

## IMPULSO Y CONTROL

### *DRIVE AND CONTROL*

Isai Avila Villar<sup>3</sup>  
Carol Luna Castillo<sup>4</sup>  
Sandra Olano Bracamonte<sup>5</sup>

RECIBIDO: 08/05/2021

ACEPTADO: 16/07/2021

### RESUMEN

Durante los últimos años la presencia de conductas agresivas ha venido en aumento, convirtiéndose en motivo de estudios de muchos investigadores; sin embargo, la elaboración de programas preventivos no se ha visto en aumento, lo que nos llevó a realizar una investigación que tuvo como objetivo determinar en qué medida el programa de inteligencia emocional reduce el nivel de agresividad; como también de sus dimensiones verbal, física, hostilidad e ira. Por otro lado, contamos con una población general de 500 alumnos y una muestra de 41 participantes; asimismo se tomó en consideración el diseño cuasi experimental que tiene a fin estudiar dos grupos (control y experimental), de los cuales se obtuvieron resultados antes y después de la aplicación; antes de la aplicación no hubo resultado significativo, sin embargo después de la aplicación se evidenció significancia, logrando reducir considerablemente ( $p < .01$ ) la agresividad, tal como podemos ver en los resultados cuantitativos (antes 85.3 y después 69.7).

**Palabras clave:** Agresividad, agresión física, agresión verbal, ira, hostilidad, programa de inteligencia emocional.

### ABSTRACT

In recent years the presence of aggressive behaviors has been increasing, becoming the subject of studies by many researchers; However, the development of preventive programs has not increased, which led us to carry out an investigation that aimed to determine to what extent the emotional intelligence program reduces the level of aggressiveness; as well as its verbal, physical, hostility, and anger dimensions. A population of 500 students and a sample of 41 participants were used; The quasi-experimental design was used in which two groups (control and experimental) were taken into consideration. Measures of aggressive behaviors were performed before and after the application of the programs; Before the application there was a non-significant result, however after the application, significance was evidenced, achieving a considerable reduction ( $p < .01$ ) of aggressiveness, as we can see in the quantitative results (85.3) (before) and after 69.7.

**Keywords:** Aggressiveness, physical aggression, verbal aggression, anger, hostility, emotional intelligence program.

### INTRODUCCIÓN

---

<sup>3</sup> Licenciado en Psicología, Universidad privada César Vallejo, Magister, Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI, Perú, Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI, Perú, [isai\\_psico@outlook.com](mailto:isai_psico@outlook.com)

<sup>4</sup> Licenciada en Psicología, Universidad privada César Vallejo, Magister, Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI, Perú, Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI, Perú, Trujillo [carol.flc@gmail.com](mailto:carol.flc@gmail.com)

<sup>5</sup> Doctora en Psicología y Educación; Trujillo- Perú; [sandraolanob@gmail.com](mailto:sandraolanob@gmail.com)

La etapa adolescente es para muchos una de las fases en la que el ser humano pone a prueba sus emociones, sin embargo, puede ocasionar muchos conflictos, ya que esta fase se encuentra en proceso de madurez, y al reaccionar en un momento de tensión extrema le puede jugar una mala pasada, como por ejemplo agresividad verbal, física, ira y hostilidad; convirtiéndose en un problema latente para el adolescente frente a su entorno, es así que, el inadecuado manejo de emociones (inteligencia emocional) eleva los niveles de agresividad en los adolescentes.

En este contexto, podemos aseverar que la agresividad se define como un estado emocional de adaptabilidad o adaptación, unidas por modelos de activación psicofisiológica y conductas exteriorizadas dependiendo la cultura. Del mismo modo, podemos referir que la población vulnerable emocional es el adolescente, que en su búsqueda de identidad aparecen eventos que descontrolan llevándolos a reaccionar de manera agresiva visualizándose un comportamiento inhibitorio con respuestas impulsivas y agresivas. Es así que, la violencia comprende, tanto la violencia interna como las conductas denominadas suicidas y los conflictos de contacto envolviendo una gran cantidad de actos que van más allá del solo acto físico, incluyendo las amenazas e intimidaciones. Un adolescente puede ser ciertamente violento,

al igual que un huracán; pero solo los animales, los primates y los seres humanos pueden ser agresivos. Por consiguiente, la agresividad, es un modo asociado a todo humano que nos conlleva, necesariamente, a invadir de manera destructiva o violencia, siendo esta, para algunos escritores, imprescindible para que sobreviva dentro del entorno humano- social. Así, en situaciones de relaciones de convivencia, es considerada a la agresividad como un mecanismo de defensa (Roncero, 2017)

Para Goleman (1995) tener a padres emocionalmente inteligentes es un gran aporte al desarrollo emocional del niño y apoyo para su adaptación social en su etapa adolescente, influyendo notablemente en sus decisiones. La educación de las emociones es llamada alfabetización emocional o escolarización emocional, para él los alumnos deben desarrollar su inteligencia emocional.

