UNIVERSIDAD DE PANAMA
FACULTAD DE PSICOLOGÍA
VICERRECTORIA DE INVESTIGACIÓN Y POSTGRADO

PROGRAMA DE EDUCACIÓN EMOCIONAL BASADO EN LA TERAPIA RACIONAL EMOTIVA CONDUCTUAL DE UNA MUESTRA DE NIÑOS DE 9 A 10 AÑOS QUE PRESENTAN DEFICIENCIAS EN EL CONTROL Y LA EXPRESIÓN APROPIADA DE LA IRA, EN EL CENTRO EDUCATIVO BÁSICO GENERAL REPÚBLICA DE MÉXICO. CIUDAD DE PANAMÁ.

PARA OPTAR POR EL TITULO DE
MAGÍSTER EN PSICOLOGÍA CLINICA

PSIC. ENILKA IBETH CARDENAS CAÑIZALES

2008

Dedicado a mi madre, María de los Reyes C. de Cárdenas, por su dedicación y esfuerzos brindados a lo largo de este trabajo.

A mi padre, Luis Alberto Cárdenas Espinosa, por su incondicional apoyo en todo momento.

Agradezco a Dios y a la Virgen María, por haberme dado la oportunidad de culminar una meta más dentro de mi profesión. A mi profesor asesor, Magíster Fabio Betancourt, por su dedicación confianza y su excelente apoyo en la elaboración de este trabajo. Al profesor Gerardo Valderrama, por su orientación invaluable.

INDICE

Dedicatoria..... i

Agradecimiento..... ii

Índice General..... iii

Índice de Cuadros..... iv

Resumen..... v

Summary..... vi

Introducción..... vii

Capitulo I

1. DESARROLLO HISTORICO DE LA TERAPIA RACIONAL EMOTIVO CONDUCTUAL..... 9

1.1 Orígenes Filosóficos..... 10

1.2 Orígenes Psicológicos..... 13

1.3 Enfoque Cognitivo..... 14

2. TERAPIA RACIONAL EMOTIVA CONDUCTUAL..... 16

2.1 ¿Qué es la terapia racional emotiva conductual (TREC)?..... 18

2.2 El A-B-C de la Terapia Racional Emotiva Conductual: 19

2.2.1 E-l Modelo A B C 19

2.2.2 A: Acontecimiento Activador:..... 20

2.2.3 B: Pensamientos y Creencias:..... 21

2.2.4 C: Consecuencias Emocionales y Conductuales:..... 22

2.2.5 Las Demandas:..... 23

2.2.6 Creencias Irracionales Habituales..... 25

3. TÉCNICA DE LA TERAPIA RACIONAL EMOTIVA CONDUCTUAL.... 27

3.1 El Debate..... 29

3.2 Imaginación Racional Emotiva (IRE)..... 32

3.3 Debate de Creencias Irracionales..... 33

3.3.1 Efectividad del Debate de Creencias..... 34

4. MANEJO DE LA IRA SEGÚN ALBERT ELLIS..... 35

4.1 Aspectos Irracionales de la Ira..... 35

4.2 Enfoque Conductual en la TREC con niños..... 37

4.3 Educación Emotiva con niños..... 38

4.4 Creencias Nucleares 38

4.5 Creencias Irracionales..... 39

Capitulo II:

METODOLOGIA DE LA INVESTIGACION..... 40

1. Planteamiento del Problema..... 41

2. Objetivos 42

a. Generales..... 42

b. Específicos 43

3. Hipótesis 43

a. Investigación..... 43

4. Variable de la Investigación 44

a. Variable Independiente 44

b. Variable Dependiente 45

5. Controles de la Investigación 46

a. Criterios de Inclusión 46

6. Muestra 48

7. Metodología 49

8. Descripción de los instrumentos de evaluación..... 52

a. Inventario de Expresión de Ira Estado-rasgo en niños y adolescentes (STAXI- NA)V. De Barrio. C. D. Spielberger A. Aluja TEA Madrid, 2005. 52

b. Las Escalas De Evaluación Observacional de conductas Agresivas-Formulario para maestros 57

c. Inventario de Creencias irracionales sobre la ira basado en la teoría de la Terapia Racional Emotiva Conductual. 58

9. Programa de Educación Emocional basado en la Terapia Racional Emotiva Conductual..... 59

a. Objetivos.....60

b. Contenido.....60

Sesiones Individuales y Grupales.....60

c. Recursos Didácticos.....61

d. Metodología del Programa.....62

CAPITULO III:

PRESENTACIÓN DE CASOS Y ANÁLISIS DE

RESULTADOS.....86

1. Casos, del Grupo que recibió el Programa de Educación Emocional basado en la TREC.

   a. Caso1 87

   b. Caso 2 92

   c. Caso 3 96

2. Antecedentes de los Casos, del Grupo que no recibieron el Programa de Educación Emocional basado en la TREC.

   a. Caso 4 100

   b. Caso 5 104

   c. Caso 6 108

3. Resultados obtenidos en las evaluaciones antes y después de la aplicación del Programa de Educación Emocional basado en la TREC..... 112

   a. Resultados de los Casos 1, 2, 3 que recibieron el Programa de Educación Emocional basado en TREC. 112

   b. Resultados de los Casos 4. 5, 6 que no recibieron el Programa de Educación Emocional basado en TREC. 128

Capitulo IV:

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones..... 133

Recomendaciones..... 136

Bibliografía..... 137

Anexos..... 140

Gráficas de los Resultados obtenidos en la Prueba Sataxi-NA de los casos que recibieron el Programa de Educación Emocional Basado en la TREC..... 141

Rango de Calificación de las Escalas de Evaluación Observacional de conductas Agresivas – Formulario para Maestros..... 147

Rangos de Puntuación para la Prueba Staxi-NA..... 148

Inventario de Expresión de Ira estado- rasgo en niños y adolescentes..... 149

Escala de Evaluación Observacional de Conductas Agresivas-Formulario para Maestros..... 150

Cuestionario de Creencias Para los Alumnos..... 151

Cuestionario de Creencias y Conducta..... 152

Cuestionario de Creencias y Conducta Modificación de Sintaxis..... 154

Batería de Corrección de las frecuencias de Creencias..... 155

Batería del Cuestionario para el maestro..... 156

Cuestionario para el maestro.....157-159

ÍNDICE DE CUADROS

Resultado de los casos que *recibieron* el Programa de Educación Emocional basado en la TREC.

Caso 1

Pre- Test.
Resultados Obtenidos en la Prueba Staxi-NA

Cuadro I..... 113

Resultados Obtenidos de las Escalas de Evaluación Observacional de Conductas Agresivas- Formulario para Maestro.

Cuadro II.....113

Resultado Obtenidos del Inventario de Creencias Irracionales sobre la Ira.

Cuadro III.....114

Post Test
Evaluación del Post- Test del Caso 1

Cuadro IV.....115

Resultado de las Escalas de Evaluación Observacional de Conductas Agresivas- Formulario para Maestros.

Cuadro V..... 116

Resultados del Inventario de Creencias irracionales sobre la Ira

Cuadro VI.....116

Caso 2

Evaluación de la Pre – Test del Caso 2

Cuadro VII..... 118

Resultado de las Escala de Evaluación Observacional de Conducta Agresiva – Formulario para Maestros.

Cuadro VIII..... 119

Resultado del inventario de Creencias Irracionales sobre la Ira.

Cuadro IX 119

Evaluación de Post – Test del Caso 2
Prueba de Staxi-NA

Cuadro X..... 120

Resultado de las Escalas de Evaluación Observacional de Conducta Agresiva- Formulario para Maestro.

Cuadro XI.....121

Resultado en el Inventario de Creencias Irracionales sobre la Ira

Cuadro XII..... 121

Caso 3

Evaluación del Prest- Test del Caso 3

Evaluación de los Resultados Obtenidos en la Prueba de Staxi-NA

Cuadro XIII.....123

Resultado de las Escalas de Evaluación Observacional de Conducta Agresiva- Formulario para Maestro.

Cuadro XIV..... 124

Resultado del Inventario de Creencias Irracionales sobre la Ira.

