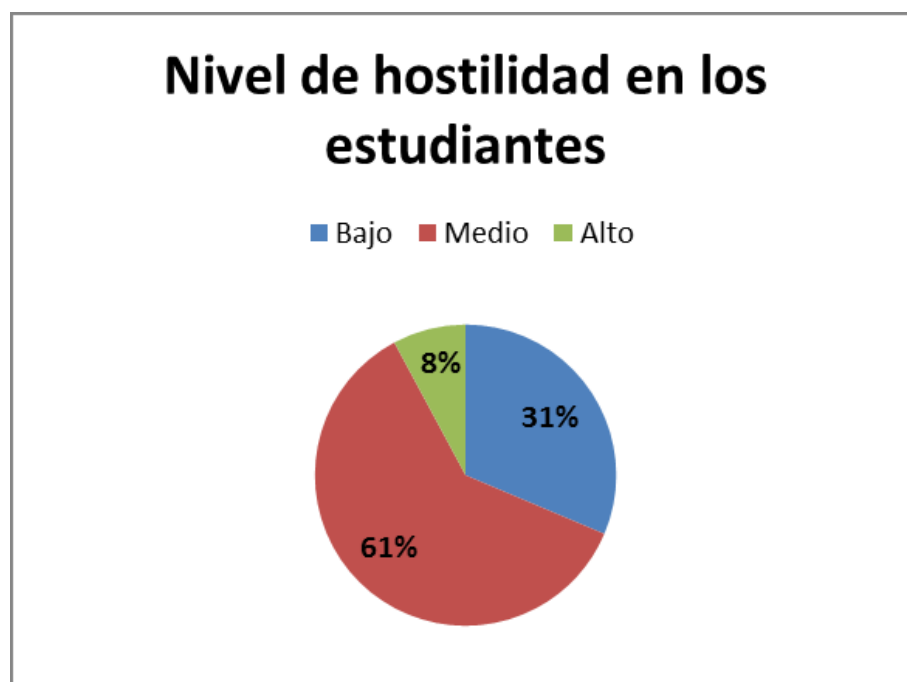


Figura 3. Distribución Porcentual del Nivel de hostilidad en los estudiantes

Podemos ver que tanto en la tabla 7 como en la figura 3 se expresa el nivel de hostilidad en los estudiantes, donde 16 de ellos que representa el 31% del total, presenta un nivel bajo de hostilidad, 31 estudiantes que representa el 61% del total, presenta un nivel medio y 4 estudiantes que representa el 8% del total, presenta un nivel alto de hostilidad

Tabla 8.

Cálculo del promedio del Nivel de agresión en los estudiantes

Nivel	Frecuencia	%
Bajo	11	22%
Medio	37	72%
Alto	3	6%
Total	51	100%

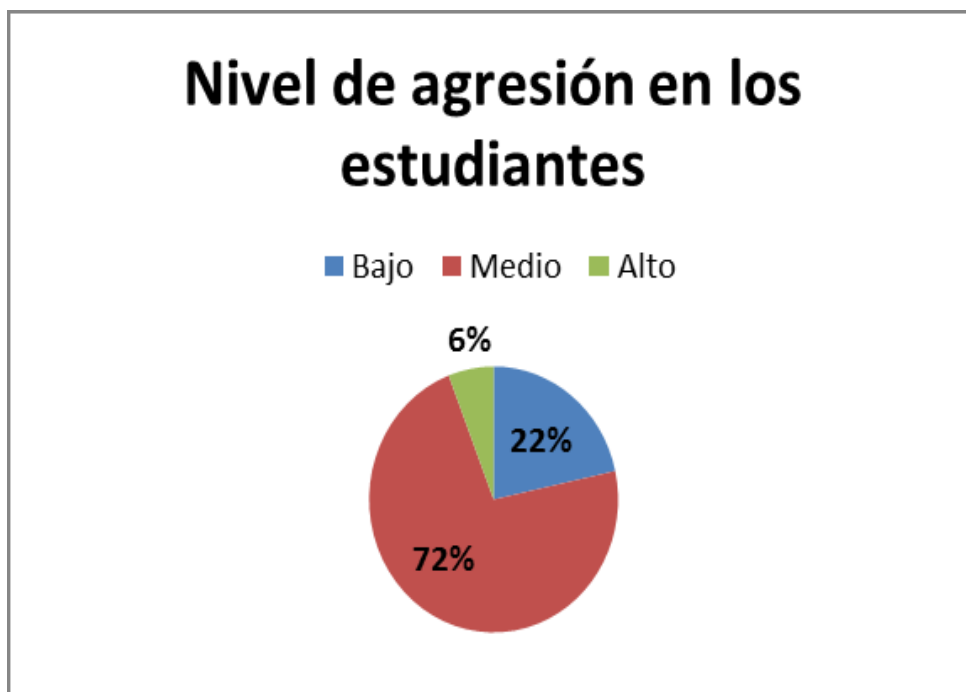


Figura 4. Distribución Porcentual del Nivel de agresión en los estudiantes.

Podemos ver que tanto en la tabla 8 como en la figura 4 se expresa el nivel de agresión en los estudiantes, donde 11 de ellos que representa el 22% del total, presenta un nivel bajo de agresión, 37 estudiantes que representa el 72% del total, presenta un nivel medio y 3 estudiantes que representa el 6% del total, presenta un nivel alto de agresión.

4.3. Análisis y discusión de los resultados

Se puede evidenciar que, en términos generales, existe un nivel medio de ira en los estudiantes del quinto y sexto grado del nivel Primaria de la Institución Educativa Pública N°22243 de Chincha (figura 1).

Los resultados obtenidos reflejan que el 82% de los estudiantes presentó un nivel medio de ira, un 12% presentó un nivel bajo de ira y solamente un 6% obtuvo un nivel alto de ira, estas cifras contrastan con lo encontrado por Rosales (2002) quien concluyó que el 63% de los niños que sufrían maltrato, poseen ira, reaccionado con rabia y enojo de manera impulsiva; conductas que se presentan también en los estudiantes del quinto y sexto grado del nivel Primaria de la Institución Educativa Pública N° 22243 de Chincha. Se podría considerar entonces como una posible causa el maltrato que los estudiantes de nuestra muestra pudieran recibir en sus hogares o en su entorno; esta causa también fue abordada por Quispe (2010) que en su trabajo de investigación sobre la Violencia familiar y agresividad en los niños de segundo grado de primaria, concluyó que existe una fuerte relación entre dichas variables.

Por otro lado, Montaña (2002) demostró que existe una relación fuerte entre la ira y la personalidad de los niños, factor que también podría ser considerado como una de las causas de la ira que presentan los niños de nuestra muestra de estudio.

Frente a ello, se podría implementar algún programa que enseñe a los niños a manejar y controlar su ira, tal y como lo hizo Rodríguez (2008) que en su trabajo sobre la aplicación de un programa de manejo de ira en niños, demostró que si es posible reducir el nivel de ira de los niños implementando estos tipos de programas.

En nuestra población de estudio, los resultados reflejan que existe un nivel de ira considerable, si bien es cierto el nivel alto de ira solo alcanza el 6%, cabe

señalar que un 82% presenta un nivel medio de ira, lo que es expresado en algunos casos por agresiones entre compañeros de aula y destrucción de objetos. Estas conductas y actitudes sobrepasan incluso, lo tolerado en las teorías instintivistas, que señalan que ciertas reacciones e impulsos son propios de nuestro instinto animal. Lorenz (1952), uno de los representantes de esta corriente, afirma que este tipo de conductas son necesarias para la supervivencia de la especie, pues se expulsa energía acumulada, sin embargo creemos que las conductas presentadas por los estudiantes de la muestra de estudio sobrepasan este límite normal.

Frente a ello, Freud (1998) señala que esta tendencia agresiva es el mayor obstáculo con el que ha tropezado la civilización; desde luego si logramos que los estudiantes desde edades tempranas aprendan a controlar sus impulsos tendremos más tarde sociedades más tolerantes. Para ello, es indispensable investigar las posibles causas que puedan originar estas conductas, quizás estrés, violencia familiar, maltrato infantil, televisión, etc. Según la teoría de Bosh (2009) cuando no se tiene control para dominar la ira, existe la negatividad o frustración, esto hace que el niño explote y reaccione de manera violenta, lo que conlleva a que los niños de su entorno se alejen, generando su aislamiento que lo puede llevar años más tarde a generar una persona antisocial. No es necesario esforzarse mucho para encontrar ejemplos del poder destructivo de la ira, leer un periódico o ver la televisión es suficiente para poder observar como la ira tiene efectos desastrosos en una sociedad.

La falta de programas que enseñen a controlar la ira desde niños, sea quizás la principal causa de los resultados obtenidos en nuestra investigación, que desde luego son cifras preocupantes. El entorno violento y programas de televisión con contenidos violentos, sean tal vez causas secundarias, que en un posterior estudio se podrían confirmar o descartar.

4.4. Conclusiones

El 82% de los estudiantes del quinto y sexto grado de educación primaria de la Institución Educativa Pública N° 22243 de Chincha, presentan un nivel medio de ira, mientras que el 12% presenta un nivel bajo y el 6% presenta un nivel alto de ira. Con estos resultados se puede concluir que los estudiantes participantes de la muestra de estudio poseen un nivel intermedio de ira.