Por otro lado, instituciones internacionales como (UNESCO, 2019) refiere que en estudios realizados a jóvenes en Latinoamérica un 32% manifestaron episodios de agresividad e intimidación. En Perú, el Ministerio de Educación en su portal de información sobre casos de violencia reporta 14.243 casos, así mismo en el portal SISEVE (sistema especializado en casos de violencia escolar) reportó un total de 29.527 casos de violencia escolar. Bajo este interés se ha podido encontrar

algunas investigaciones en el ámbito educativo sobre programas de inteligencia emocional en estudiantes.

Según Delfin (2019) en su tesis de maestría “taller de inteligencia emocional para mejorar las relaciones interpersonales en estudiantes del quinto grado de educación primaria de la I.E N.º 80050 José Félix Black – Paiján”, utilizó el diseño pre-experimental de corte transversal y en cuanto al tipo, éste fue correlacional, el cual consistió en administrar un estímulo o tratamiento (taller) a un grupo y después aplicar una medición en otras variables para observar cuál es el nivel del grupo, el cual concluyó que los hombres y las mujeres de la I.E N.º 80050 José Félix Black – Paiján, tienen altos niveles de agresividad. Finalmente, existe una correlación inversamente débil ( $r=-.145$ ), y estadísticamente significativa ( $p=.012$ ), lo cual nos brinda como resultado que el taller de inteligencia emocional mejora las relaciones interpersonales en sus tres dimensiones: valores, comunicación y empatía; confirmándose la hipótesis planteada.

Asimismo, Tello (2020) refiere en su tesis “Efectos del programa “VITO” en la inteligencia emocional en estudiantes de efecto considerable sobre las expectativas en la población que fue objeto de estudio.

cuarto año de secundaria de una institución educativa”, el elaboró un programa que tiene 12 sesiones con una duración de 45 minutos cada sesión. Utilizó un diseño cuasi experimental, en el que aplicó el Inventario de Inteligencia Emocional de Bar-On ICE NA. La muestra que manejó fue de 50 participantes entre varones y mujeres, 31 participantes fueron del grupo control y 19 como grupo experimental. En cuanto a la recolección de datos del pre y post test, se utilizó el test anteriormente mencionado, adaptado en el Perú en el año 2000 el cual consta de cuatro componentes: Componente Intrapersonal, componente interpersonal, componente de adaptabilidad, componente de manejo del estrés; y la escala de Estado de Ánimo general. Finalizando la investigación se evidenció en el análisis estadístico una relación entre el grupo experimental y control se evidenció diferencias moderadas ( $r=.38$ ), mientras que en la comparación con el post-test se logra observar diferencias de efecto grande ( $r=.62$ ), destacando que en el grupo experimental obtuvo un promedio de 18.37 a 28.50; lo que nos brinda como resultado que el programa de Inteligencia Emocional tuvo

Para clarificar la presente investigación, especificaremos las variables que marcan relevancia en el tema; tal como, la adolescencia que es una etapa de

desarrollo que abarca desde los 11 a 20 años de edad, la cual va despertando una madurez biológica y sexual; de tal manera, que alcanza una madurez emocional y social. Desde este punto el adolescente, suele afianzarse en la sociedad, descubriendo en ella una especie de protección y seguridad; ya que esta le propone la tecnología y un mundo virtual que a la larga le genera un estilo de vida denominado hábito y al ser alejado por el entorno parental, este reacciona con ataques de ira y violencia en sus diferentes dimensiones, entrando en un círculo de agresividad constante. Concluyendo así que el adolescente está expuesto a muchos estímulos que le pueden desencadenar acciones de conductas agresivas (Calvillo y Jasso, 2018).

Según la Organización Mundial de la Salud (2020), la adolescencia es como una etapa de vida donde se va adquiriendo madurez, independencia socioeconómica la cual transita por patrones psicológicos desde la niñez hasta la adultez, tomando una fijación límite entre 10 y 20 años. Del mismo modo, (Hurlock, 2013) la palabra adolescencia proviene del latín “adoleceré”, que significa “crecer”; refiriendo que la adolescencia es un proceso que implica cambios, repitiendo algún comportamiento que pudo traer consecuencias positivas o negativas; así como el cambio de actitudes. Así mismo, es la capacidad de pensar y

razonar, denominado pensamiento lógico y racional (Serrano, 2018).