Cuadro XV..... 124

Evaluación del Post – Test del Caso 3

Resultados obtenidos en la Prueba de Staxi-NA

Cuadro XVI..... 125

Resultado de las Escalas de Evaluación Observacional de Conducta Agresiva – Formulario para Maestro.

Cuadro XVII..... 126

Resultado del Inventario de Creencias Irracionales sobre la Ira

Cuadro XVIII..... 126

Resultado de los casos que no recibieron el Programa de Educación Emocional basado en la TREC.

Caso 4

Prueba Staxi-NA

Cuadro XIX..... 128

Resultado de las Escalas de Evaluación Observacional de Conductas Agresivas-Formulario para Maestros.

Cuadro XX..... 128

Resultado de los Inventarios de Creencias Irracionales sobre la Ira.

Cuadro XXI..... 129

Caso 5
|
Prueba Staxi-NA

Cuadro XXII..... 129

Resultado de las Escalas de Evaluación Observacinal de Conductas Agresivas – Formulario para Maestros.

Cuadro XXIII..... 130

Resultado del Inventario de Creencias Irracionales sobre la Ira

Cuadro XXIV..... 130

Caso 6

Resultados obtenidos en la Prueba Staxi-NA

Cuadro XXV..... 131

Resultados de las Escalas de Evaluación Observacional de Conductas Agresivas- Formulario para Maestros.

Cuadro XXVI..... 131

Resultados del Inventario de Creencias Irracionales sobre la Ira

Cuadro XXVII..... 132

RESUMEN

El presente trabajo es un estudio de casos, con niños que presentan deficiencias en el control y expresión de su ira.

Deseamos conocer si al realizar una intervención psicológica con el Programa de Educación Emocional basado en la Terapia Racional Emotiva Conductual, podemos ayudar a manejar acertivamente la expresión y el control de la Ira en niños. Para comparar los resultados obtenidos después del tratamiento, utilizamos el método de pretest y postest dividiendo las muestras en dos grupos, el primer grupo recibió el programa y el segundo grupo no lo recibió.

Los estudiantes escogidos pertenecen al cuatro grado del Centro Educativo Básico General República de México de la ciudad de Panamá.
Los casos que recibieron el programa de educación emocional basado en la Terapia Racional Emotiva Conductual, aumentaron el control de su ira y al mismo tiempo disminuyeron la expresión de la misma; a diferencia de aquellos que no lo recibieron.

Nuestro objetivo, es servir de base a futuras investigaciones sobre la aplicación de está terapia en gran escala, en niños panameños.

Summary

The present work is a study of cases, with children who present deficiencies in the control and expression of their anger. We wished to know if when we are making a psychological intervention with the Program of Emotional Education based on the Rational Emotive Therapy, we can help to handle to the expression and the control of the anger in children. To compare the results obtained after the treatment, we used the method of pretest and postest dividing the samples in two groups, the first group received the program, and the second one did not receive it.

The selected students belong to the Fourth Grade of Centro Educativo Básico General, República de México from the city of Panama.

The cases that received the Program of Emotional Education based on the Rational Emotive Therapy, increased the control of their anger, and at the same time they reduce the expression of it; as opposed to who did not received.

Our objective is to serve as base to future investigations on the application of is therapy in great scale, in Panamanian children.

INTRODUCCIÓN

Si hacemos un cambio en el pensamiento, obtendremos un cambio en la conducta y podremos comprender mejor nuestra conducta y la de los demás.([1])

La ira es una emoción que produce conductas agresivas, (Albert Ellis 1999) al no saber controlarla, logra manejar la conducta de la persona llevándola a realizar agresiones. Por ejemplo:

1. Responder con un golpe ante un insulto;

2. Matar a alguien por haber tenido un mal entendido. Estos tipos de incidentes los podemos ver a diario en las noticias y en las escuelas de nuestro país.

[(2)] Se conocen algunas teorías psicológicas como: Teorías del Aprendizaje, Psicología Humanística, Psicología Cognitiva, y Psicología Psicoanalítica, que se dedican a analizar cómo los seres humanos reaccionan de manera inadecuada o adecuada ante algunos eventos.

Actualmente en el sistema Educativo Panameño no se evidencia un programa de ira con bases psicoterapéuticas y ninguno que vaya dirigido al cambio de pensamiento y de conducta por medio de la implementación de técnicas psicológicas. Las escuelas públicas que se ocupan de la salud mental de los estudiantes, sólo ofrecen programas generales y teóricos que abarcan a

---

[1] Dr. Julio Obst Camerini. INTRODUCCIÓN A LA TERAPIA COGNITIVA. Primera Edición. Argentina 2004.

[2] Charles G Morris. Psicología un nuevo enfoque. Prentice Hall –Hispanoamericana S.A. México 1992. Pág. 3-12

la población estudiantil. (Entrevista con la Lic. Tania de Polanco, Encargada del Gabinete Psicopedagógico del Ministerio de Educación ubicado en el corregimiento de San Felipe, de la ciudad de Panamá.). Algunos programas, son modificados por los profesionales de salud mental que trabajan en el gabinete, en base a sus experiencias adquiridas en el campo, pero su objetivo es informar, no producir cambios de conducta.

Algunas aportaciones dadas por el Gabinete Psicopedagógico en el campo educativo, simplemente se basan en la enumeración de las miles posibilidades que existen para mejorar la conducta y en múltiples programas que atacan el problema de manera superficial y de forma global.

La idea de elaborar un Programa psicoterapéutico basado en la Técnica Racional Emotiva Conductual, en una escuela primaria ubicada en San Felipe, viene de la necesidad inminente de cambiar su forma de solucionar los problemas. Además evaluaremos la efectividad que tenga esta terapia en niños y más en adolescentes y adultos. Este Programa psicológico pretende por medio de los lineamientos de su técnica, modificar pensamientos y conductas que producen ira en el estudiante. Aprenderán herramientas funcionales para que logren manejar su conducta en situaciones airosas específicas. Se le brindará a cada estudiante una atención individualizada y luego grupal.

CAPITULO I

DESARROLLO HISTORICO DE LA TERAPIA RACIONAL EMOTIVA CONDUCTUAL

Daremos a conocer cuáles fueron los diferentes enfoques teóricos que contribuyeron a formar lo que ahora conocemos con el nombre de Terapia Racional Emotiva Conductual.

Presentaremos una breve reseña de los enfoques cognitivos con personajes que se destacaron dentro de la historia de la psicología cognitiva.

1.1 ORÍGENES FILOSÓFICOS

[3] Los orígenes más remotos de la psicoterapia cognitiva provienen de la filosofía estoica (350 a. C al 180 d. C) y la filosofía religiosa oriental budista y taoísta.

La filosofía estoica fundada por el griego Zenón consideraba indispensable la ciencia para dirigir la vida, a través del ejercicio de la virtud. Esta última era el bien supremo, pues su práctica llevaba a la felicidad. Para alcanzar esta meta debían de gobernarse los estados emocionales extremos (las pasiones) a través del autodominio. Estas consideraciones fueron defendidas en la ética estoica griega (Zenón de Citio, Crisipo y Epicteto) y la romana (Marco Aurelio, Séneca y Cicerón.) Quizás fue Epicteto quién más

---

[3] Psic. Juan José Ruíz Sánchez Y Dr. Justo José Cano Sánchez. 1999 MANUAL DE PSICOTERAPIA COGNITVA.(En red) I.S.B.N.: 84-931075-3-0. Disponible en Psicología-online.com.

desarrolló la idea de cómo se producían las pasiones y de cómo se podían dominar. En su obra "Enchiridon" afirma que los hombres se perturban más por la visión u opinión que tienen de los acontecimientos que por estos mismos. Por lo tanto, opiniones más correctas podían reemplazar a las más incorrectas y producir así un cambio emocional (básicamente la misma idea que reproduce A. Ellis veintiún siglos después).