En cuanto al enojo descontrolado, en la figura 2 están graficados los resultados obtenidos, donde más de la mitad (53%) de los estudiantes presenta un nivel medio de enojo; de allí que podemos concluir que los estudiantes presentan un nivel medio de enojo descontrolado.

En la figura 3 se grafican los resultados obtenidos al medir el nivel de hostilidad de los estudiantes, donde el 61% manifiesta un nivel intermedio; por lo que también podemos concluir que los estudiantes presentan un nivel medio de hostilidad.

Respecto al nivel de agresión, según lo graficado por la figura 4, podemos concluir que los estudiantes presentan un nivel intermedio de agresión (73%).

4.5. Recomendaciones

- Gestionar la instalación de un departamento de apoyo psicológico en la I.E Pública N° 22243 de Chincha para que atienda particularmente los casos graves que presentan un nivel alto de ira, porque así se podrá diagnosticar a estudiantes con trastornos de personalidad y derivarlos para ser acompañados por especialistas del programa SAANEE del Ministerio de Educación.

- Elaborar un programa de intervención con respecto a los resultados obtenidos donde se evidencia mayor dificultad o mayor incidencia en las manifestaciones de Enojo Descontrolado en los estudiantes del quinto y sexto grado del nivel primaria de la Institución Educativa Pública N° 22243 de Chincha, con la finalidad de disminuir y encauzar conductas y actitudes inadecuadas de los estudiantes

- Realizar un seguimiento académico, mediante tutoría de los docentes de los grados seleccionados para desarrollar técnicas y disminuir la hostilidad entre los estudiantes.

- Incrementar la conciencia sobre las consecuencias que puede traer la agresividad, desarrollar talleres para intervenir en ese hecho.

CAPÍTULO V

PROGRAMA DE INTERVENCIÓN

5.1. Denominación del programa

“Controlando mi nivel de ira”

5.2. Justificación del problema

El presente programa de intervención se origina a partir del considerable nivel de ira que presentan los niños de quinto y sexto grado de la Institución Educativa Pública N° 22243 de la provincia de Chincha. En nuestra población de estudio, los resultados reflejan que el 82% de los estudiantes del quinto y sexto grado de educación primaria de la Institución Educativa Pública N° 22243 de Chincha, presentan un nivel medio de ira, mientras que el 12% presenta un nivel bajo y el 6% presenta un nivel alto de ira. Con estos resultados se puede concluir que los estudiantes participantes de la muestra de estudio poseen un nivel intermedio de ira. Asimismo nos parece importante dar a éstos información y estrategias para manejarla, como una manera de prevenir situaciones problemáticas más difíciles de resolver. Muchas veces la ira mal manejada lleva no solo a consecuencias internas en las personas, sino que desencadena actos violentos y agresivos llegando a la victimización y hostigamiento en muchos casos. Estos vocablos aluden al abuso físico y/o psicológico hacia otros. Los alumnos tienen el derecho de sentirse seguros en sus aulas y si van a encontrar compañeros agresivos y violentos que no saben controlar su frustración u otras emociones, no lo van a estar.

Aquellos estudiantes que saben controlar su ira y expresarla adecuadamente tienen más posibilidades de tener mejores relaciones

interpersonales, de ahí la relevancia de crear y aplicar más programas de prevención de la ira en las escuelas (Beane, 1999) para diseminar información sobre cómo manejarla. Creemos que enseñando a los niños a manejar su ira tempranamente, en el futuro serán personas menos agresivas y más sanas.

5.3. Establecimiento de objetivos

5.3.1. Objetivo general:

Disminuir el nivel de ira en los estudiantes del quinto y sexto grado de la Institución Educativa Pública N° 22243 de la provincia de Chincha.

5.3.2. Objetivos específicos:

Enseñar a los estudiantes a controlar su nivel de ira.

Enseñar a los estudiantes a controlar su enojo descontrolado.

Enseñar a los estudiantes a manejar su hostilidad

Enseñar a los estudiantes a controlar su agresividad

5.4. Sector al que se dirige

El programa de intervención está dirigido al Sector Educativo, específicamente a los estudiantes del quinto y sexto grado de la Institución Educativa Pública N° 22243 de Chincha, quienes son los que presentan considerable nivel de ira, lo cual ha despertado preocupación en el personal directivo y docente del plantel. Nuestra población intervenida se distribuye de la siguiente manera: Quinto grado 25 estudiantes y Sexto grado 26 estudiantes, haciendo un total de 51 estudiantes

5.5. Establecimiento de conductas problemas/metapas

Las conductas metas, motivo del programa de intervención es la siguiente:

Disminuir el nivel de ira en los estudiantes del quinto y sexto grado de la Institución Educativa Pública N° 22243 Pública de la provincia de Chincha.

5.6. Metodología de la intervención

La metodología para la aplicación del presente Programa de Intervención es Descriptiva y Aplicativa, utilizando para su desarrollo diversas estrategias metodológicas tales como:

- Dinámicas Grupales
- Juego de Roles
- Escenificación Teatral
- Ponencia
- Medios Audiovisuales
- Métodos Expositivos
- Cuento Infantil

5.7. Instrumentos/material a utilizar

Tabla 9.

Instrumentos/material a utilizar

SESIÓN	MATERIALES
1	Diapositivas, computadora, proyector multimedia, micrófono, equipo de sonido, ficha
2	Diapositivas, computadora, proyector multimedia, micrófono, equipo de sonido, ficha
3	Diapositivas, computadora, proyector multimedia, micrófono, equipo de sonido.
4	Diapositivas, computadora, proyector multimedia, micrófono, equipo de sonido.
5	Diapositivas, computadora, proyector multimedia, micrófono, equipo de sonido, plumones, cinta adhesiva, ficha
6	Diapositivas, computadora, rotafolio, micrófono, equipo de sonido, ficha.
7	Disfraces, mesa, silla, micrófono, equipo de sonido
8	Papelotes, plumones, mesas, sillas, micrófono, equipo de sonido, cuerda
9	Láminas, papelotes, plumones, mesas, sillas, micrófono, equipo de sonido,
10	Láminas, papelotes, plumones, mesas, sillas, micrófono, equipo de sonido, teatrín, títeres
11	Papelotes, plumones, mesas, sillas, micrófono, equipo de sonido, sillas.
12	Diapositivas, computadora, proyector multimedia, micrófono, equipo de sonido, diplomas, bocaditos.

5.8. Cronograma

Tabla 10. CRONOGRAMA DEL PROGRAMA DE INTERVENCIÓN: ESTUDIANTES DE 5ª Y 6ª GRADO DE LA I.E PÚBLICA Nª 22243 DE CHINCHA

SEMANA/ ACTIVIDAD	AGOSTO				SETIEMBRE				OCTUBRE			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
SEMANA 1 ACTIVIDAD 1 TEMA 1:¿QUÉ ES LA IRA?	10-08-2017											
SEMANA 2 ACTIVIDAD 2 TEMA 2: Síntomas del descontrol de la Ira		17-08-2017										
SEMANA 3 ACTIVIDAD 3 TEMA 3: “Ventajas del control de la ira”			24-08-2017									
SEMANA 4 ACTIVIDAD 4 TEMA 4: “Cómo Identificar la ira”				31-08-2017								
SEMANA 5 ACTIVIDAD 5 TEMA 5: “Niveles de ira”					07-09-2017							

SEMANA 6 ACTIVIDAD 6 TEMA 6: "Consecuencias de la ira mal manejada"						14-09-2017						
SEMANA 7 ACTIVIDAD 7: TEMA 7: "Controlando nuestro Enojo"							21-09-2017					
SEMANA 8 ACTIVIDAD 8 TEMA 8: "Solucionando conflictos"								28-09-2017				
SEMANA 9 ACTIVIDAD 9 TEMA 9: "La hostilidad"									05-10-2017			
SEMANA 10 ACTIVIDAD 10 TEMA 10: "Controlando su hostilidad"										12-10-2017		
SEMANA 11 ACTIVIDAD 11 TEMA 11: "La agresividad"											19-10-2017	
SEMANA 12 ACTIVIDAD 12 TEMA 12: Ceremonia Clausura												26-10-2017

5.9. Actividades

PRIMERA SESIÓN DE INTERVENCIÓN

SEMANA 1

ACTIVIDAD 1

TEMA 1: ¿QUÉ ES LA IRA?

Objetivo: Enseñar a los estudiantes sobre la ira.

Estrategia: Cuento infantil de dos personajes: “ La Ira y el Orgullo”

Materiales: Diapositivas, computadora, proyector multimedia, micrófono, equipo de sonido, ficha

Tiempo: 45 minutos

Desarrollo: ¿QUÉ ES LA IRA?

Se iniciará con el Cuento infantil de dos personajes: “ La Ira y el Orgullo”

La Ira y el Orgullo eran dos buenos amigos, los cuales se pasaban juntos casi todo el rato, incluso tenían amigos en común y sus padres se conocían entre sí.