De la misma manera, las teorías plantean el tema de agresividad describiéndola como una conducta que daña y produce destrucción en la persona (Pérez, 2019; refiere a Bandura y Ribes, 1975, p.309), pudiendo denotar el daño de manera psicológica (devaluación y degradación) como un daño físico o llamado material. Buss (1961, citado en Serrano, 2018), nos refiere que la agresividad no es más que una respuesta abrupta que facilita una conducta perjudicial hacia otra persona. Así mismo, los autores Buss y Perry (2012) describen dos respuestas agresivas: descarga de estímulos perjudiciales y entorno interpersonal, por lo tanto, se podría tomar como una conducta destructiva (Bandura, 2012). Buss y Perry (1992) la agresividad se divide en cuatro dimensiones, las cuales son: agresión física, que se define como conducta observable y se puede manifestar a través de empujones y golpes, implicando contacto físico con el fin de generar daño o lesión al otro. Agresión verbal, esta conducta implica amenazas, insultos, humillaciones y que pueden ser de manera directa o indirecta. Ira, definida como sentimiento de enojo o desagrado, la cual está acompañado por furia, cólera o irritación y, por último, la hostilidad, que es mostrar disgusto o desagrado por los demás,

implicando una evaluación negativa hacia los demás.

La agresividad desde el punto de vista biológico, aprendizaje social y factores del entorno, explican las variables que pueden convertirse en desencadenante de la conducta agresiva (García, 2017). Las personas obtienen respuestas agresivas y de la misma manera que logran otras formas complejas de comportamiento social, ya sea por experiencia directa o a través de la observación e imitación de la conducta de modelos agresivos. También se afirma a la agresividad como el resultado del instinto de vida o muerte, donde la agresividad es el producto que evita la conducta autodestructiva, tal como lo plantea Freud (López, 2017).

Por otro lado, Baron (1997) hace referencia a la Inteligencia emocional, como la agrupación de habilidades tanto personales, sociales, emocionales y de destreza que llegan a influir en nuestra capacidad para enfrentar y adaptarse a situaciones difíciles que se puedan presentar en el medio, (Goleman, 1995). Del mismo modo, es definida como la capacidad para que todo nos “vaya bien en la vida” y la clave para el éxito propio, la cual es producto de un balance entre la emoción y razón, tomando en cuenta el sentimiento y pensamiento, también es denotada como una habilidad que aúne nuestras emociones, sentimientos y la de los

demás, para frenar nuestra conducta y pensamiento. Otros aportes sobre inteligencia emocional lo definen como la capacidad de vivir y manejar las emociones se aprende desde la infancia. Tomando como referente a la familia por ser la escuela en la que el niño/adolescente aprende, para bien o para mal a moldear y desarrollar su inteligencia emocional (Luna, 2016).

Teniendo en cuenta los aportes teóricos, no debemos olvidar la definición de Programa de inteligencia emocional, que nos aclara el panorama sobre la importancia de elaborar uno; es que (Ochoa, 2018) la define como el conjunto de sesiones de aprendizaje las cuales están dirigidas al alumno para que pueda reconocer sus emociones positivas, negativas, las habilidades emocionales, la empatía y comunicación, teniendo en cuenta que influyen en la capacidad para tener éxito, hacer frente a las presiones del entorno, descrito en el puntaje obtenido mediante la aplicación de fichas de autoevaluación.

Para finalizar, debemos mencionar que la agresividad es una respuesta de defensa ante los eventos estresores, que si bien es cierto manejado y controlado no debería causar dificultad en las relaciones interpersonales, como en el caso de los adolescentes cuando se encuentran en su entorno social; sin embargo los resultados en la actualidad dan mucho que desear,

porque las decisiones que se toman frente a un momento de estrés intenso, son de reaccionar con agresividad y violencia, imponiendo sus ideas por la fuerza; es por ello que es importante y fundamental la intervención de la inteligencia emocional, el cual se vale de las habilidades y capacidades para tomar decisiones saludables y no violentas.

Ante la información vertida, se espera que los alumnos sean capaces de recurrir a la inteligencia emocional para reducir sus conductas agresivas que causan dificultades al relacionarse con su entorno, es decir, que el alumno tenga a la mano una herramienta con la que pueda controlar sus reacciones y así tomar las mejores decisiones. El programa brinda un soporte formativo, práctico y orientador al facilitador, docente, tutor o persona que tiene a cargo un grupo de adolescentes que manifiestan conductas agresivas, y por último el propósito de la investigación es determinar que el programa de inteligencia emocional es efectivo para reducir el nivel de agresividad en los alumnos; de igual manera en sus tratamiento (programa) se preparó creando un título llamativo, identificando las edades de los alumnos y los objetivos, posteriormente se esquematiza en un organizador visual cuantas sesiones tendríamos (15 sesiones); del mismo modo, se tomó en cuenta el tiempo, materiales y elaboración de sesiones (iniciación ,

diferentes dimensiones, las cuales son: verbal, física, hostilidad e ira; siendo un programa sostenible, de adaptación y ayuda para prevenir casos de agresividad en el entorno educativo, clínico y social.