En oriente Gautama (Buda) allá por el 566 a c. proclamaba los principios de su religión atea. El dominio del sufrimiento físico y emocional a través del dominio de las pasiones humanas, que lleva a un estado de insensibilidad e indeterminación total, el Nirvana (desnudez, extinción). El budismo afirma que la realidad es construida por el pensamiento, por los juicios valorativos, que pueden ser pasionales y generar sufrimiento. Podemos seguir rastreando el curso filosófico de concepciones que resaltaban el aspecto de la organización cognitiva de la experiencia humana, y el papel de la cognición en la emoción y conducta. Así, en los empiristas ingleses del siglo XVII (Hume, Locke, F.Bacon) se resaltan nociones sobre las emociones que derivan de las asociaciones de ideas, y que para lograr un nuevo conocimiento hay que librarse de los prejuicios, es decir de conceptos erróneos preestablecidos. En los siglos XVIII y XIX dentro de la corriente idealista alemana, autores que resaltan el papel de la cognición (significados, pensamientos..) son Kant (1724-1804) y Vaihinger (1853-1933). Kant en su "Crítica de la razón pura" (1781) describe la naturaleza

del conocimiento, no como mero derivado de una capacidad innata humana (idea defendida por los racionalistas como Descartes), ni como simple producto de las asociaciones sensoriales (como defendían los empiristas ingleses). Él reúne los dos aspectos anteriores en una nueva síntesis que intenta resolver los problemas creados a la explicación de la génesis del conocimiento. Él argumenta que el conocimiento, por lo tanto, los significados personales de la experiencia humana, son construidos por la mente humana.

Según Walhsh (1968), Kant introduce el concepto de esquema cognitivo: una construcción mental de la experiencia que refleja al mismo tiempo el mundo real de los objetos y hechos siempre cambiantes y la lógica subyacente de las categorías que la mente impone a la experiencia. En el siglo XX la corriente fenomenológica (Husserl) y la existencial (Heiddeger) destacarán el papel de la experiencia subjetiva en el conocimiento y la existencia, resaltando el papel de la conciencia y los actos conscientes. Por otro lado B.Rusell (1873-1971) destaca en su obra "La Conquista de la Felicidad" (1930), el papel que juegan las creencias adquiridas en la primera infancia que se hacen inconscientes y a veces perturban a las personas en su vida más adulta con exigencias irracionales, y como éstas pueden ser sustituidas por creencias más racionales, ayudando al individuo a alcanzar sus metas (este autor ha tenido una influencia poderosa sobre el Psicólogo A. Ellis.)

1.2 ORÍGENES PSICOLÓGICOS:

[4] El concepto de terapia cognitiva tiene su origen dentro de la práctica clínica del psicoanálisis. En 1926 el alemán Lungwitz crea este término, para designar una forma de terapia psicoanalítica renovada, muy parecida a la actual psicoterapia cognitiva de Beck. Otros autores que desde el psicoanálisis han ejercido una influencia sobre la psicoterapia cognitiva ha sido: Freud en su obra "El Yo y el Ello" (1923.) Describe dos modos de funcionamiento mental, el "Proceso primario" que concierne al funcionamiento mental inconsciente, guiado por el principio del placer, y que concierne a los mecanismos de condensación y desplazamiento, El "Proceso secundario" de naturaleza preconsciente y consciente, que concierne a las funciones denominadas tradicionalmente como cognitivas (pensamiento, memoria, etc), que son guiadas por el principio de realidad.

Para Freud, el segundo modo de funcionamiento deriva del primero, al imponer la realidad exterior restricciones a la consecución de los deseos. Con la psicoterapia cognitiva retomará Freud, la cuestión de que al margen de los procesos conscientes, racionales y reflexivos existen otros procesos más inconscientes, más emocionales y menos racionales que muchas veces operan al margen de los anteriores.

---

[4] Psic. Juan José Ruíz Sánchez Y Dr. Justo José Cano Sánchez. Op.cit. parte I

Siguiendo la tradición psicoanalítica, los autores que más han influido en la corriente cognitiva han sido los provenientes del "Neopsicoanálisis o Psicoanálisis Cultural, sobre todo K. Horney y Sullivan. La psicoanálista K. Horney habla de la "Tiranía de los deberías" o exigencias culturales y familiares internalizadas en las estructuras superyoicas, que juegan un papel relevante en las neurosis (A. Ellis retoma de Horney este punto al hablar de "Creencias Irracionales"). Para Horney (1950), esas exigencias tendrán un carácter defensivo ante la angustia básica generada por un conflicto entre los deseos inconscientes insatisfechos del niño y el temor a ser rechazado y abandonado. Esos "Deberías" tendrían como función encaminar los esfuerzos del individuo a lograr una seguridad (neurótica, falsa) a costa de sus deseos.

1.3 ENFOQUE COGNITIVO:

[5]La psicología cognitiva, no se originó en la década de los años sesenta, sino mucho antes como disciplina de la psicología experimental y de la psicología evolutiva.

En la tradición experimentalista se destaca, el inglés F.C. Bartlett, quien desarrolla una explicación constructivista de la memoria, concepción que se anticipó casi cuarenta años a las teorías de los esquemas cognitivos actuales. Las investigaciones de Bartlett lo llevaron a que rechazara el concepto de

---

[5] idem

Las investigaciones de Bartlett lo llevaron a que rechazara el concepto de memoria como "depósito" o "almacén" y subrayara el concepto de memoria como "*construcción*". La construcción implicaba que la memoria utiliza esquemas para observar y clasificar la información, por lo tanto, como un proceso activo de reinterpretación. La sucesiva reorganización de la experiencia en esquemas permite el desarrollo de la memoria y los eventos recordados que son reconstruidos de manera diferente en función de la ampliación de los esquemas.

Para Piaget el individuo va organizando su experiencia y conocimiento en esquemas cognitivos que a través de dos procesos fundamentales (asimilación y acomodación) se va modificando. El proceso de desarrollo se inicia a partir de esquemas "sensomotrices," donde el conocimiento está ligado a la acción directa y termina en los esquemas de las "operaciones formales", en donde se han logrado niveles de abstracción más desligados de la experiencia inmediata.

2. Terapia Racional Emotiva Conductual:

Albert Ellis (nació el 27 de septiembre de 1913 y murió 24 de julio 2007), es considerado como el padre de las terapias cognitivas conductuales. Es uno de los psicoterapeutas más influyentes de la historia.[6]

Albert Ellis, recibió su título de graduado de psicología en 1934 en el City College de Nueva York. Nueve años más tarde, en 1943 obtuvo el título de "Master" y en 1947 el de Doctor, estos dos últimos en la Universidad de Columbia.

Su práctica privada fue inicialmente psicoanalítica, con énfasis en la teoría de Karen Horney. En sus trabajos estimó que el 50% de sus pacientes mejoraban. Sus cuestionamientos a la teoría psicoanalítica se centraban en la lentitud del procedimiento y la excesiva pasividad del terapeuta. Acercó más su labor psicoterapéutica a un enfoque "neofreudiano", obteniendo un 63% de mejoría en sus pacientes y aún así, observó que sus pacientes se solían estancar en la mera comprensión de sus conductas ("Inshigts"), sin que la modificasen necesariamente.

---

[6] Colaboradores de Wikipedia. *Albert Ellis* [en línea]. Wikipedia, La enciclopedia libre, 2007 . 9 de marzo del 2007. Disponible en: http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Albert_Ellis&oldid=7439913

Empezó a buscar métodos más activos en la teoría del aprendizaje y las técnicas de condicionamiento. Los resultados mejoraron aún más, pero no estaba satisfecho del todo. En 1955 cuando comenzó a desarrollar su enfoque racional-emotivo de la psicoterapia y por primera vez practicó la Terapia Racional Emotiva (RET) y la consideró una teoría muy sencilla de la personalidad humana y de la práctica terapéutica.