Orgullo e Ira, se querían mucho, suficiente como para soportarse el uno al otro, pero de vez en cuando peleaban, pues Orgullo nunca estaba dispuesto a perder la razón y la Ira, por su naturaleza, se volvía loca cuando le reprochaban cosas sin sentido.



Una vez, Orgullo e Ira planearon un viaje a un sitio muy frío, un lugar donde era difícil vivir ya que no había prácticamente nada de gente y los árboles se

estremecían con lo gélidos vientos que corrían. En este viaje, nuestros compañeros decidieron que iban a estar solos los dos, pues querían demostrar a los demás amigos (En especial a Envidia y Conformismo) que si estaban en la capacidad de realizar esta travesía sólo con la ayuda del otro.

El viaje comenzó muy bien, Ira estaba tranquila y trataba de colaborar en lo que podía, Orgullo conocía el territorio e iba a la cabeza, pero todo se volvió tenso e incómodo cuando llegaron a un punto conocido como “Camino Doble” en el cual debían decidir si iban por la derecha o izquierda, sin conseguir apenas diferencia entre ambos sitios, pero resultó que Ira deseaba ir por la derecha y Orgullo quería ir por la izquierda.

Esto los llevó a pelear de manera muy fuerte, ya que ninguno de los dos estaba dispuesto a ir por un lugar diferente al cual tenía en su mente. Por supuesto Orgullo, estaba muy seguro de su decisión, y aunque Ira no lo estaba tanto – por no conocer el territorio- se fue por el lado contrario del camino solamente por la molestia que cargaba encima de que Orgullo no le hubiese hecho caso



El resultado de todo esto fue que ambos se perdieron en el camino, ya que Orgullo no tenía un mapa e Ira, por supuesto, no sabía ni dónde estaba parada.

Esto nos deja como lección que cuando dos buenos amigos, como Ira y Orgullo se dejan llevar por sus instintos, pueden verse en situaciones bastantes difíciles y que lo mejor que podemos hacer es dialogar, sin perder el respeto ni nuestra postura. La charla, la conversación y la tolerancia son muy importantes para las relaciones.

Esta historia termina, con que ambos, luego de largas horas perdidos debido a que necesitaban la ayuda del otro, se decidieron a volver al sitio donde se había separado. Sin saber que allí, se encontraría el otro esperando.

Ira y Orgullo volvieron tranquilos a sus casas, sin contarle a nadie lo sucedido, pero se pusieron el objetivo de volver de nuevo a este territorio frío e inhóspito, esta vez, sin pelear. Y vaya que lo lograron.

- A partir de las vivencias emanadas del cuento, el docente conversará con los niños sobre la Ira.

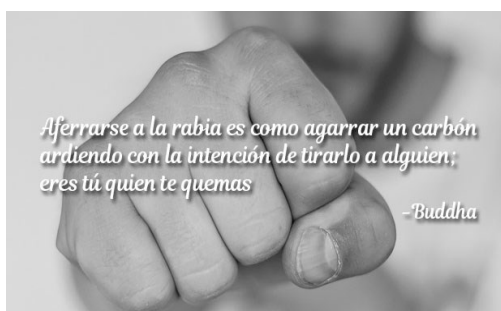
- * ¿Cómo se comportan las personas con Ira ?”
- * ¿Qué quiere decir que se tiene Ira?
- * ¿Es bueno o malo manifestar la Ira?

- Después que los niños respondan el facilitador resumirá:

¿QUÉ ES LA IRA?

La ira es una emoción que puede variar en intensidad, desde una leve irritación a una intensa furia. Cuando la furia es extrema, va acompañada de cambios fisiológicos y biológicos, como el aumento de la frecuencia cardíaca y la presión arterial; así como una elevación de los niveles hormonales de energía.

- A continuación el facilitador, propone a los estudiantes elaborar mensajes alusivos a la Ira.



lifeder.com



*Sin importar
Cuántas
veces te
disculpes,
la Cicatriz
permanecerá."*

INDICADORES DE EVALUACIÓN: Reconoce a través de situaciones concretas lo que es la ira

SEGUNDA SESIÓN DE INTERVENCIÓN

SEMANA 2

ACTIVIDAD 2

TEMA 2 : Síntomas del descontrol de la Ira

Objetivo: Que los estudiantes reconozcan los síntomas fisiológicos de su ira.

Estrategia: Ponencia

Materiales: Diapositivas, computadora, proyector multimedia, micrófono, equipo de sonido, ficha

Tiempo: 45 minutos

Desarrollo: Dinámica Grupal “Registrando mis emociones”

Invita a los estudiantes a sentarse en el centro del aula, formando una U.

Introduce la actividad resaltando la importancia de mantener buenas relaciones.

Presenta imágenes de niños o niñas que expresan diferentes emociones.

Pégalas en la pizarra y pide que las observen en silencio unos minutos.

Permite que manifiesten sus observaciones libremente. De ser necesario, orientalos con algunas preguntas:

- ¿Qué observan?
- ¿Qué expresan los rostros?
- ¿Por qué creen que los niños se sienten así?
- ¿Alguna vez se han sentido así?
- ¿Por qué?
- ¿Les parece bien haberse sentido así?
- ¿Qué son la alegría, el miedo, la cólera, la ternura?
- ¿Cuándo han sentido estas emociones?
- ¿Han sabido manejarlas? ¿está bien que expresemos nuestras emociones?
- ¿Por qué? Anota las respuestas en la pizarra.

Entrega una tira de hoja bond a todos los estudiantes e invítalos a registrar una emoción vivenciada (de agrado o desagrado). Si acaban de estar en el recreo, pueden aprovechar esta situación, ya que los recuerdos están más frescos.

Análisis de la información:

Sentí cólera, porque

Me gustó que

Bríndales el tiempo adecuado para que escriban en las tiras de papel. Recorre las mesas de trabajo para orientarlos, y corregir si es necesario. Traza en la pizarra dos recuadros: en uno, dibuja una expresión agradable, y en el otro, una expresión de malestar o tristeza. Luego, pide que todos, en orden, peguen sus tiras de papel en la expresión que corresponde a sus vivencias; si hubiera varias que se refieren a lo mismo, podrías agruparlas con ayuda de los estudiantes. Ejemplo: Inicia la puesta en común con la técnica del museo. Pide que los niños y las niñas se acerquen a leer lo escrito en las tiras de papel. Luego, elige una vivencia y solicita que el autor hable un poco más de ella. Para motivarlo, podrías realizar estas preguntas: ¿qué sucedió?, ¿qué fue lo que más te gustó o disgustó?, ¿qué sensaciones se producen en ti cuando algo te disgusta?, ¿cómo crees que debemos ser con nuestros compañeros cuando participan en clase? (debemos evitar juzgar o criticar sus explicaciones).

Toma de decisiones - Reflexión Sentí cólera, porque.....

Me gustó que

Luego el facilitador les entrega la siguiente información

Ira. Es un estado emocional que a varía en intensidad, va de la irritación leve a la furia intensa. Como otras emociones, está acompañada de cambios fisiológicos y biológicos. Cuando una persona se enfada, su ritmo cardíaco y presión arterial aumentan, al igual que los niveles de las hormonas adrenalina y noradrenalina.

Expresar la ira



Expresión de ira

La manera instintiva y natural de expresar ira es responder agresivamente. La ira es una respuesta natural y adaptativa ante las amenazas, inspira emociones y comportamientos agresivos que nos permiten luchar y defendernos cuando somos atacados. Cierta cantidad de ira, por lo tanto, es necesaria para nuestra supervivencia. Por otra parte, no se debe emprender a golpes con cada persona u objeto que nos moleste. Leyes, normas sociales, y sentido común ponen límites al alcance de nuestra ira.

La gente utiliza una gran variedad de procesos conscientes e inconscientes para ocuparse de sus sensaciones de ira. Los tres principales son: expresarla, suprimirla y calmarse. Expresar los sentimientos de enfado de un modo asertivo, no agresivo, es la manera más sana. Para hacer esto, primero has de aprender a dejar claro cuáles son tus necesidades, y cómo satisfacerlas sin dañar a otros. El ser asertivo no significa arremeter contra los demás o exigir; significa ser respetuoso con uno mismo y los demás.

Otro modo de afrontar la ira consiste en suprimirla para luego transformarla o redirigirla. Esto sucede cuando reprimes la rabia, dejas de pensar en ella y te centras en algo positivo que hacer. El objetivo es inhibir o suprimir la ira y convertirla en un comportamiento más constructivo. El peligro con este tipo de

respuesta es que si inhibes la expresión exterior de la ira, puede volverse hacia el interior, hacia ti, provocando hipertensión o depresión. La ira no expresada puede crear otros problemas. Por ejemplo, puede dar lugar a expresiones patológicas de la ira tales como comportamiento pasivo-agresivo (vengarse indirectamente, sin decir claramente el motivo, en vez de enfrentarse directamente a la persona), o una actitud cínica y hostil permanente. Las personas que están constantemente minimizando a otras, criticando todo, y haciendo comentarios cínicos no ha aprendido cómo expresar su enfado de un modo constructivo. No es extraño que estas personas no suelen tener mucho éxito en sus relaciones.