## **METODOLOGÍA**

Teniendo en cuenta el propósito de estudio, el tipo de investigación a utilizar es la experimental; que se utiliza en el trabajo con grupos de personas, determinando condiciones o estímulos (variable independiente), observando las reacciones que pueden producir (variable dependiente). El propósito que se aplique un enfoque cuantitativo es demostrar los cambios de la variable dependiente si fue causada por la independiente, estableciendo la relación causa – efecto, generar resultados y predecir; con un proceso probatorio, deductivo analizando la realidad objetiva (Arias, 2012, p. 34). El diseño aplicado es cuasi experimental, definido como un proceso que consiste en someter a un objeto o grupo de individuos a determinados, estímulo o tratamiento; tal desarrollo- transferencia y feedback o retroalimentación además de prácticas y autoevaluación) tratando que sean lo más dinámicas y prácticas para que la persona que lo utilice le sea fácil aplicarla, de esta manera se podrá (variable independiente) observar los efectos que producen (variable dependiente), el programa se aplicó dos

veces a la semana durante dos meses. Regularmente, se comparan dos grupos, uno en el que tiene lugar la intervención (programa) y otro de control que permanece intacto. Esta intervención puede ser sobre una base individual, comunitaria, o toda una población determinada (Eizaguirre, y Taype, 2019). La población con la que se contó para ejecutar la investigación estuvo conformada por 500 estudiantes en una institución educativa de ambos sexos; la muestra obtenida, se dio a través del muestreo no probabilístico por conveniencia, contando con 18 mujeres y 23 hombres obteniendo un total en la muestra de 41 alumnos del 3ero año de secundaria.

En cuanto a la técnica utilizada en el estudio tenemos la evaluación psicológica, que (Eizaguirre, y Taype, 2019). define como aquella disciplina de la psicología científica, la cual se ocupa de explorar y analizar el comportamiento de una persona con distintos objetos aplicados; por tal motivo, se utilizó como instrumentos el Cuestionario de Agresividad de Buss y Perry, traducido al español por: Andreu, Peña y Graña en el 2002, con la finalidad de obtener una medida confiable de la agresión en poblaciones hispanoamericanas, que cuenta con 29 ítems, organizada con 4 factores descritos de la siguiente manera: Agresión verbal, está compuesta por los siguientes ítems: 2, 6, 10, 14 y 18; Agresión física, compuesta por los ítems: 1, 5, 9, 13,

17, 21, 24, 27 y 29; la dimensión Hostilidad formada por los ítems: 4, 8, 12, 16, 20, 23, 26 y 28; y finalmente, la dimensión Ira que está formada por los ítems: 3, 7, 11, 15, 19, 22 y 25. Es breve y de aplicación sencilla, siendo sus resultados eficaces en la detección de individuos agresivos, con opciones de respuesta en una escala Likert de 5: completamente verdadero para mí, bastante verdadero para mí, ni verdadero ni falso para mí, bastante falso para mí, completamente falso para mí; con puntuaciones de 5, 4, 3, 2 y 1 respectivamente, teniendo en cuenta los dos ítems inversos (15 y 24). (Andreu, Peña & Graña, 2002). La administración del test se puede realizar de forma colectiva e individual, las edades establecidas son de 11 - 25 años, no se ha establecido ningún límite de tiempo para la administración del cuestionario, sin embargo, el tiempo aproximado de aplicación es de 15 a 20 minutos.

Por otro lado, en el análisis y procesamiento de datos, se utilizó el programa estadístico Excel e IBM SPSS 22.0 y para el análisis e interpretación de los datos se utilizará medidas de tendencia central, medidas de dispersión, varianza, desviación estándar, tablas de distribución de frecuencias (tabla de doble entrada para resultados de pre y post test), representación de gráficos y t de student.

## RESULTADOS

Tabla 1

*Resultados de la agresividad antes y después de la aplicación del programa.*

	Grupo de estudio		Prueba
	Experimental	Control	
Antes de aplicación			
Promedio	85,3	85,4	t= -0,04
Desv. Estándar	13,0	11,1	p= 0,971
N	23	23	
Después de aplicación			
Promedio	69,7	84,2	t= -4.23
Desv. Estándar	10,7	12,4	p= 0,000**
N	23	23	

Nota. t: Valor de la distribución U de Mann-Whitney asociado al nivel de confianza; n: Número de integrantes del grupo de estudio

\*\*p<.01

En la tabla 1, se aprecia que antes de la aplicación del Programa, no se encontró diferencia significativa ( $p>.05$ ) en los promedios de los integrantes de los grupos experimental (85.3) y control (85.4); después de la aplicación del

programa al grupo experimental, se encuentra diferencia altamente significativa ( $p<.01$ ), los cuales alcanzaron una puntuación media de 69.7, frente a una puntuación media de 84.2 en el grupo control.