En 1956 publicó el modelo A-B-C para la terapia, donde exponía que los trastornos emocionales derivaban de un continuo "autodoctrinamiento" en exigencias irracionales. La terapia tenía como fin, no sólo tomar conciencia de este autodoctrinamiento en creencias irracionales, sino también en su sustitución activa por creencias más racionales, anti-exigenciales y anti-absolutistas y su puesta en práctica, mediante tareas fuera de la consulta. En 1962 publica su primera obra relevante en el campo de la psicoterapia ("Razón y Emoción en Psicoterapia") donde expone extensamente su modelo de la terapia racional-emotiva. A partir de los sesenta, Ellis se dedicó a profundizar y ampliar las aplicaciones clínicas de su modelo, publicando una gran cantidad de obras, que tenían como eje central convertirse en "métodos de autoayuda" [7]

[7] Psic. Juan José Sánchez. Op.cit Parte I-

[8]En 2003 Albert Ellis, recibió un premio de la Asociación para la Terapia Racional-Emotiva Conductual (Reino Unido) por la formulación y el desarrollo de la TREC.

2.1 ¿QUÉ ES LA TERAPIA RACIONAL EMOTIVA CONDUCTUAL (TREC)?

Es un término genérico que se refiere a las terapias que incorporan tanto intervenciones conductuales (intentos directos de disminuir las conductas emocionales disfuncionales modificando el comportamiento), como intervenciones cognitivas (intento de disminuir las conductas y emociones disfuncionales modificando las evaluaciones y los patrones de pensamiento del individuo) (Leonor I. Lega, 1997 Pág.3)

La Terapia Racional Emotiva Conductual nace a partir de los trabajos pioneros del psicólogo norteamericano Albert Ellis, quien, descontento con los escasos resultados obtenidos con la técnica psicoanalítica, decide dar un giro a la Terapia que practicaba, creando una terapia breve más directa y efectiva, con mayor implicación tanto por parte del terapeuta como por parte del cliente y con unas técnicas centradas en la vida actual de éste (no en el pasado) y en la

[8] Colaboradores de Wikipedia. *Albert Ellis* [en línea]. Op.cit

influencia que ejercen los pensamientos y las creencias sobre las emociones y los comportamientos de las personas. (Albert Ellis, 1981)

2.2: El A-B-C de la Terapia Racional Emotiva Conductual:

2.2.1. **E-l Modelo A B C**

Ellis consideraba que el núcleo de su teoría esta representado por el siguiente epíteto: "Las personas no se alteran por los hechos, sino por lo que piensan acerca de ellos," aquí se representa gráficamente su teoría como: A-B-C.

En un análisis más profundo se explica que las relaciones (ABC) no son ni exclusivas ni lineales ni unidireccionales como en el esquema anterior, pero es el modelo básico y más didáctico para explicar el origen y el tratamiento de los trastornos.

2.2.2 **A**: Acontecimiento Activador:

A es el acontecimiento activador, suceso o situación y puede ser un acontecimiento externo o un suceso interno (pensamiento, imagen o fantasía. Es conveniente en este punto procurar atenerse a los **hechos** de la manera más fiel y objetiva que se pueda, sin realizar excesivas evaluaciones subjetivas.	***EJEMPLO*** **A. Hecho activadores** - "Mis amigos en el salón me insultan B. Pensamientos y Creencias C. Consecuencias Emocionales D. Debate E. Respuesta racional

2.2.3 **B**: Pensamientos y Creencias

B, representa en principio el sistema de creencias y el sistema cognitivo (pensamientos, recuerdos, imágenes, normas, valores) . Las creencias pueden ser **racionales o irracionales**. Las primeras nos ayudan a sentirnos bien o conformes con nosotros mismos, aunque sean emociones negativas (como una tristeza por una pérdida). Las creencias irracionales suelen ser poco lógicas, no basadas en la evidencia y de tendencias extremistas, exageradas o excesivamente exigentes para con nosotros mismos o con los demás, lo que nos puede provocar tanto sentimientos inapropiados (depresión, excesiva culpabilidad, ansiedad, ira etc.) como conductas autodestructivas (adicciones, violencia, suicidio etc.)	***EJEMPLO*** A. Hecho activadores "Mis amigos en el salón me insultan. **B. Pensamientos y Creencias** "No puedo dejar que me insulten todos me van a tratar mal sino me defiendo y no soportaría que me tomen por tonta o digan que soy floja. C. Emociones y Consecuencias. D.Debate E. Respuesta

2.2.4 C: Consecuencias emocionales y Conductuales:

C: Representan las consecuencias o reacciones en ocasión de la interpretación de la situación A. Las C pueden ser de tipo emotivo, cognitivo o conductual. El cambio emocional y conductual, pues, viene en gran medida, determinado por el cambio en nuestra forma de pensar o cómo interpretamos los acontecimientos activadores o hechos. Ante un mismo hecho (suspender un examen) se puede responder de manera diferente: Depresión, tristeza, culpabilidad, decepción, frustración, indiferencia, ira, etc. de acuerdo a pensamientos racionales o irracionales que mantenemos al interpretarlo.	*EJEMPLO:* A. Hechos activadores - "Mis amigos en el salón me insultan B. Pensamientos y Creencias - "No puedo dejar que me insulten, todos me van a tratar mal sino me defiendo y no soportaría que me tomen por tonto o digan que soy flojo. **C.Consecuencias Emocionales.** "Me siento con rabia. Me siento furioso. Me siento débil. Y: le pego a todo el que se atreva a ponerme sobrenombres y los insulto también. D. Debate E. Respuestas racionales

Al establecer la conexión ABC se pretende orientar al paciente sobre la conexión entre evento, pensamiento y conducta para introducir el concepto de mediación cognitiva.

2.2.5 Las Demandas (D):

Ellis descubrió que actualmente los pacientes se perturban por tener pensamientos que se basen en una actitud demandante. (J. Obst Camerini,2004)

¿Cómo puedes descubrir las creencias irracionales, para saber con qué grandes probabilidades las tienes y cómo perseguirlas y demandarlas? La respuesta más sencilla es que busques *"tus deberías"* y tus "*tienes que*". No todas las creencias incluyen estos términos, algunas de ellas consisten simplemente en afirmaciones no empíricas o irreales sacadas de los datos que observas. (Albert Ellis,1981)

Más allá de las palabras que se elijan para expresar los pensamientos, lo importante es la actitud. Por eso es importante entender que: No es lo mismo desear que algo sea de una manera, ***que pretender absolutamente*** que las cosas sean de esa manera. Las personas tienen metas, objetivos, principios, normas, deseos y expectativas. Es bueno tenerlos y luchar por lograrlos, pero es necesario aceptar que no siempre será posible cumplirlos, que la realidad a veces no coincide con los deseos, ya sean estos justos o injustos, razonables o no. Aceptar la realidad es el único paso posible para tratar de modificar (si fuera posible) o adaptarnos a ella (sino fuera posible modificarla). La intolerancia a la frustración que denomina " non soport itis" (del ingles: "I cant stand it itis" no cambia la realidad.), en cambio esa actitud nos perturba y nos conduce a conductas contraproducentes y "auto-saboteadoras" que no resuelven las cosas y las empeoran.

¿Y cuál es la alternativa? una actitud "preferencial" que consiste en desear y luchar para lograr metas y deseos, aceptando que algunos pueden no cumplirse o modificarse, aceptando la realidad. En la práctica se trata de cambiar un " Yo debería" por "Sería mejor" o "Voy a hacer todo lo posible... pero sino lo logro, no será el fin del mundo y puedo volverlo a intentar (o puedo modificarlo, y aprender a vivir con ello) " Cambiar el "Necesito" por : "Me gustaría mucho (o quiero y es muy importante para mí) pero sino lo tengo (o no logro),

Puedo adaptarme y vivir sin ello." En vez de: "El debe (tiene que...) " lo podemos cambiar por. "Sería mejor que (deseo que..., espero que...) sino es así, no es el fin del mundo, puedo aceptar la realidad y actuar en consecuencia (de la manera más adecuada y conveniente para mí)" (Julio Obst Camerini, 2004)

2.2.6 Creencias Irracionales Habituales:

1- La idea de que es una **necesidad extrema** para el ser humano adulto el **ser amado** y aprobado por prácticamente cada persona significativa de su comunidad.

2.- La idea de que para considerarse a uno mismo **valioso** se debe **ser competente, suficiente y capaz** de lograr cualquier cosa en todos los aspectos posibles.