Otra estrategia consiste en calmarse a través del método de la respiración inhalando y exhalando lentamente para no solo controlar el comportamiento exterior, sino también controlar las respuestas internas, tomando medidas para bajar el ritmo cardíaco, tranquilizarse, y dejar que la ira vaya pasando.

-Se realizará un organizador gráfico sobre el tema con los estudiantes

Responderán un cuestionario de preguntas

INDICADORES DE EVALUACIÓN: Conoce los síntomas del descontrol de la ira

TERCERA SESIÓN DE INTERVENCIÓN

SEMANA 3

ACTIVIDAD 3

TEMA 3 : “Ventajas del control de la ira”

Objetivo: Enseñar las ventajas del control de la ira

Estrategia: Ponencia

Materiales: Diapositivas, computadora, proyector multimedia, micrófono, equipo de sonido.

Tiempo: 45 minutos

Desarrollo:

El ponente expone las ventajas de controlar la ira, desde todo punto de vista y se les hace pregunta a los estudiantes aleatoriamente sobre la ponencia

CÓMO CONTROLAR LA IRA

Utiliza las siguientes herramientas para controlar la ira:

RELAJACIÓN

Utiliza herramientas sencillas de relajación, como visualizar imágenes, respiración y relajación profunda, que pueden ayudar a calmar los sentimientos de ira.

Respira profundamente, desde tu diafragma para relajarte y repite lentamente alguna palabra tranquila como relax o calma, y visualiza imágenes relajantes, que ayudan a relajar los músculos y te harán sentir mucho más tranquilo. Practica estas técnicas diariamente, y especialmente ante situaciones tensas.

REESTRUCTURACIÓN COGNITIVA

Cambia la forma de pensar y ante situaciones tensas, ten pensamientos racionales y positivos; enfadarse no va a solucionar nada, al contrario, hará que

te sientas peor. Las personas enojadas deben tomar conciencia de su naturaleza exigente y convertir sus expectativas en deseos.

RESOLVER PROBLEMAS

No creas que puedes solucionar todos los problemas que se te presentan; en vez de tratar de buscar solución al problema, céntrate en la forma de manejar y enfrentar el problema, y traza un plan para controlar tu evolución a lo largo del camino.

BUENA COMUNICACIÓN

Lo primero que debes de hacer si estás en una acalorada discusión, es reducir la velocidad y pensar tus respuestas, piensa cuidadosamente acerca de lo que quieres decir, y escucha con atención lo que la otra persona está diciendo, y tómate tu tiempo antes de contestar. Mantén la calma puede evitar que la situación se convierta en un desastre.

Realizarán las conclusiones y asumirán compromisos

INDICADORES DE EVALUACIÓN: Reconoce las ventajas del control de la ira

CUARTA SESIÓN DE INTERVENCIÓN

SEMANA 4

ACTIVIDAD 4

TEMA 4 : “Cómo Identificar la ira”

Objetivo: Enseñar a los estudiantes Identifiquen las causas de su ira

Estrategia: Dinámica Grupal

Materiales: Diapositivas, computadora, proyector multimedia, micrófono, equipo de sonido, ficha.

Tiempo: 45 minutos

Desarrollo:

Dinámica Grupal: LA ESTATUA

Se colocan por parejas donde una hace de estatua y su compañero con los ojos vendados, debe adivinar tocando como tiene colocados sus brazos y piernas para colocarse en la misma posición, Cuando acabe el tiempo se comprueba si ha adivinado correctamente la forma de la estatua.

Vamos a intentar promover valores como el respeto, la tolerancia, la cooperación y la solidaridad, a través del juego.

- A partir de las vivencias emanadas del juego, el facilitador conversará con los niños sobre las Causas de la Ira.
 - * ¿Cómo se comportan las personas con Ira ?”
 - * ¿Qué origina la Ira?
 - * ¿Cuáles crees tú son las causas de la Ira??
- Después que los niños respondan el docente resumirá el tema:

Causas

La ira puede ser debida a acontecimientos externos o internos. Podemos enfadarnos con una persona específica (como un compañero de estudios) o un acontecimiento, o bien la ira puede aparecer al preocuparse y rumiar problemas personales. Los recuerdos de acontecimientos traumáticos o que nos hicieron enfadar pueden también desencadenar este tipo de emociones.

La ira es una emoción totalmente normal y generalmente sana. Pero cuando está fuera de control y se vuelve destructiva, puede conducir a diversos problemas, como problemas en el trabajo, en las relaciones personales, y en la calidad general de la vida de una persona. Y puede dar la sensación de que se está a la merced de una emoción imprevisible y poderosa.

Se organizarán por grupos, de los cuáles cada uno de ellos, expondrá tres causas de la ira y que hacer frente a ella.

INDICADORES DE EVALUACIÓN: Identifica las causas de la ira.

QUINTA SESIÓN DE INTERVENCIÓN

SEMANA 5

ACTIVIDAD 5

TEMA 5 : “Niveles de ira”

Objetivo: Que los estudiantes identifiquen su nivel de ira

Estrategia: Dinámica de Grupo

Materiales: Diapositivas, computadora, proyector multimedia, micrófono, equipo de sonido, plumones, cinta adhesiva, ficha

Tiempo: 45 minutos

Desarrollo: Dinámica de Grupo: “Escribo lo que pienso”

La facilitadora distribuye cuatro tiras de papel, un plumón y una tira de cinta adhesiva a cada participante.

La facilitadora indica a los participantes que se les darán cuatro oraciones para completar, una a la vez, y que tendrán que escribir lo primero que les venga a la mente, sin censurarla o modificarla. Les pide que escriban sus respuestas con claridad en el papel, para que los demás puedan leerlas.

La facilitadora lee las siguientes cuatro oraciones, una a la vez dando tiempo para que cada participante pueda responder. Después de que cada oración se haya leído, y los participantes han terminado de responder, le pide a cada participante, pegar la tira de papel sobre su pecho.

Me enojo cuando los demás...

Siento que mi ira es...

Cuando los demás expresan su ira hacia mí , me siento...

Siento que la ira de los demás es...

La facilitadora forma grupos más pequeños de aproximadamente seis participantes y les pide que discutan la experiencia. Se sugiere que se centren en el impacto personal de compartir sus sentimientos de ira con el grupo. Se les motiva, para que den retroalimentación a los demás, al grado que cada persona responda sobre la ira y sea consistente.

Se comparten situaciones con el grupo entero. La facilitadora puede platicar de diversas aproximaciones a respuestas con ira, en situaciones entre dos personas.

Cuando se habla de Nivel de Ira, se dice que la ira puede ir de leve (enojo, molestia) hasta severa (furia o rabia). Finalmente, la duración de la ira, va desde corta hasta larga. Algunos sucesos de ira son cortos, mientras que otros son largos. La ira puede ir acrecentándose y volviéndose más intensa poco a poco, así como puede empezar en un nivel muy alto e ir disminuyendo paulatinamente a través de Programas de Intervención o talleres psicológicos

La facilitadora guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida.

INDICADORES DE EVALUACIÓN: Identifica su Nivel de Ira ante diversas situaciones

SEXTA SESIÓN DE INTERVENCIÓN

SEMANA 6

ACTIVIDAD 6

TEMA 6 : “Consecuencias de la ira mal manejada”

Objetivo: Que los estudiantes reconozcan las consecuencias de su mal manejo de ira.

Estrategia: Dinámica Grupal

Materiales: Diapositivas, computadora, rotafolio, micrófono, equipo de sonido, ficha.

Tiempo: 45 minutos

Desarrollo: Dinámica “EL QUE SE ENOJA PIERDE”

El facilitador solicita a los miembros del grupo, que completen verbalmente algunas oraciones señaladas en el rotafolio, relacionadas con situaciones de enojo, por ejemplo: a) Llego a enojarme cuando....

b) Cuando me enojo yo digo...

c) Cuando me enojo yo hago...

d) Cuando alguien se encuentra cerca de mí y está enojado, yo....

e) Consigo controlar mi enojo mediante..

f) Etc. (Frasas incompletas que de preferencia, se anotan en el rotafolio).

Se genera una discusión, tomando como punto de partida. las expresiones manifestada por los participantes.

Cada participante, hace un estimado de las ocasiones en que llega a sentirse enojado, molesto o irritado (por semana o por día).

Estos estimados, se anotan en el rotafolio y se discuten grupalmente acerca de la cantidad de enojo que puede experimentar una persona.

Después que los niños respondan el facilitador resumirá:

A menudo escuchamos las siguientes frases:

“Mira cómo te estás poniendo”

“Estás fuera de control”

“Haz el favor de tranquilizarte”

Nadie sale ganando ante la rabia descontrolada. ¿A quién le gusta escuchar gritos de otro?

Todo el mundo tiene derecho a enfadarse y todas las emociones tienen su función. El hecho de que experimentes enojo no es un problema; la intensidad y la forma en la que lo manifiestes sí que puede llegar a serlo.

Puedes llegar a creer erróneamente que para controlar la ira tienes que suprimirla por completo, disimularla o incluso negarla. Sin embargo, con estas acciones lo único que conseguirás es dejarla escondida por un tiempo, creciendo furtivamente por tu interior y esperando cualquier mínimo hueco para salir con toda su fuerza.