Tabla 2

*Resultados de la dimensión agresión física antes y después de la aplicación del Programa*

	Grupo de estudio		Prueba
	Experimental	Control	
Antes de aplicación			
Promedio	26,4	25,7	t= -0,50
Desv. Estándar	5,2	5,4	p= 0,617
N	23	23	
Después de aplicación			
Promedio	20,0	24,4	t= -2,86
Desv. estándar	3,1	6,7	p= 0,006**
N	23	23	

\*\*p<.01

En la tabla 2, observamos que en la dimensión agresión física, no se encontró

diferencia significativa ( $p>.05$ ) en los promedios de los integrantes de los grupos



experimental (26.4) y control (27.7); después de la aplicación del programa al grupo experimental, se encontró diferencia altamente significativa ( $p < .01$ ) a favor del

grupo experimental, quienes alcanzaron una puntuación media de 20.0, frente a una puntuación media de 24.2 en el grupo control.

**Tabla 3**

**Resultados de la dimensión agresión verbal antes y después de la aplicación del Programa**

	Grupo de estudio		Prueba
	Experimental	Control	
Antes de aplicación			
Promedio	14,1	13,7	Z= -0,37
Desv. Estándar	2,9	1,6	p= 0,711
N	23	23	
Después de aplicación			
Promedio	11,3	13,7	Z= -2,90
Desv. Estándar	2,8	2,3	p= 0,004**
N	23	23	

*Nota:*

Z: Valor de la distribución normal asociado al nivel de confianza; n: Número de integrantes del grupo de estudio

\*\* $p < .01$

Los resultados que se visualizan en la tabla 3, corresponden a la dimensión Agresión verbal, no se encontró diferencia significativa ( $p > .05$ ) los grupos experimental (14.1) y control (13.7), quedando corroborada la homogeneidad; sin embargo, después de su aplicación al

grupo experimental, la prueba U de Mann Whitney encontró evidencia de diferencia altamente significativa ( $p < .01$ ) entre los promedio alcanzados por los integrantes de los grupos experimental y control, quienes alcanzaron una puntuación media de 11.3 y 13.7 respectivamente.

**Tabla 4**

**Resultados de la dimensión ira de antes y después de la aplicación del Programa**

	Grupo de estudio		Prueba
	Experimental	Control	
Antes de aplicación			
Promedio	20,1	21,1	Z= -1,43
Desv. Estándar	4,2	2,7	p= 0,153
N	23	23	
Después de aplicación			
Promedio	17,2	20,7	t= -3,34
Desv. Estándar	4,2	3,0	p= 0,002**
N	23	23	

\*\* $p < .01$

Los resultados que se exponen en la tabla 4, permiten visualizar la dimensión Ira, observando que antes de la aplicación del programa no se encontró diferencia significativa ( $p > .05$ ) en los grupos experimental (20.1) y control (21.1); En tanto que, después de la aplicación del

programa al grupo experimental, se evidenció diferencia altamente significativa ( $p < .01$ ), puesto que los integrantes del grupo experimental, registraron una puntuación media de 17.2, frente a una puntuación media de 20.7 en el grupo control.

Tabla 5

*Resultados de la dimensión Hostilidad de la Agresividad antes y después de la aplicación del Programa*

	Grupo de estudio		Prueba
	Experimental	Control	
Antes de aplicación			
Promedio	24,6	24,9	Z= -0,03
Desv. Estándar	4,5	4,4	p= 0,974
N	23	23	
Después de aplicación			
Promedio	21,3	25,4	Z= -2,15
Desv. Estándar	5,3	5,0	p= 0,032*
N	23	23	

\* $p < .05$

En la tabla 5, se observa la dimensión Hostilidad, observando que antes de la aplicación del Programa la prueba no encontró diferencia significativa ( $p > .05$ ) en los promedios de los integrantes de los grupos experimental (24.6) y control (24.9); después de la aplicación del

programa al grupo experimental se encontró diferencia significativa ( $p < .05$ ) ambos grupos, puesto que los integrantes del grupo experimental, alcanzaron una puntuación media de 21.3, frente a una puntuación media de 25.4 en el grupo control.

## DISCUSIÓN

Esta investigación tuvo como objetivo aplicar un programa de inteligencia emocional para reducir la agresividad en alumnos de secundaria, lo cual se ha validado a través de los enfoques teóricos y resultados siguientes.

Como se puede observar en la tabla 2 entre el pre y postest en los integrantes del grupo experimental y del grupo control, en la prueba estadística se identifica que antes de la aplicación del programa, no se encontró evidencia de diferencia significativa ( $p > .05$ ) en los promedios del grupo experimental y control indicando una