3.- La idea de que cierta clase de **gente es vil, malvada e infame** y que deben ser seriamente culpabilizados y castigados por su maldad.

4.- La idea de que es **tremendo y catastrófico** el hecho de que las cosas no vayan por el camino que a uno le gustaría que fuesen.

5.- La idea de que la **desgracia humana** se origina **por causas externas** y que la gente tiene poca capacidad, o ninguna, de controlar sus penas y perturbaciones.

6.- La idea de que si algo es o **puede ser peligroso** o temible se debería **sentir terriblemente inquieto** por ello, deberá pensar constantemente en la posibilidad de que esto ocurra.

7.- La idea de que **es más fácil evitar** que afrontar ciertas responsabilidades y dificultades en la vida.

8.- La idea de que **se debe depender de los demás** y que se necesita a alguien más fuerte en quien confiar.

9.- La idea de que la **historia pasada de uno** es un determinante decisivo de la conducta actual, y que algo que ocurrió alguna vez y le conmocionó debe seguir afectándole indefinidamente.

10.- La idea de que uno **deberá sentirse muy preocupado** por los problemas y las perturbaciones de los demás.

11.- La idea de que invariablemente **existe una solución precisa**, correcta y perfecta para los problemas humanos, y que si esta solución perfecta no se encuentra sobreviene la catástrofe.

12.- La idea de que la mayor felicidad humana es alcanzable mediante **la inercia y la inacción**.

[9]Estas ideas fueron sintetizadas más adelante por Ellis, en tres creencias irracionales básicas:

Las demandas **sobre uno mismo** ("Yo debo o Yo necesito")
Las demandas **sobre los otros** ("el Debe o tu Debes")
Las demandas **sobre el mundo** ("El mundo o la Vida Debe")

3. Técnica de la Terapia Racional Emotiva Conductual:

El tema central de teoría y práctica del cambio en la TREC, es el descubrimiento y refutación de las creencias perturbadoras (irracionales) para reemplazarlas por otras funcionales y más eficaces (racionales).

---

[9] Julio Obst Camerini. INTRODUCCIÓN A LA TERAPIA COGNITIVA. Buenos Aires, Argentina, 2004. Pág. 29.

En este sentido emplea todos los recursos posibles, dentro de las sesiones terapéuticas y fuera de las mismas.

Los recursos pueden abarcar las áreas cognitiva, emotiva o conductual, asociada al pensamiento disfuncional a modificar.

El concepto de terapia y el consecuente estilo de la TREC corresponden a un modelo educativo (distinto al modelo médico) porque, antes que "cura" de patologías se piensa en un aprendizaje (o re-aprendizaje) más apropiado o útil para lograr conductas más eficaces y alcanzar los objetivos de la persona. En este sentido, los recursos se inspiran y fundamentan principalmente en los conocimientos aportados por la teoría del aprendizaje. Además se emplea un estilo activo y directivo.

La TREC al igual que otras corriente cognitivas y conductuales, pone especial énfasis en la importancia de los recursos destinados al cambio que se realiza durante el tiempo que transcurre entre sesiones y se denominan tareas de auto-ayuda. Las tareas de autoayuda son planificadas y determinadas de común acuerdo entre el terapeuta y el paciente antes de finalizar cada sesión,

para ser realizadas durante el tiempo entre sesiones. (Julio Obst Camerini,2004).

3.1 El Debate:

Tiene como propósito enseñar al paciente a utilizar el método científico para el análisis de sus pensamiento irracionales (B).

Lo esencial del debate es cuestionar los pensamientos irracionales y este puede ser de naturaleza cognitiva, conductual o por medio de la imaginación.

Su objetivo básico es ayudar a internalizar una nueva filosofía reflejada en expresiones como: "seria una contrariedad si no lo consigo, pero puedo soportarlo."

El debate se compone de dos estrategias básicas:

1. Se ayuda al paciente que examine y cuestione su forma actual de pensar.

2. A desarrollar nuevos y más funcionales modos de pensamientos que lo ayuden a lograr sus objetivos.

Los pacientes presentan tres cogniciones disfuncionales; pensamientos automáticos (incluyen inferencias, atribuciones, y predicciones), creencias irracionales evolutivas y esquemas o creencias irracionales nucleares.

Se puede debatir cualquiera de estos tres puntos pero usualmente los terapeutas de la TREC prefieren trabajar a nivel de los pensamientos irracionales evolutivos y nucleares, y será su primer objetivo, ya que estos pensamientos surgen de los esquemas cognitivos. (Leonor I Lega y otros. Diagnóstico evaluación e instrumento de la TREC, Pág. 49)

El paciente puede lograr el cambio extinguiendo primero sus respuestas emocionales condicionadas a la situación A (Acontecimiento activador)y, al mismo tiempo, recondicionando sus respuestas a pensamientos, emociones y comportamientos racionales ante la misma situación. Una técnica muy eficaz en este proceso son las Imágenes Racionales Emotivas inicialmente desarrolladas por Maultsby.

Las imágenes racionales emotivas se basan en la hipótesis neurobiológicas, de que no sólo las experiencias reales sino también el uso de la imaginación sirve para crear conexiones y circuitos de impulso nervioso. Por esta razón, la práctica mental puede servir para desarrollar hábitos de pensamiento racional y facilitar emociones que son producto de ellos.

Si se utiliza correctamente puede lograrse tres resultados psicoterapéuticos: 1) el paciente extingue su condicionamiento al estimulo externo que juega el papel más importante en desencadenar las respuestas emocionales indeseadas; 2) el paciente crea marcos de referencia mentales para comportarse racionalmente, lo que incrementa la probabilidad fuera de un comportamiento racional real, y 3) el paciente aprende a dialogar racionalmente consigo mismo tan fácil y naturalmente como antes lo había hecho de forma irracional.[10]

[10] Leonor I. Lega, Vicente E Caballo y Albert Ellis. Teoría y Practica de la TREC. Siglo Veintiuno De España Editores S. A. Primera Edición 1991 Pág. 71.

3.2 Imaginación Racional Emotiva (IRE):

Antes de aplicar este punto se debe comprobar que el paciente ha comprendido muy bien la teoría del A-B-C-D de las respuestas emocionales irracionales en una situación concreta, los clientes tienen que decidir cuáles son las respuestas correctas ante la situación expuesta.

Con La aplicación del IRE los pacientes logran tres resultados terapéuticos:

1. Se des-condicionan a sí mismos de los estímulos externos más importantes que normalmente están provocando la mayor parte de respuestas emocionales indeseables

2. Crean unos marcos mentales de referencia al comportarse racionalmente y aumentan la probabilidad de comportarse así en el futuro.

3. Aprenden a auto-hablarse (pensar) con tanta facilidad y reflexión como lo hacían irracionalmente antes de someterse a la psicoterapia racional. Cuando los clientes logran estos objetivos habrán comenzado a beneficiarse al máximo.

3.3 Debate de creencias Irracionales

Debate: lo realizamos para superar problemas creados a raíz de la interpretación irracional de los Acontecimientos activadores que nos han llevado a conductas y emociones inapropiadas y autodestructivas. Para poder debatir las creencias irracionales primero hay que tratar de llegar a ser conscientes de nuestras creencias irracionales. Identificarlas, a veces, es más difícil que debatirlas. Cuando nos ocurre un sentimiento inapropiado o nos comportamos inadecuadamente a nuestros intereses, es conveniente "rebobinar" hacia atrás y considerar qué pensamientos o creencias irracionales mantenemos respecto a los hechos. Posteriormente, se debaten las creencias irracionales con preguntas como: **¿Dónde esta la evidencia de que ...? ¿Dónde está escrito o dónde está la ley que dice ..?** **¿Por qué esto tiene que ser así ...?** **¿Cómo me afecta esta forma de pensar ..?** Se han de utilizar todo tipo de preguntas que contribuyan a poner en tela de juicio o en evidencia las creencias irracionales.	***EJEMPLO:*** **A. Hechos activadores -** "Mis amigos en el salón me insultan **B. Pensamientos y Creencias -** "No puedo dejar que me insulten, todos me van a tratar mal si no me defiendo. No soportaría que me tomen por tonto o digan que soy flojo. B. **Consecuencias Emocionales.** "Me siento con rabia. Me siento furioso. Me siento débil. Y le pego a todo el que se atreva a ponerme sobrenombres y también, los insulto. **D: Debate** pregunta 1. ¿De qué te sirve pensar así?. 2. .¿Esta forma de pensar evita que te sigan molestando? 3. ¿Pensar así te aleja de los problemas? 4.¿Dónde está escrito lo que piensas? Respuesta a las preguntas de la demanda: 1.De nada. 2.No. 3. No, me trae más problemas. 4. No sé, yo lo digo.