Esto es lo que ocurre cuando intentas negar tu enfado y te lo vas guardando hasta que un día estalla de manera desproporcionada e injustificada. En ese momento, la ira desmedida no está respondiendo a un estímulo concreto, sino a todas las ocasiones anteriores en las que ha sido reprimida.

De ahí que sea recomendable ir expresando lo que te enfada de forma más gradual para que sea más fácil controlar la rabia, sin que ésta te controle a ti. Una ira mal gestionada tiene efectos negativos en el organismo y la mente de quien la experimenta y de quien la recibe.

Los efectos negativos de la ira pueden afectar seriamente tu salud, por eso es necesario encauzar estas emociones

Se llega a conclusiones y se asumen compromisos.

INDICADORES DE EVALUACIÓN: Reconocen las consecuencias de la ira mal manejada

SÉTIMA SESIÓN DE INTERVENCIÓN

SEMANA 7

ACTIVIDAD 7:

TEMA 7 : “Controlando nuestro Enojo”

Se presenta una escenificación teatral sobre el descontrol del Enojo y

los perjuicios que este conlleva.

Objetivo: Que los estudiantes reconozcan que el descontrol del Enojo es un problema

Estrategia: Escenificación teatral.

Materiales: Disfraces, mesa, silla, micrófono, equipo de sonido

Tiempo: 45 minutos

Desarrollo: Controlando nuestro Enojo

Se inicia la Sesión de Intervención con la presentación de cada uno de los integrantes de la sección de Sexto Grado. Luego el facilitador entregará el guión escrito a los estudiantes participantes del aula

El facilitador inicia la presentación : ¡Buenas tardes a todos! La obra que van a representar se titula "Controlando nuestro Enojo" y como su nombre indica trata de explicarnos lo que sentimos, cuando nos enfadamos y manifestamos sentir un enojo o ira en forma descontrolada. Las personas, somos seres vivos, sensibles a lo que sucede a nuestro alrededor, sentimos diversas emociones y que muchas veces, tal vez la mayoría de ellas, no sabemos controlar y nos vemos desbordados o sucumbimos ante ellas

Nuestro objetivo es suprimir la ira y convertirla en un comportamiento más constructivo, para ello vamos a realizar una Escenificación Teatral

Escenificación Teatral: “CONTROLANDO NUESTRO ENOJO”

En esta obra pretendemos iniciarlos a controlar el Enojo, entonces observaremos el descontrol del Enojo o ira y sus perjuicios que esta conlleva

NIÑO CON ALEGRÍA. - ¡Viva, viva, bien! (Da saltos y gritos sin sentido)

MARÍA. - Cuéntanos qué te ha pasado para estar tan contento.

NIÑO CON ALEGRÍA. - Que me ha tocado la lotería y me voy a comprar una moto. ¡Una moto! ¡Voy a tener una moto! ¡Viva!

MARÍA. - Si creo que con la mitad de eso yo también estaría así de alegre.

NIÑO CON ALEGRÍA. - ¡Ay, ay, ay! Me he torcido el tobillo y me duele mucho.

MARÍA. - Lo ves Alegría no puedes dejarte llevar por la emoción porque puedes hacer cosas que te causen daño o al final puedes sufrir un accidente.

NIÑO CON ALEGRÍA. - Tienes razón, debemos controlar nuestras emociones.

MARÍA. - Te doy las gracias, la verdad es que nos ha gustado estar a tu lado y compartir tu alegría.

NARRADOR. - Eso está muy bien y aunque nos guste quedarnos siempre con la alegría, sin embargo debemos seguir conociendo a las demás emociones. Ahora le toca el turno al enojo o la ira. Date la vuelta, por favor.

(se da la vuelta el niño que representa el enojo y da claras muestras de estar enfadado)

ENOJO. - ¡Qué rabia, qué coraje tengo! ¡Estoy muy enfadado! ¡Si lo cojo lo mato! ¡Grrr!

MARÍA. - Tranquilízate enojo. No puedes ir por ahí matando a la gente. Por favor, cuenta hasta diez y nos dices lo que te ha pasado. A lo mejor eso te hace sentir mejor.

ENOJO. - Es que estoy muy enfadado porque se ha reído de mí en mi cara.

MARÍA. - Bueno, bueno, ya pasó todo, tranquilízate y nos cuentas por qué te has enfadado tanto.

ENOJO. - ¿Quieres saber lo que pasó? Lo que pasó fue que le presté mi bicicleta a mi compañero de colegio Ismael y cuando me la devolvió me la entregó con el manillar roto y una rueda pinchada. Le “exigí” inmediatamente explicaciones y no solo no me las dio sino que me insultó y rio en mi cara. ¿Es que no tengo motivos suficientes para estar enfadado?

MARÍA. - Si, la verdad es que tienes motivos para enfadarte pero y, no consigues nada, con ponerte así, haces que te suba la tensión y te de un ataque cardiaco. Todos debemos aprender a controlar nuestras emociones.

Bueno para tranquilizar a la emoción enojo voy a traer a Ismael, para que nos explique lo que pasó, por qué ha actuado así

ISMAEL.-He venido a pedirle disculpas a mi amigo ENOJO, porque es cierto lo que dice rompí su bicicleta y luego lo insulté, pero fue porque no me entendía y no me dejaba explicarle se malogró la bicicleta por qué evite atropellar a unas niñitas que se aparecieron intempestivamente y fui a caer en un arbusto de espinas por eso se pinchó la llanta y se rompió el manillar y cuando le quería explicar ENOJO solo me insultaba y no me quiso escuchar, pero he reflexionado y por eso quiero pedirte disculpas por que también me llené de ira y a partir de ahora debemos controlar nuestro enojo, que solo nos hace daño y lastima a las personas que queremos.

Los niños se abrazaron y se comprometieron a controlar su Enojo y continuar siendo los mejores amigos

Se les hace preguntas inferenciales sobre el teatro realizado

Socializan las respuestas y arriban a establecer compromisos de controlar su Enojo

* Se presenta la siguiente información:

¿Qué es el Enojo

Se denomina enojo al sentimiento desagradable que experimentamos cuando nos sentimos contrariados o atropellados por las palabras, las acciones o las actitudes de otros.

El enojo, por lo general, nos predispone el ánimo contra otra persona o contra una situación específica que se nos ha vuelto desagradable o injusta. En este sentido, las causas de un enojo pueden ser tanto externas como internas.

Son externas cuando están relacionadas con situaciones que ocurren a nuestro alrededor, como un impasse con otra persona, una falta de respeto, una actitud de desobediencia, un malentendido o un error. E internas cuando las experimentamos dentro de nosotros mismos, como problemas personales, situaciones del pasado no resueltas o recuerdos desagradables de eventos traumáticos, que cuando vuelven a la memoria nos despiertan sentimientos de enojo.

Se les hace preguntas inferenciales sobre la información dada.

Socializan las respuestas y arriban a establecer compromisos de controlar su Enojo.

INDICADORES DE EVALUACIÓN: Conocen técnicas para controlar su enojo.

OCTAVA SESIÓN DE INTERVENCIÓN

SEMANA 8

ACTIVIDAD 8

TEMA 8 : “Solucionando conflictos”

Objetivo: Desarrollar la capacidad colectiva de tomar decisiones y resolver conflictos. Fomentar la necesidad de cooperar. Desarrollar la confianza del grupo

Estrategia: Dinámica de Grupo

Materiales: Papelotes, plumones, mesas, sillas, micrófono, equipo de sonido, cuerda

Tiempo: 45 minutos

Desarrollo: Dinámica de Grupo “La Telaraña”

Utilizando la cuerda, construir una telaraña entre dos lados (árboles, postes, ...) de unos dos metros de ancho. Conviene hacerla dejando muchos espacios de varios tamaños, los más grandes por encima de un metro.

El grupo debe pasar por la telaraña sin tocarla, es decir, sin tocar las cuerdas. Podemos plantearle al grupo que están atrapados en una cueva o una prisión y que la única salida es a través de esta valla electrificada. Hay que buscar la solución para pasar los primeros con la ayuda de los demás; luego uno/a a uno/a van saliendo hasta llegar al nuevo problema de los/as últimos/as.

EVALUACIÓN

¿Cómo se tomaron las decisiones? ¿Qué tipo de estrategia se siguió?

A través de esta Dinámica de Grupo logramos que se aporten a las personas y al grupo elementos para aprender a afrontar los conflictos de una forma creativa.