homogeneidad de grupos antes de la aplicación; sin embargo, después de la aplicación del programa al grupo experimental, la prueba t de student nos arrojó una diferencia altamente significativo ( $p < .01$ ) alcanzando una puntuación media de 69.7 frente a una puntuación de 84.2 en el grupo control. Este resultado permite aceptar la hipótesis de investigación que refiere que al aplicar el Programa reduce significativamente la agresividad en los alumnos. Estos resultados coinciden con lo expresado por Bar-On (1997) quien refiere que la inteligencia emocional influye en la habilidad para adaptarse y enfrentarse a demandas y presiones del medio, dicho en otras palabras, la inteligencia emocional contribuye en la manera como las personas deben adaptarse al mundo social, evitando así reaccionar de forma desadaptativas frente a las presiones; este aporte se ve sustentado por la investigación de Reyes (2015) quien, en su propuesta tuvieron como objetivo disminuir el nivel de agresividad de estudiantes del nivel secundario a través de un programa educativo de inteligencia emocional, hallando como resultado, la disminución del nivel de agresividad en el grupo experimental de un 76% al 12% en el nivel alto, además resalta que el promedio de agresividad disminuyó de 39.5 a 15.4. Por consiguiente, la hipótesis se acepta, ya que

se logró la disminución de la agresividad en los alumnos, provocando una mejora en sus relaciones interpersonales

Por otro lado, las dimensiones de la agresividad, mostraron las siguientes tendencias: La tabla 3, muestra resultados de la dimensión “Agresión Física”, marcando un antes y después; antes de la aplicación del programa no se encontró diferencia significativa ( $p > .05$ ), aplicando la T de Student arrojó un promedio en el grupo experimental de (26.4) y el grupo control (27.7), siendo muy similares, en lo que respecta a esta dimensión. Después de la aplicación del programa al grupo experimental, la prueba t de Student encontró evidencia altamente significativa ( $p < .01$ ) al grupo control. En consecuencia, se acepta la hipótesis de investigación que refiere que la aplicación del Programa es efectiva para reducir la agresividad en la dimensión agresión física en los alumnos participantes en la investigación.

Del mismo modo, se observa que los resultados presentados en la tabla 4, la cual pertenece a la dimensión “Agresión verbal” donde se identificó diferencia altamente significativa. Al aplicar la prueba U de Mann-Whitney para grupos independientes, antes de la aplicación del programa no se encontró diferencia significativa ( $p > .05$ ). Sin embargo, después de su aplicación, utilizando la misma prueba se encontró evidencia altamente significativa ( $p < .01$ )

esto es en el grupo experimental; por lo tanto, se acepta la hipótesis de investigación que refiere que la aplicación del programa es efectiva para reducir la agresividad en la dimensión agresión verbal en los alumnos participantes en la investigación. Ambos resultados, tanto la tabla 3 y 4 se ven sustentados por la investigación de Siu (2009, citado por Cándido et al, 2014) quien realizó una investigación donde su fin fue examinar en qué medida la inteligencia emocional se relaciona con problemas conductuales, de agresividad verbal, física e ira, en sus conclusiones identificaron que el manejo inadecuado de las emociones puede conducir a niveles altos de problemas de conducta, tales como agresividad verbal, física y delincuencia; de esta forma, se puede inferir que al trabajar el manejo de las emociones a través de la inteligencia emocional, se obtendrá un efecto en la reducción de niveles de agresividad en sus diferentes formas. Es así, que, al encontrar resultados significativos de reducción de agresión verbal y física, queda aceptada la hipótesis de que el programa de inteligencia emocional reduce la agresividad en las dimensiones antes mencionadas.

En la tabla 5 permite visualizar la comparación en la dimensión Ira en el grupo experimental y control, a través de la prueba U de Mann Whitney, antes de la aplicación no se encontró diferencia significativa ( $p > 0.05$ ). En tanto que, después de la aplicación

al grupo experimental de la prueba de t de Student se encontró evidencia altamente significativa ( $p < 0.05$ ). En consecuencia, se acepta la hipótesis de investigación que refiere que la aplicación del Programa es efectiva para reducir la agresividad en la dimensión ira en los alumnos participantes en la investigación.

Finalmente, en la última dimensión Hostilidad los resultados presentados en la tabla 6, mediante la prueba de U de Mann-Whitney, antes de la aplicación del programa no se encontró diferencia significativa ( $p > 0.05$ ). Después de la aplicación del programa al grupo experimental, la prueba de U de Mann-Whitney encontró diferencia significativa ( $p < 0.05$ ). Es así que se acepta la hipótesis de investigación que refiere que la aplicación del programa es efectiva para reducir la agresividad en la dimensión hostilidad en los alumnos participantes en la investigación.

Los resultados antes mencionados de la tabla 5 y 6 concuerdan con la investigación de Estela (2011); en el cual nos permite visualizar el efecto positivo e incremento significativo después de la aplicación de un programa en la disminución de la agresividad en los alumnos del grupo experimental. A esta investigación se suma el aporte de Elgelhar citado por Chavanne (1997) quien refiere que la inteligencia emocional abarca la capacidad de leer

nuestros sentimientos, controlar nuestros impulsos, ser optimistas y mantenernos en equilibrio, así también lo menciona Goleman (2011, p.372) una persona debe persistir frente a las decepciones, controlar los impulsos, demorar la gratificación, mostrar empatía, mostrar respeto por los demás, tener confianza en sí mismo y automotivación y abrigar la esperanza.