3.3.1 Efectividad del Debate de Creencias

Este punto también entra dentro de lo que consideramos la estrategia para el cambio o la práctica terapéutica.

Si hemos efectuado correctamente la reestructuración cognitiva o cambio de creencias hacia un pensamiento más racional, los nuevos **efectos emocionales y conductuales** han de ser menos autodestructivos, nos ayudarán más en nuestros intereses y nos harán sentirnos mejor con nosotros mismos. No necesariamente hemos de sentirnos más felices, ya que hemos considerado que pueden existir emociones negativas, pero sí, hemos contribuido a no entrar en un círculo vicioso de problemas que crean nuevos problemas, como es el caso de pegar si te pegan o molestar si te molestan para demostrar poder. En el ejemplo ilustrativo que hemos considerado, la efectividad del debate nos lleva a sentirnos con más fuerza para reiniciar otra táctica para evitar problemas, quizá más positiva, o a considerar la posibilidad de defendernos sin buscar más problemas o aprender de los errores cometidos para corregirlos en el futuro.

4. Manejo de la Ira Según Albert Ellis

Cuanto más conscientes somos de nuestras reacciones ante las injusticias, más probabilidades habrá de que decidamos actuar con rabia.

4.1 Aspectos irracionales de la ira:

Estos están basados en nuestro sistema de creencias: Creencias constructivas o racionales y creencias destructivas o irracionales. Muchas de estas creencias las aprendemos de nuestros mayores y muchas otras son producto personal nuestro, porque somos resolvedores natos de problemas y creamos con la misma facilidad ideas auto-favorecedoras y auto-saboteadoras.

La TREC nos muestra que, si no somos conscientes de –y nos esforzamos en – cambiar nuestras creencias irracionales, seguiremos teniendo muchas dificultades para hacer frente a nuestra ira y demás sentimientos perturbadores. Insiste en que, si queremos cambiar nuestros sentimientos y nuestras acciones de manera eficaz, es preciso tomar conciencia de la necesidad de cambiar nuestro sistema de creencias.

La meta de todo es calificar la conducta que nos hizo sentir airosos como nociva, que me llevará probablemente a sentir *una sana decepción* en vez de una *rabia destructiva*.

Creencias irracionales que inventamos para enojarnos, enfurecernos y cegarnos de ira:

1. "¡Es terrible, horrible, que haya gente que me trate de manera tan poco atenta e injusta!" (Demanda sobre los otros)

2. "¡No soporto que me traten de esa manera!"

3. "¡Bajo ningún concepto debería portarse tan mal conmigo!"

4. "Cómo se conducen de manera tan canalla, ¡son unas personas malvadas, que no merecen tener buena vida y deberían ser castigadas!"

Todas estas declaraciones tan absolutas están mutuamente relacionadas y tienden a responsabilizar exclusivamente a los demás su << mala >> conducta.

Al confundir a las personas con sus acciones, damos por supuesto que sólo las personas <<buenas>> pueden obrar <<bien>> y que todas las acciones <<malas>> deben ser realizadas por personas <<malvadas>>.

En realidad todos saben que hay personas reputadas como buenas y responsables, que a menudo tratan injustamente a los demás. También hay quien etiqueta de <<mala persona>> a quienes han actuado bien

4.2 Enfoque Conductual en la TREC con niños:

Los niños aprenden sus actitudes al observar el comportamiento de los adultos. Para descubrir si a los niños se le puede enseñar una nueva forma de pensar y nuevas actitudes, se propone enseñarles un sistema racional de pensamiento. Sí los niños son recompensados firmes y consistentemente por las expresiones verbales del pensamiento racional, lograrán mayor control de su conducta que aquellos que no son reforzados en ésta esta forma.

"Ya se ha demostrado que la TREC es eficaz en niños (Ellis, 1972, Knaus, 1974.) Se necesita graduar el estímulo verbal y los refuerzos utilizados para las autoafirmaciones[11].

4.3 Educación Emotiva con niños:[12]

El niño dejará de hacer responsable a los otros o al mundo de sus emociones o conductas y asumirá la responsabilidad de sus actos.

Poder pensar y hablar de sus emociones, le abrirá un camino, para poder resolver sus dificultades.

4.4 Creencias Nucleares :

1. Debo ser aprobado y amados por las personas que me importan.
2. Debo tener todo aquello que quiero.
3. No debo pasar incomodidades y debo estar siempre entretenido.

---

[11] . Albert Ellis, Russell Grieger. MANUAL DE TERAPIA RACIONAL EMOTIVA. 9ª Edición. Editorial Descleé de Brouwer, S.A. 2003. España. Pág 385.

[12] Julio Obst Camerini. INTRODUCCIÓN A LA TERAPIA COGNITIVA, Buenos Aires Argentina, 2004.

4.5 Creencias Irracionales:

- Es horrible que otros no gusten de mí.
- Soy malo o incapaz si cometo errores.
- Todo debe resultarme cómodo y placentero.
- Debo tener todo aquello que quiero.
- El mundo debe ser justo y los malos deben ser castigados.
- Mis sentimientos deben permanecer ocultos. No deben ser conocidos por otros.
- Sólo existe una manera correcta de hacer, pensar y sentir
- Las personas valen más o menos dependiendo de su raza, posición social, o grado de preferencia de los papas.

CAPITULO II

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

1. Planteamiento del Problema:

Los niños manifiestan su enojo inapropiadamente porque algunos no saben cómo expresar o controlar la ira que sienten de una manera apropiada. Las cosas que le provocan ira a los niños, a los adultos le es insignificante, pero para los niños se convierte en un verdadero problema, causándole conductas agresivas.

En el entorno escolar, hay varias situaciones que enojan a los niños, como: pelear posesiones, conflictos verbales y el rechazo .Para evitar estos problemas se debe enseñar al niño a aprender a controlar y expresar su ira acertivamente.

Existe un tratamiento para el manejo de la ira, con bases cognitivas y conductuales. A éste se le llama Técnica Racional Emotiva Conductual. En sus principios fue aplicada a la población adulta. Es una terapia breve, directa, centrada en el problema actual del paciente, en la influencia que ejercen los pensamientos, las creencias sobre las emociones y el comportamiento de las personas. (Albert Ellis 1981)

¿El Programa de Educación Emocional basado en la Terapia Racional Emotiva Conductual, que se aplicará en niños que presentan deficiencia en el control y expresión de su ira, disminuirá sus carencias en éstos puntos?

¿Existen diferencias si se comparan los resultados entre un grupo de niños que participen en el Programa para el control y expresión de ira, utilizando como base la Terapia Racional Emotiva Conductual y un grupo de niños que no reciban dicho programa?

2. Objetivos:

   a. Generales:

- Aumentar el conocimiento, de controlar y expresar la ira asertivamente.

- Comprender que nuestros pensamientos son los que manejan nuestras emociones.
- Resolver los futuros problemas de ira que presenten los niños del estudio, desde el manejo de la Terapia Racional Emotiva Conductual.

b. Específicos:

- Comparar los efectos del Programa de Educación Emocional, basado en la Terapia Racional Emotiva Conductual, entre los casos que recibieron la intervención y los casos del grupo que no lo recibieron, a partir de las mediciones antes y después del tratamiento.

- Interpretar clínicamente los resultados del Programa obtenidos en cada caso, tomando como referencia la teoría de la Terapia Racional Emotiva Conductual.