-La facilitadora concluye con las siguientes recomendaciones:

- ❖ Debes observar lo que dices cuando estás enfadado. No siempre sentirás lo mismo que después de haberte tranquilizado y pensado en la situación.
- ❖ Procura escuchar canciones suaves que te tranquilicen.
- ❖ Si te enfadas fácilmente y se te dificulta mantener el control, busca un lugar tranquilo lejos de todos. Grita en una manta, almohada o cualquier cosa que ahogue el ruido (si quieres, incluso puedes gritar cuando no haya nadie cerca). Hacerlo te ayudará a liberar un poco de tu enojo.
- ❖ Reconoce que a veces la ira es justificada y podría necesitar aflorar. Sin embargo, ten en cuenta que existen formas productivas de hacerlo en lugar de arremeter contra los demás.
- ❖ Pregúntate si el futuro destinatario de tu furia se la merece o si solo lo utilizas como un saco de boxeo para liberar la ira acerca de una persona o problema que te molesta.
- ❖ En el caso de que la ira sea generada por un abuso y/o agresión física o verbal continua pide ayuda a tu familia, amigos o a las autoridades para resolver el problema.
- ❖ Busca una salida creativa, por ejemplo, escribir, dibujar, etc. donde puedas gastar tu energía. Los pasatiempos ayudan a aumentar tu estado de ánimo y a permitirte canalizar la energía que generalmente gastarías preocupándote por los problemas que no puedas resolver. Imagina lo que podrías hacer con la energía que gastas enfadado si la canalizaras en otra cosa.
- ❖ Piensa en el estrés que te impones: ¿Te gusta sentirte de esa manera? Si no es así, cámbiala.
- ❖ La meditación es una forma útil de liberar el estrés o la ansiedad, la cual provoca la ira.
- ❖ Evita todas las cosas involucradas en los hechos que te hicieron enfadar hasta que te hayas tranquilizado. Bloquea todo o a todos, y ve a un lugar calmado y respira profundamente hasta que estés lo suficientemente tranquilo

NOVENA SESIÓN DE INTERVENCIÓN

SEMANA 9

ACTIVIDAD 9

TEMA 9 : “La hostilidad”

Objetivo: Enseñar a los estudiantes a manejar su hostilidad

Estrategia: Presentación de imágenes

Materiales: Láminas, papelotes, plumones, mesas, sillas, micrófono, equipo de sonido,

Tiempo: 45 minutos

Desarrollo:

- * Se inicia la sesión presentando situaciones en las que se manifiesta situaciones hostiles.



- * Dialogan a partir de las siguientes interrogantes:
 - ✓ ¿Qué observas en la viñeta?
 - ✓ ¿Por qué crees que sucede esto?
 - ✓ ¿Te parece correcto el comportamiento de la niña? ¿Por qué?
 - ✓ ¿Te ha sucedido un caso similar? ¿Cómo te sentiste?

* ¿Qué actitudes demuestran las personas de las imágenes? ¿ A qué crees que se deba?

* Por lluvia de ideas indican que piensan de la hostilidad

La facilitadora realiza el Reforzamiento acerca de lo que significa la hostilidad: Se denomina hostilidad a las conductas abusivas que se ejercen en forma de violencia emocional por parte de una persona, un grupo pequeño, o un colectivo grande. La hostilidad la puede sufrir una sola persona, un grupo o un colectivo grande.

La hostilidad se presenta de las siguientes formas:

Animosidad y oposición constante hacia el que se ejerce la hostilidad.

Mediante la acción de importunar, perseguir, o acosar a alguna persona o colectivo con hechos o palabras expresados en forma de burlas o en veras, sin dejarla tranquila un momento.

La hostilidad se ejerce en forma de intimidación que consiste en una serie de expresiones verbales, gestos y conductas descalificatorias y degradantes, cuyo contenido está orientado a generar daño emocional o físico.

Llevar la contraria por enemistad o animadversión mediante una actitud hostil.

Tener un comportamiento antipático y despreciativo de tipo odioso

Hacer la vida imposible a la persona con la que se ejerce la hostilidad.

La facilitadora orienta a los estudiantes sobre cómo manejar la hostilidad.

Los estudiantes asumen compromisos para no practicar conductas hostiles, ya que se dan cuenta el daño que ocasionan en sus compañeros.

INDICADORES DE EVALUACIÓN: Reconocen el daño emocional que ocasiona la hostilidad.

DÉCIMA SESIÓN DE INTERVENCIÓN

SEMANA 10

ACTIVIDAD 10

TEMA 10 : “Controlando su hostilidad”

Objetivo: Identificar la conducta de cada personaje, y dialogar con los niños para dar solución a través de la auto reflexión acerca de la hostilidad

Estrategia: Teatro con títeres

Materiales: Láminas, papelotes, plumones, mesas, sillas, micrófono, equipo de sonido, teatrín, títeres

Tiempo: 45 minutos

Desarrollo:

En este cuento se narra la historia de tres niños, se representará con los títeres. Luisito es el niño estudioso que cumple con sus tareas y es amable con todos. Carlitos es todo lo contrario no cumple con sus tareas, es hostil y grosero con todos sus compañeros y muchos de ellos le temen por su manera de ser, siempre está molestando a sus compañeros. Ricardito es el otro niño que le celebra todo lo malo que hace Carlitos. Esta historia nos permitirá observar el comportamiento de cada niño, a la vez relacionar con el comportamiento de ellos y analizar a partir de la auto reflexión el actuar de cada uno de los estudiantes, después de terminar la historia cada niño dirá con qué personaje se identifica y prometerán cambiar de actitud y ser amables y amigables con sus compañeros

La facilitadora realizará el Reforzamiento

Las personas hostiles son difíciles por una muy buena razón. Con el tiempo han descubierto que al ser difícil pueden obtener lo que quieren de otras personas. Para ellos, sus costumbres desagradables, tales como la agresión y la hostilidad no son más que un medio para servir a sus fines. Sin embargo,

para ti, su agresión es un arma que causa estragos emocionales al hacerte sentir herido, confundido, tomado por tonto y tal vez intimidado.

Entonces, ¿Cuál es la respuesta? ¿Te deberías sentir resignado a aceptar tu destino cuando está sometido al comportamiento inadecuado de una persona difícil? ¿Deberías sonreír y aguantar? ¿Deberías hacer frente elevando tu agresividad por encima de la de él? Estas son todas las formas posibles de adaptación, pero déjame que te ofrezca otras alternativas.

¿Me creerías si te sugiero que una persona hostil y agresiva, debajo de la superficie es muy parecida a ti y a mí? Todo lo que realmente quieren es que se le dé importancia y que sean aceptados por lo que son. Pero a diferencia de nosotros, han desarrollado algunos aspectos de muy mala adaptación de lograr ese fin.

Pruebe las siguientes sugerencias con la separación emocional es un poco más fácil tratar con personas “difíciles u hostiles”

- 1) Recuerda que el problema realmente es la persona hostil, no tú.
- 2) Recuerda que puedes elegir si deseas o no permitirle a la persona hostil que te dicte lo que hay que hacer.
- 3) Recuerda que tú puedes elegir si deseas o no morder el anzuelo y caer en su juego.
- 4) Recuerda que tú puedes irte en cualquier momento de la confrontación con una persona hostil.

Los estudiantes se comprometen a seguir las sugerencias de la facilitadora, para controlar la hostilidad en algunos compañeros de su aula.

INDICADORES DE EVALUACIÓN: Conoce técnicas para controlar la hostilidad

DÉCIMA PRIMERA SESIÓN DE INTERVENCIÓN

SEMANA 11

ACTIVIDAD 11

TEMA 11 : “La agresividad”

Objetivo: Enseñar a los estudiantes a manejar su agresividad

Estrategia: Dinámica de Grupo

Materiales: Papelotes, plumones, mesas, sillas, micrófono, equipo de sonido, sillas.

Tiempo: 45 minutos

Desarrollo: Dinámica de Grupo: “LA TEMPESTAD”

Indicaciones: Todos los participantes. deben formar un círculo con sus respectivas sillas. Las sillas deben ser colocadas en círculo, tantas cuantos jugadores participen; no debe sobrar ninguna.

Quien dirija el juego se coloca en la mitad y dice: "Un barco en medio del mar, viaja a rumbo desconocido. Cuando yo diga: Ola a la derecha, todos los jugadores deben cambiar un puesto hacia la derecha, girando en círculo, siempre hacia la derecha.

Cuando yo diga: Ola a la izquierda, todos los jugadores cambian un puesto hacia la izquierda".

Se dan varias órdenes, intercambiando a la derecha y a la izquierda. Cuando se calcula que los participantes están distraídos, el dirigente dice: "Tempestad". Todos los jugadores deben cambiar de puestos, mezclándose en diferentes direcciones. A la segunda o tercera orden, el dirigente ocupa un puesto aprovechando la confusión, quedando un jugador sin puesto; éste continúa dirigiendo el juego, diciendo:

"Ola a la derecha", "Ola a la izquierda", "Tempestad".

.La facilitadora realizará un Reforzamiento respecto al manejo de la agresividad. La agresividad es una tendencia a actuar o a responder de forma violenta. Es la propensión a acometer, atacar y embestir. También se utiliza la palabra para referirse al brío, la pujanza y la decisión para emprender algo y enfrentarse sus dificultades.

A nivel general podemos establecer que existen cuatro tipos claramente delimitados de agresividad. La primera de ellas es la llamada verbal que es la que tiene como principal señal el hecho de que se basa en que se realiza insultos a otra persona.

En segundo lugar nos encontramos con la facial que es la que manifiesta a través de gestos que se realiza con la cara. La tercera es la agresividad física que se traduce en lo que son patadas, arañazos y todo tipo de golpes tanto a personas como a elementos que se encuentre en su alrededor.