En consecuencia, se puede corroborar la efectividad del programa de inteligencia emocional en la reducción de los niveles de agresividad y sus diferentes dimensiones; análisis que se ve una vez más sustentado por Goleman (1968) quien nos expresa que una de las maneras para poder disminuir las conductas agresivas y niveles de agresividad, es desarrollar la inteligencia emocional, la cual ayudará a promover y facilitar una adecuada creatividad y adaptación social, además incide que la persona puede adquirir esta habilidad emocional que le proporcionará un mejor dominio en la identificación de su ira, cólera y de su mismos niveles de agresividad, y así , conseguir una independencia socioemocional y por ende un adecuado equilibrio y ajuste emocional en diferentes situaciones de su medio social.

La aplicación del programa de inteligencia emocional reduce la agresividad, en los alumnos, ya que los alumnos logran identificar y manejar sus emociones en momentos de tensión extrema, como discusiones, intimidaciones y bromas de mal gusto.

Se redujo considerablemente la agresión física en los alumnos, denotado en el control de impulsos para evitar contacto físico de agresión o violencia, aplicando las técnicas enseñadas en las sesiones del programa (relajación y respiración, entre otras).

La dimensión agresión verbal tuvo una reducción significativa en el grupo, mostrando equilibrio en la manera de responder ante una excitación tensa; esto se debe a que los alumnos respondieron de manera alturada los mensajes ofensivos o de doble sentido que su entorno les brindó.

La dimensión ira redujo su accionar de manera significativa, denotando manejo y control; este accionar lo demostraron con la aplicación de las técnicas y recomendaciones que se le dieron dentro de las sesiones y la dimensión hostilidad denota una reducción significativa en el enfrentamiento, en este punto la aplicación de las prácticas de debates que se realizó dentro de las sesiones permitió que el alumno tome los temas con calma y evite provocaciones.

## **CONCLUSIONES**

## REFERENCIAS

- Adam Smith, E. (2003). Emociones y educación, *Revista de Investigación Educativa*, 2003, (21),7-43. Barcelona: Narcea.
- Alcázar-Córcoles, M. A., Verdejo-García, A., Bousosaiz, J.C. & Bezos-Saldaña, L. (2010). Neuropsicología de la agresión impulsiva. *Revista de Neurología*. 50, 291-299.
- Andreu, J.; Peña, M. y Graña, J. (2002). Adaptación psicométrica de la versión española del Cuestionario de Agresión. *Psicothema*, 14 (2), 476-482. <http://www.psicothema.com/pdf/751.pdf>
- Arias, F. (2012). *El proyecto de Investigación: Introducción a la investigación científica*. Ed. Episteme. 6ta edición.
- Bandura, A. (2012). *Modificación de la conducta: Análisis de la agresión y la Delincuencia*. Editorial México: Trillas.
- Bandura, A. (1973). *Aggression: a social learning analysis*. New York: Prentice Hall.
- Bar-On, R. (1988). *The development of a concept of psychological well-being*. *Disertación doctoral inédita*. Ed. Sudáfrica: Rhodes University.
- Pelegrín Muñoz, A. (2008) Evolución teórica de un modelo explicativo de la agresión en el deporte. *Revista de psicología y educación*. Universidad de Murcia. 7 (1), 3-21.
- Bisquerra Alzina, R. (2018). Inteligencia emocional para afrontar los retos. *Revista de Investigación*, 42, 95-109. <https://www.redalyc.org/jatsRepo/3761/376157736006/html/index.html>
- Buss, H. y Perry, M. (2012). *Cuestionario de agresión*. En *Journal of personality and social psychology*.
- Buss A H. (1961) *The psychology of aggression*. New York: Wiley.
- Bouquet Escobedo, G., García-Méndez, M., Díaz-Loving, M. & Rivera-Aragón, S. (2019) Conceptuación y Medición de la Agresividad: Validación de una Escala. *Revista Universidad Nacional Autónoma de México* (UNAM). <http://www.scielo.org.co/pdf/rcps/v28n1/0121-5469-rcps-28-01-115.pdf>
- Calvillo Ríos, C. A., & Jasso Velázquez, D. (2018). Las redes sociales, sus efectos psicológicos consecuencia en la salud mental. *Revista Alternativas Cubanas en Psicología*, 6(18).
- Cava Ruiz, M., Buelga Ortiz, S., & Carrascosa linay, L. (2015). Violencia física y psicológica ejercida en parejas adolescentes: Relación con el autoconcepto y la violencia entre iguales. *Revista Psicología Conductual*. 23(3), 429-446. <https://search.proquest.com/openview/e40a3a4f288a6552b32115dc64806e8e/1?pq-origsite=gscholar&cbl=966333>
- Valderrama Parimango, A. (2018). *Taller Pedagógico basado en componentes de la Inteligencia Emocional para disminuir niveles de agresividad en estudiantes de Educación Primaria, de la I.E. N° 80756 José María Arguedas, El Porvenir – 2013*. (Tesis de Doctorado), Universidad César Vallejo.
- Carrasco Ortiz, M., & González Calderón, J. (2006). Aspectos conceptuales de la agresión: definición y modelos explicativos. *Revista Redalyc: Acción Psicológica*, 4(2), 7–38. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=344030758001>
- Carrión, G., Delgado, A. y Saavedra, X. (2014). *Programa de juegos cooperativos y su influencia en la disminución de la agresividad en los niños y niñas del cuarto grado de la institución educativa n° 82105 “Escuela Concertada Solaris” Alto Trujillo de la provincia de Trujillo, 2013*. (Tesis de licenciatura) Universidad Nacional de Trujillo.
- Crick Nicki, R., & Dodge Adams, K. (1990). Social information processing bases of aggressive behavior in children. Nicki R. Crick and Kenneth A. Dodge. *Revist Child Development* .16(1), 8–22. <http://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/0146167290161002>
- Chipana Vilca, M. (2018) *Propuesta de didáctica tutorial para la disminución de la agresividad en niños y niñas de 2do grado de primaria de la UGEL Pisco - 2017*. (Tesis de Maestría), Universidad César Vallejo de Trujillo.
- Delfín Álvarez, G. M. (2019). *Taller de inteligencia emocional para mejorar las relaciones interpersonales en los estudiantes del quinto grado de educación primaria de la I.E N.º 80050” José Félix Black -Paiján*. (Tesis de Maestría) Universidad Nacional de Trujillo.