3. Hipótesis:

a. Investigación:

Los niños de 9 y 10 años que presentan deficiencias en el control y expresión apropiada de la ira, tendrán una mejoría en estos estados, luego de recibir el Programa de Educación Emocional basado en Terapia Racional Emotiva Conductual a diferencia de los niños con las mismas condiciones, que no reciban este programa.

4. Variables de la Investigación:

a. Variable Independiente:

Programa de la Terapia Racional Emotiva Conductual. (TREC)

Definición Conceptual:

Llamaremos Terapia Racional Emotiva Conductual (TREC) a una Terapia psicológica práctica y directiva, que ofrece un método científico de pensamiento racional que ayuda a las personas a disminuir sus problemas emocionales y conseguir un cambio filosófico que incidan en sus emociones y conductas tanto presentes como futuras, ofreciendo un estilo de vida más pleno y satisfactorio. (Lega, Caballo, Ellis 1997.)

Tiene como premisa, "que las personas no se perturben por los hechos sino por lo que piensan acerca de ellos," aplicándose ésto, gráficamente como el "ABC":

A: es el acontecimiento activador, suceso o situación y puede ser externo o interno (pensamiento, imagen o fantasía).

B: representa en principio el sistema de creencias y el sistema cognitivo (pensamientos, recuerdos, imágenes, normas, valores.)

C: representa las consecuencias o reacciones en ocasión de la situación A. La C, puede ser de tipo emotivo, cognitivo o conductual. (Julio O. Camerini, 2005)

Definición Operacional:

Se trabajará un programa de educación emocional apoyado por el Manual de "Thinking, Feeling, Behaving (An Emotional Curriculum for Children)" de Ann Vernon, basado en la teoría de la TREC para manejar la ira en niños; lo aplicaremos a nivel individual y grupal .

b. Variable Dependiente:

La Ira.

Definición Conceptual:

Llamaremos ira a la emoción que produce conductas agresivas descontroladas dirigidas hacia personas, objetos o a sí mismo; creadas, por recurrir a un pensamiento disfuncional, cuando nos enfrentamos a un suceso o

situación externa o interna (conducta, emoción, pensamiento) (Albert Ellis, Raymond Trafrate, 1999.)

Definición Operacional:

Consideraremos Ira a los puntajes obtenidos en las siguientes evaluaciones:

- ✓ El Inventario de Expresión de Ira estado- rasgo en niños y adolescentes de Spielberger Del Barrio y A. Aluja 2005.
- ✓ Las Escalas De Evaluación Observacional de conducta agresivas- Formulario para maestros

5. Controles de la Investigación:

a. Criterios de Inclusión: Los participantes deberán obtener puntuaciones significativas en los estados de ira. El rango de edad oscila entre, 9 a 10 años, de uno u otro sexo. Para participar del tratamiento debe obtenerse consentimiento de sus padres.

Criterios de Exclusión: Presencia de Trastornos de aprendizaje, según los criterios del DSM-IV y a continuación presentamos la definición según el mismo.

-Trastorno de Aprendizaje:

Criterios para el diagnóstico del F81.0 Trastorno de la lectura (315.00)

A. El rendimiento en lectura, medido mediante pruebas de precisión o comprensión normalizadas y administradas individualmente, se sitúa sustancialmente por debajo de lo esperado, dada la edad cronológica del sujeto, su coeficiente de inteligencia y la escolaridad propia de su edad.

B. La alteración del Criterio A interfiere significativamente el rendimiento académico o las actividades de la vida cotidiana que exigen habilidades para la lectura.

C. Si hay un déficit sensorial, las dificultades para la lectura exceden de las habitualmente asociadas a él.

Criterios para el diagnóstico del F81.2 Trastorno del cálculo (315.1)

A. La capacidad para el cálculo, evaluada mediante pruebas normalizadas administradas individualmente, se sitúa sustancialmente por debajo de la esperada dada la edad cronológica del sujeto, su coeficiente de inteligencia y la escolaridad propia de su edad.

B. El trastorno del Criterio A interfiere significativamente el rendimiento académico o las actividades de la vida cotidiana que requieren capacidad para el cálculo.

C. Si hay un déficit sensorial, las dificultades para el rendimiento en cálculo exceden de las habitualmente asociadas a él.

Criterios para el diagnóstico del F81.8 Trastorno de la expresión escrita (315.2)

A. Las habilidades para escribir, evaluadas mediante pruebas normalizadas administradas individualmente (o evaluaciones funcionales de las habilidades para escribir), se sitúan sustancialmente por debajo de las esperadas dados la edad cronológica del sujeto, su coeficiente de inteligencia evaluada y la escolaridad propia de su edad.

B. El trastorno del Criterio A interfiere significativamente el rendimiento académico o las actividades de la vida cotidiana que requieren la realización de textos escritos (p. ej., escribir frases gramaticalmente correctas y párrafos organizados).

C. Si hay un déficit sensorial, las dificultades en la capacidad para escribir exceden de las asociadas habitualmente a él.

6. Muestra:

La muestra consistió de 6 sujetos; en donde tres de los sujetos recibieron el Programa de Educación Emocional basado en la Terapia Racional Emotiva Conductual, y los otros tres no lo recibieron.

Es una muestra no probabilística, conocida también como muestra dirigida, ya que la relación de los sujetos depende de los criterios establecidos por el investigador. La muestra sujeto – tipo o estudio de caso único, se realiza en investigaciones tipo cualitativo donde el objeto fundamental es la profundidad, calidad y riqueza de la información recabada y no la cantidad de estandarización.

Hay que tener presente que los resultados son generalizados a la ***muestra en sí*** o pueden ser generalizados a muestras similares, no son generalizables a una población (Sampieri 1995.)[12]

7. Metodología:

Estamos concientes de que la validez externa no es grande ya que no puede generalizarse con certeza a partir del caso único. No obstante la validez externa puede aumentar mediante la repetición del estudio con los distintos casos, a futuros clientes.

A través del período de investigación se asistieron a 12 casos con los criterios establecidos para el trabajo. Se inició, el procedimiento a medida

[13] Roberto Sampieri, 1995. Metodología de la Investigación. México, D.F. Graw-Hill Interamaericana de México.

que fueron evaluados, antes de aplicar el programa individualmente a cada caso; sin embargo, 3 casos de cada grupo (un grupo que recibía el programa y otro grupo que no lo recibía) fueron descartados para el estudio formal ya que presentaron una asistencia irregular a las sesiones terapéuticas individuales. Estos niños provienen de familias de bajo nivel socioeconómico y educativo, con una serie de desventajas adyacentes que los anteponen con múltiples excusas que justifican su inasistencia.

Este trabajo se enfocó en aumentar el conocimiento de los niños sobre la emoción de la ira para que aprendieran a controlarla y expresarla adecuadamente sin causarle daños a terceros o a ellos mismos. Al igual que comprender que nuestros pensamientos son los que mejoran y le dan poder a nuestras emociones.

Utilizamos un Programa con base en la Terapia Racional Emotiva Conductual, porque tiende a ubicarse en un modelo educativo, donde prevalece la idea de aprendizaje y se basa en aspectos psicoterapéuticos con un procedimiento activo, directivo estructurado y de tiempo limitado, que se utiliza con pacientes que padecen de distintos trastornos psicológicos. El Programa está diseñado para ser aplicado en un rango aproximado de 3

meses siendo la frecuencia de las sesiones individuales, 3 veces por día. Cada sesión individual duró de 45 a 60 minutos basados en los objetivos de la Terapia Racional Emotiva Conductual.

Las sesiones grupales se realizaron 3 veces por semana con una duración de 1 hora. El tema escogido para reforzar en las sesiones grupales fue en el área de Auto confianza: específicamente el tema de "ellos dicen" e "insultar," porque los niños presentaban mayor dificultad en manejar los insultos que otros le dan y perdían el control de su ira al escucharlos.

Una vez terminadas las sesiones grupales se procedió a la aplicación del postest de cada una de las pruebas aplicadas anteriormente, e inmediatamente y se les paso el formulario de Maestros, a cada educador de grado correspondiente.

Hubo necesidad de realizar algunas modificaciones de sintaxis, a las pruebas utilizadas, para lograr que los niños comprendieran, el significado del contenido de la misma. De igual forma en la Terapia individual se necesitó graduar el estímulo verbal de TREC.