Y finalmente está la cuarta, la llamada agresividad indirecta que es la que se produce sobre objetos de la persona que se encuentra afectada.

Para controlar la agresividad se debe conocer su origen. Cuando te enfrentes a una situación que te pone nervioso/a y que puede disparar tu agresividad, toma en cuenta que la relajación es fundamental.

Es muy importante intentar respirar profundamente: toma aire durante unos segundos lentamente y expúlsalo sin prisa para que tu cuerpo se relaje lentamente mientras lo expulsas. Te sentirás menos tenso, comprenderás que puedes tener el control de ti mismo y eso te calmará.

Así también podemos contar hasta 10 mentalmente, antes de ofender o ser agresivo con las personas que nos rodean, ya que después podemos lamentar haber lastimado u ofendido a las personas que nuestro entorno.

Es necesario que un alumno agresivo esté en plena supervisión constante, por lo que todos los miembros de la Institución Educativa deberán tener en cuenta el perfil de este alumno y vigilar su comportamiento para poder reducir la conducta indeseada y reforzar el comportamiento.

INDICADORES DE EVALUACIÓN: Conoce técnicas para manejar su agresividad.

DÉCIMA SEGUNDA SESIÓN DE INTERVENCIÓN

SEMANA 12

ACTIVIDAD 12

TEMA 12 : Ceremonia de Clausura

Objetivo: Reconocer el esfuerzo del equipo a cargo del programa y el desempeño de los estudiantes durante todo el programa

Estrategia: Ceremonia de Clausura

Materiales: Diapositivas, computadora, proyector multimedia, micrófono, equipo de sonido, diplomas, bocaditos.

Tiempo: 45 minutos

Desarrollo:

En la última sesión se concluirá con todo lo aprendido en las sesiones anteriores. Los estudiantes contestarán un cuestionario, para conocer cuánto han aprendido sobre cómo controlar la Ira, Enojo descontrolado, hostilidad y agresividad, y a identificar como manejarlas y cuáles son sus causas y consecuencias..

Luego se desarrollará la ceremonia de Clausura. Se invita a toda la comunidad educativa al evento, la dirección de la Institución Educativa reconoce en acto público el esfuerzo del equipo encargado y felicita a los estudiantes por su desempeño durante todo el programa. Al final se da un pequeño compartir.

INDICADORES DE EVALUACIÓN: Demuestra sus aprendizajes en la Ceremonia de Clausura del programa de Intervención

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Anger Management Cognitive Behavioral Therapy Manual Spanish version.pdf

Averill, J. (1982). Anger and aggression: An essay on emotion. New York: Springer-Verlag.

Averill, J. (1983). Studies on anger and aggression: implications for theories of emotion. *American Psychologist*, 38, 1145-1160.

Beck, A. (1999) Prisioneros del odio: Las bases de la ira, la hostilidad y la violencia. Barcelona: Paidós.

Beck, A. (1976). Cognitive therapy and the emotional disorders. New York: International University Press.

Beck, A. en Centro de Psicología Araron Beck. Consultado: Enero 2008 de <http://www.cpaaronbeck.com/psicologos-granada/aaron-t-beck.html>

Dirección de Familia y Participación Ciudadana de la Policía Nacional del Perú (2004). Diagnóstico situacional de la violencia juvenil en Lima y Callao. Lima: DIRFAPACI en <http://www.paho.org/spanish/ad/fch/ca/cadiplomadoGTZ>. OPS.pdf

Ellis, A. & Grieger, R, (1981), Manual de Terapia Racional Emotiva, Madrid: Marañón.

Ellis, A. (1977). Anger: How to Live With and Without It. New Jersey: Secaucus, Citadel Press.

Ellis, A. (1962). Reason and emotion in psychotherapy New York: Carol Publishing. Feindler,

Fernández-Abascal, E. & Martín Díaz, M.D. (1995). Emociones negativas: ira, hostilidad y tristeza. En Fernández-Abascal, Manual de motivación y emoción (pp. 411-443). Madrid: Centro de Estudios Ramón Areces.

Forero, R., McLellan, L., Rissel, C., & Bauman, A. (1999). Bullying behavior and psychological health among school students in New South Wales, Australia: cross sectional survey. *British Medical Journal*, 319, 344-348. *Journal of Humanistic Education and Development*.

Gardner, H. (1983). *Frames of mind: the theory of multiple intelligences*. New York: Basic Books.

Guttman, M., Mowder, B. & Yasik, A. (2006). The ACT Against Violence Training Program: A preliminary investigation of knowledge gained by early childhood Professionals. *Professional Psychology: Research and Practice*. Dec. Vol.

Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, P. (1991). *Metodología de la investigación*. México: McGraw-Hill.

Honig, A., & Wittmer, D. (1992). *Prosocial development in children: caring sharing, and cooperation*. New York: Garland.

House, A. (1999). *DSM-IV Diagnosis in the schools*. New York: Guilford Press.

Izard, C. (1991). *The psychology of emotions*. New York: Plenum Press.
Johnson, K., McKay,

Kassinove, H. & Sukhodolsky, D. (1995). *Anger disorders. Definition, diagnosis and treatment*. Philadelphia: Taylor & Francis.

Kassinove, H. & Tafrate R. (2002). Anger management. The complete treatment Guidebook for Practitioners. New York: Impact publishers, Inc.

Kendall, P. & Braswell, L. (1993). Cognitive-behavioral therapy for impulsive children. New York: Guilford Press.

Manejo del enojo en clientes con problemas de abuso de sustancias y trastornos de salud mental.

Mejía Navarrete, J. (2005). Medios de comunicación y violencia. Los jóvenes pandilleros de Lima. En Espacio Abierto: Cuaderno Venezolano de Sociología. Vol. 14, No. 3.

Montaña, C. (2002). Estudio descriptivo correlacional entre ira y personalidad a la luz de la teoría de Hans Eysenck. Revista Colombiana de Psicología. Colombia.

Nugent, W., Champlin, D. & Wiinimaki, L. (1997). The Effects of Anger Control Training on Adolescent Antisocial Behavior. Research on Social Work Practice, Vol. 7, No. 4, 446-462.

Organización Mundial de la Salud OMS (2002). Informe mundial sobre la violencia y la salud. Ginebra, p. 2-4: OMS Organización Panamericana de Salud OPS (2006). Políticas públicas, legislación y prevención de la violencia en jóvenes. El Caso del Perú. Washington, D.C.

Organización Mundial de la Salud OMS (2002). Estudio de la OMS sobre violencia contra los niños y Guía para prevenirla. En <http://argijokin.blogcindario.com/2006/12/05678-estudio-de-la-oms-sobreviolencia- contra-los-ninos-y-guia-para-prevenirla.html>

Pérez Nieto, M., Camuñas, N., Cano-Vindel, A., Miguel-Tobal, J. & Iruarrizaga, I. (2000). Anger and anger coping: A study of attributional styles *Studia Psychologica*, 42, 289-302.

Pérez Nieto, M., Redondo, M. & León, L. (1997). Aproximaciones a la emoción de ira: de la conceptualización a la intervención psicológica. *Revista electrónica de motivación y emoción*. Volumen: XI, Número: 28.

Quispe, V. (2010). Violencia familiar y agresividad en niños del 2° grado de educación primaria en la I. E. Abraham Valdelomar Ugel 06 del distrito de Sana Anita durante el 2010. Universidad Nacional de Educación. Lima, Perú.

Rodriguez, L. (2008). Manejo de la ira en un grupo de niños de segundo grado de un colegio de Lima. Pontificia Universidad Católica del Perú. Perú.

Rosales, J. (2014). Nivel de ira en niños que presentan maltrato infantil. Universidad Rafael Landívar. Guatemala.

Soto, L. (2005). El Control de las Emociones: Un método de prevención de la violencia en el trabajo. Departamento de maestría en administración. Ciudad Juárez: Universidad Autónoma de Ciudad Juárez. En http://www.uacj.mx/ICSA/Programas/Ciencias_admitivas/CA/LuisSoto.pdf

Spielberger, C. (1996). Reacciones Emocionales del Estrés: Ansiedad y Cólera. En *Avances en Psicología Clínica Latinoamericana* Vol. 14.

Villalobos, H. (2006). Pandilleros fueron responsables de una docena de muertes. *El Comercio*, p. A2.