- Diamond, E.L. (1982). The role of anger and hostility in essential hypertension and coronary heartdisease. *Revista Psychological Bulletin*, 92, 410-433. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.92.2.410>
- Fernández-Abascal, E.G. (1998): *Psicología General. Motivación y Emoción*. Madrid: Centro de Estudios Ramón Areces.
- Eizaguirre, J. & Taype, M. (2019). *Niveles de agresividad en los estudiantes de secundaria de la I.E. politecnico Perú birf "Santo Domingo de Guzmán" de Sicaya*. (Tesis de grado) Universidad Nacional de Huancavelica. <https://repositorio.unh.edu.pe/bitstream/handle/unh/2990/tesis-seg-esp-fed-2019-eizaguirre%20castro%20y%20taype%20velito.pdf?sequence=1&isallowed=y>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (febrero del 2002). *La adolescencia una etapa fundamental*. [https://www.unicef.org/pub\\_adolescence\\_sp.pdf](https://www.unicef.org/pub_adolescence_sp.pdf)
- Goleman D. (1995). *Inteligencia Emocional*.  
<http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Inteligencia%20Emocional%20%20Daniel%20Goleman.pdf>
- Goleman, D. (2008). *Inteligencia emocional*. Buenos Aires: Vergara S.A.
- Goleman, D. (2011). *La inteligencia emocional*. Madrid: Grupo Zeta.
- Hurlock, E. (2013). *Psicología de la adolescencia*. Buenos Aires: Paidós.
- Huesmann, Rowell, L. (1986). Psychological processes promoting the relation between exposure to media violence and aggressive behavior by the viewer. *Revista Journal of Social Issues*, 42, 125-139. <https://spssi.onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/j.1540-4560.1986.tb00246.x>
- Lorenz Amast, K. (2005). *El comportamiento animal y humano*. Barcelona: Grao.
- López Avedaño, O. (2017). La agresividad humana. *Actualidades Investigativas en Educación*. 4(2), 1–13. <https://doi.org/10.15517/aie.v4i2.9085>
- MuñozVivas, F. (2000). *Adolescencia y agresividad*. (Tesis de doctorado) Universidad Complutense, Madrid. <http://biblioteca.ucm.es/tesis/19972000/S/4/S4017401.pdf>
- Papalia Diane, E. Olds, S. Feldaman Duskin. R (2001). *Desarrollo humano*. México: McGraw Hill. <https://core.ac.uk/download/pdf/47068550.pdf>
- OMS (enero de 2020). *Salud del adolescente y el adulto*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescents-health-risks-and-solutions>
- Serrano, J. (2018). *El joven agresivo*. Barcelona: Pirámide
- Ugarriza, N. (2001). La evaluación de la inteligencia emocional a través del Inventario de BarOn (I-CE) en una muestra de Lima Metropolitana. *Persona*. 4 (1), 129-160 <https://www.redalyc.org/pdf/1471/147118178005.pdf>
- UNESCO (2019). Behind the numbers: *Ending school violence and bullying*. <https://es.unesco.org/news/violencia-y-acoso-escolares-son-problema-mundial-segun-nuevo-informe-unesco>