ANEXOS

Anexo 1. Matriz de consistencia

DEFINICIÓN DEL PROBLEMA	OBJETIVO	DEFINICIÓN DE LA VARIABLE	DEFINICIÓN OPERACIONAL	METODOLOGÍA
<p>Problema General ¿Cuál es el nivel de ira que presentan los estudiantes del quinto y sexto grado del nivel Primaria de una Institución Educativa Pública de la provincia de Chincha, 2017?</p> <p>Problemas Específicos ¿Cuál es el nivel de enojo descontrolado que presentan los estudiantes del quinto</p>	<p>Objetivo General Determinar el nivel de ira que presentan los estudiantes del quinto y sexto grado del nivel Primaria de una Institución Educativa Pública de la provincia de Chincha, 2017.</p> <p>Objetivos Específicos Establecer el nivel de enojo descontrolado que presentan los estudiantes del quinto y sexto grado del nivel</p>	<p>Variable: Ira Beck (1999) define la ira como la percepción de una amenaza o pérdida injusta por culpa de otras personas lo que nos lleva a sentir ansias de venganza o agresión y atribuir malicia en aquellas personas que ocasionaron la situación.</p>	<p>Variable: Nivel de ira</p> <p>Dimensión I: Enojo descontrolado. -Control de emociones.</p> <p>Dimensión II: Hostilidad. - Actitudes hostiles.</p> <p>Dimensión III: Agresión. -Conductas agresivas.</p>	<p>Tipo de Investigación: La investigación es de tipo aplicada de nivel descriptivo.</p> <p>Diseño: La investigación es de diseño no experimental.</p> <p>Población: La población está conformada por 90 estudiantes de la Institución Educativa Pública N° 22243 de Chincha.</p> <p>Muestra: La muestra está conformada por</p>

<p>y sexto grado del nivel Primaria de una Institución Educativa Pública de la provincia de Chincha, 2017?</p> <p>¿Cuál es el nivel de hostilidad que presentan los estudiantes del quinto y sexto grado del nivel Primaria de una Institución Educativa Pública de la provincia de Chincha, 2017?</p> <p>¿Cuál es el nivel de agresión que presentan los estudiantes del quinto y sexto grado del nivel</p>	<p>Primaria de una Institución Educativa Pública de la provincia de Chincha, 2017.</p> <p>Establecer el nivel de hostilidad que presentan los estudiantes del quinto y sexto grado del nivel Primaria de una Institución Educativa Pública de la provincia de Chincha, 2017.</p> <p>Establecer el nivel de agresión que presentan los estudiantes del quinto y sexto grado del nivel Primaria de una Institución Educativa</p>			<p>51 alumnos del quinto y sexto grado del nivel primaria de la Institución Educativa Pública N°22243 de Chincha.</p> <p>Técnica: Directa e indirecta</p> <p>Instrumento: Inventario STAXI – NA</p> <p>El instrumento consta de 21 ítems, los cuales puntúan en una escala tipo Likert de 4 puntos, donde 1 es casi nunca y 4 es casi siempre. El rango de puntaje oscila entre 21 y 84 puntos.</p> <p>Autor: Charles Spielberger</p> <p>Adaptación: Al tratarse de una prueba norteamericana, fue necesario traducir los ítems y opciones de respuestas para establecer la equivalencia</p>
--	--	--	--	--

<p>Primaria de una Institución Educativa Pública de la provincia de Chincha, 2017?</p>	<p>Pública de la provincia de Chincha, 2017.</p>			<p>lingüística (Marín, 1986). Esta prueba ha sido traducida y validada lingüísticamente a través del método de doble traducción (inglés-español; español-inglés). Antes de llevar a cabo la administración general, el instrumento fue probado con una muestra piloto a fin de realizar los ajustes necesarios.</p> <p>Aplicación: Individual.</p> <p>Duración: 15 minutos aproximadamente.</p> <p>Objetivo del instrumento: Establecer el nivel de ira.</p>
--	--	--	--	---

Anexo 2. Instrumento de recolección de datos



Universidad
Inca Garcilaso de la Vega
Nuevos Tiempos. Nuevas Ideas

INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS

Apellidos y Nombres:.....

Edad:.....Sexo: M.....F.....

Grado:.....Sección:.....

Tiempo de permanencia en el colegio:

Nuevo Antiguo: 1 año 2 años 3 años 4 años

A continuación se presentan una serie de afirmaciones que la gente usa para describir sus reacciones cuando se siente enfadado. Lea cada afirmación y rodee con un círculo el número que mejor indique CÓMO REACCIONA O SE COMPORTA CUANDO ESTA ENFADADO(A) O FURIOSO(A), utilizando la siguiente escala:

- 1. CASI NUNCA**
- 2. ALGUNAS VECES**
- 3. A MENUDO**
- 4. CASI SIEMPRE**

1	Me enojo fácilmente ante alguna broma sobre mi físico.	1	2	3	4
2	Pierdo la paciencia cuando las cosas no se hacen como yo quiero.	1	2	3	4
3	Me irrito fácilmente cuando agarran mis cosas sin permiso.	1	2	3	4
4	Cambio de humor de un momento para otro.	1	2	3	4
5	Me molesto fácilmente cuando desapruebo un examen.	1	2	3	4
6	Pierdo el control fácilmente.	1	2	3	4
7	Termino llorando cuando las cosas no me salen como quiero.	1	2	3	4
8	Insulto a mis compañeros cuando me hacen alguna broma.	1	2	3	4
9	Grito a mis compañeros cuando me enojo.	1	2	3	4
10	Respondo de mala manera a mi profesor(a).	1	2	3	4
11	Hago comentarios irónicos de los demás.	1	2	3	4
12	Discuto con mis compañeros por cualquier cosa.	1	2	3	4
13	Cuestiono el comportamiento de mis compañeros.	1	2	3	4
14	Me burlo de los defectos físicos de mis compañeros.	1	2	3	4

15	Cuando me enojo hago cosas como patear la puerta o romper algún objeto.	1	2	3	4
16	Destruyo la hoja de mi cuaderno cuando me equivoco en copiar la clase o al resolver una tarea.	1	2	3	4
17	Cuando juego con mis compañeros y pierdo, suelo pegarles.	1	2	3	4
18	Cuando algún compañero me insulta suelo pegarle.	1	2	3	4
19	Golpeo a mi compañero cuando esconden mis cosas.	1	2	3	4
20	Digo lisuras cuando me molesto.	1	2	3	4
21	Tiendo a hacerme daño físico cuando tengo ira.	1	2	3	4

Anexo 3. Autorización



Universidad
Inca Garcilaso de la Vega
Nuevos Tiempos. Nuevas Ideas
Facultad de Psicología y Trabajo Social

Lima, 18 de Abril del 2017

Carta N° 1171-2017-DFPTS

Licenciada
JANE LUISA MELGAR ANCHANTE
COORDINADORA GENERAL
I.E.N° 22243 - CHAVALINA
CHINCHA ALTA

Luego de recibir mis saludos y muestras de respeto, presento a la señora **ELITA DEL PILAR LÉVANO DE PEÑA**, estudiante de la Carrera Profesional de Psicología de nuestra Facultad, identificada con código 21-815710-0, quien desea realizar una muestra representativa de investigación en la Institución que usted dirige; para poder así optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología, bajo la Modalidad de Suficiencia Profesional.

Agradezco la atención a la presente carta y renuevo mis cordiales saludos.

Atentamente,





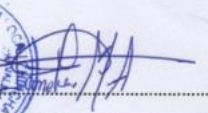

Dr. RAMIRO GÓMEZ SALAS
Decano (e)
Facultad de Psicología y Trabajo Social

RGS/erb
Id. 629240

Av. Petit Thouars 248, Lima
Teléfonos: 433 1615 / 433 2795 Anexo: 3304
E-mail: psic-soc@uigv.edu.pe

FACULTAD DE
PSICOLOGÍA Y TRABAJO SOCIAL

Anexo 4. Respuesta de Autorización

 <p>MINISTERIO DE EDUCACIÓN DIRECCIÓN REGIONAL DE EDUCACIÓN DE ICA UNIDAD DE GESTIÓN EDUCATIVA LOCAL CHINCHA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA N° 22243 - CHAVALINA/CHINCHA</p>	 <p>MINISTERIO DE EDUCACIÓN REPUBLICA DEL PERÚ</p>
INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA	
N° 22243 – CHAVALINA	
"AÑO DEL BUEN SERVICIO AL CIUDADANO"	
Chincha, 20 de Abril del 2017.	
<u>OFICIO N° 84 - 2017-DREI-UGEL-CH-I.E. N° 22243 CH /D</u>	
DOCTOR	: RAMIRO GÓMEZ SALAS DECANO DE LA FACULTAD DE PSICOLOGIA Y TRABAJO SOCIAL DE LA UNIVERSIDAD "INCA GARCILASO DE LA VEGA"
ASUNTO	: AUTORIZACIÓN PARA APLICACIÓN DE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN EN LA I.E N° 22243 DE CHAVALINA- CHINCHA ALTA.
REF.	: CARTA N° 1171-2017-DFPTS
<p>Es grato dirigirme a Ud. para expresarle mi cordial saludo y a la vez hacer de su conocimiento que mediante la presente se le otorga la AUTORIZACIÓN PARA APLICACIÓN DE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN EN LA I.E N° 22243 DE CHAVALINA DE CHINCHA a la señora ELITA DEL PILAR LÉVANO DE PEÑA estudiante de la Carrera de Psicología de la Universidad "INCA GARCILASO DE LA VEGA" en respuesta a la CARTA N° 1171-2017-DFPT.</p> <p>Es propicia la oportunidad para testimoniarle las muestras de mi especial consideración y estima.</p>	
Atentamente	
	
	
LORENA MELGAR ANCHANTE COORDINADORA GENERAL I.E N° 22243- CHAVALINA CHINCHA ALTA	

FOTOS DE LA I.E N° 22243

CHINCHA ALTA