8. Descripción de los instrumentos de evaluación

a. Inventario de Expresión de Ira Estado-rasgo en niños y adolescentes (STAXI- NA)V. De Barrio. C. D. Spielberger A. Aluja TEA Madrid, 2005.

La prueba parte de la necesidad de evaluar la ira como una conducta exteriorizada y con instalaciones básicas (Estado y Rasgo) y dos canalizaciones o direcciones (internas y externas)

La Prueba distingue formas de Ira:

Ira Estado:

Un estado emocional transitorio y reactivo que se relaciona con la reacción puntual y concreta a una situación actual.

Cuenta con tres subescalas:

1. Sentimiento.
2. Expresión Verbal.
3. Expresión Física.

Ira Rasgo:

Una disposición inscrita en la naturaleza de los sujetos, que los hace inclinarse a desarrollar más frecuentes e intensos estados emocionales ante una situación.

Pueden sentirse maltratados y frustrados.

Cuenta con dos subescalas:

1. Temperamento.
2. Reacción de Ira.

Se desea que aquí las puntuaciones **sean bajas*, por que indica que el sujeto no reacciona frecuentemente con rabia y a la vez no se sienta maltratado ni frustrado.

Modos de Expresión y Control de Ira:

1. Expresión Externa de Ira:

Dirige la ira hacia personas u objetos del entorno.

Alta: (91-99 puntos) El sujeto manifiesta su ira impulsivamente, no le importa atacar personas u objetos.

Baja: (menor de 91 puntos) No le hace daño a terceros.

Se desea que las puntuaciones sean bajas.

2. Expresión Interna de la Ira:

Dirige la ira contra sí mismo, siente la ira, pero suprime su expresión, lo que provoca sentimientos de culpa y depresión.

Alta: (91-99 puntos) Tienen sentimientos de Ira y Rabia pero las inhiben y no la expresan.

Baja: (menor de 91 puntos) Saben cómo expresar su ira interna de manera acertiva y funcional.

Se desean que las puntuaciones en la expresión de ira externa e internas sean bajas.

3. Control Externo de la Ira:

Ocasiona salida controlada a los sentimientos de Ira.

Alta: (89- 99 puntos) Están siempre alerta por controlar los estímulos productores de reacciones de ira.

Baja: (menor de 89 puntos) No controlan los estímulos que le producen ira, afectando su estado emocional, causándose sentimientos de culpa, frustración y malestar.

4. Control Interno de Ira:

Las personas *intentan el control de la ira,* calmándose y relajándose.

Alta: (89- 99 puntos) Los sujetos logran calmarse llevando a cabo acciones de enfrentamiento efectivas (como la relajación)

Baja: (menor de 89 puntos) Las técnicas de enfrentamiento no logran calmar al sujeto, por no ser funcionales; causándole mayor frustración.

En el caso de los niños se ha intensificado el estudio de la ira en su aspecto de "rasgo"

Se desea que el sujeto, obtenga puntuaciones altas para obtener el debido control de la emoción.

Los estados emocionales en los niños suelen ser más frecuentes, intensos, francos y versátiles que en los adultos. Algunas de estas características facilita la evaluación como el caso de la sinceridad y la dificulta la versatilidad.

La evaluación más fiable de la emoción se obtiene por auto informe, por lo tanto es el método al que no es posible ni recomendable renunciar.

Evaluar la ira mediante cuestionario permite no sólo acudir a la experiencia interna del sujeto sino, que facilita la toma de datos masivos que

permiten tener un bagaje de información imprescindible para estudios epidemiológicos medidos, de tendencia y comparación de grupo.

Contenido Pisco métrico de la prueba:

Los datos psicométricos de esta prueba se han obtenido exclusivamente a partir de población española, pero la prueba ha cuidado que su lenguaje sea inteligible y adaptado a todos los países de habla hispana.(mexicanos, chilenos, portorriqueños, venezolanos, argentinos, guatemaltecos y peruanos)

Para obtener las características psicométicas de la prueba se aplicaron los siguientes instrumentos: AFV Agresividad física y verbal.(Coprara y Pastorelli, 1993) BAS-3 Batería de socialización (Silva Y Martorell, 1989), BFQ BIG Five Questionarie (Caprara, Barbaranelli, Borgogni y Peruguini, 1993), EPQ-J Cuestionario de Personalidad de Eysenck forma J (Eysenck forma J (Eysenck, Eysenck, 1975) y SSS-J es una versión para niños y adolescentes del Sensation Seeking Scale (apaptada por Pérez, Ortet, Pla y Simò (1996).

Validez de la prueba:

La validez convergente y discriminante del SATAXI-CHA se ha evaluado en relación a otros cuestionarios de validez reconocida (: AFV, BAS-3, BFQ, EPQ-J, SSS-J) en dos submuestras amplias de este estudio.

b. Escala De Evaluación Observacional de conducta agresivas-Formulario para maestros:

Esta escala presenta una serie de conductas que pueden observase en los escolares y se detectan en las experiencias cotidianas. Con ella se puede evaluar a cada alumno. Será útil para revisar su conducta en relación con la manifestación descontrolada de la ira.

Cada situación de la escala tiene cuatro posibilidades o alternativas:

0 = No se ha observado.

1 = Algunas Veces se ha observado.

2 = Frecuentemente se ha observado.

3 = Muy Frecuentemente se ha observado.

Se desean evaluar en esta escala tres áreas:

- Autocontrol.
- Consideración a los demás.

- Buenas Relaciones interpersonales.

Estas tres áreas tienen relación con la autoafirmación que necesitan los niños en este tipo de terapia para reafirmar sus nuevos pensamientos. Es una forma de seguimiento de conducta, que es evaluada por el maestro quien por medio de su observación puede percibir con mayor precisión alguna mejoría en el autocontrol de su conducta, la aceptación de los demás, y la buena relación interpersonal que viene con su cambio de pensamiento.

Cada vez que el sujeto pueda controlar su ira, aceptar a los demás como son, y aumentar sus buenas relaciones interpersonales, estará poniendo en práctica las "autoafirmaciones aprendidas en la terapia para hacerle frente a hechos concretos que le ocasionan ira."

c. Inventario de Creencias irracionales sobre la ira, basado en la teoría de la Terapia Racional Emotiva Conductual.

El objetivo de este cuestionario es conocer el sistema racional de pensamientos, con esto se puede enseñar una nueva forma de pensar y adquirir nuevas actitudes.

Las tres demandas absolutistas de la filosofía demandante de Albert Ellis, distribuida en 16 items, se agrupan en tres creencias Básicas:

Demandas Absolutistas:

1. Demanda sobre uno Mismo.
2. Demanda sobre los otros.
3. Demandas sobre el mundo.

Creencias Básicas:

1. Debo ser aprobado y amado por las personas que me importan.
2. Debo tener todo aquellos que quiero.
3. No debo pasar incomodidades y debo estar siempre entretenido.

Cada items tiene como respuesta un Sí y un No. Cuando se selecciona, cualquier ítem, debe explicarse el por qué del Sí o del No.

La información que se obtiene en la casilla del por qué, es muy valiosa debido a que plasma la estructura de pensamiento y percepción de los hechos que le acontecen.

9. Programa de Educación Emocional Basado en la Terapia Racional Emotiva Conductual

a. Objetivos:

1. Ayudar a los estudiantes a aprender a controlar y expresar su ira acertivamente promoviendo un pensamiento funcional ante situaciones que originan ira.

2. Facilitar el crecimiento emocional y social de los estudiantes por medio del desarrollo de habilidades interpersonales.

b. Contenido:

Temas de las Sesiones Individuales

1. Pensar y Sentir
2. Nadie me quiere
3. Sobrenombres
4. ¿Cómo actuar cuando hay problemas?
5. Soluciones ante los problemas.

Temas de las Sesiones Grupales:

1. Ellos Dicen
2. Insultar.

c. Recursos Didácticos:

- Inventario de Creencias Irracionales sobre la Ira basado en la Teoría de la Terapia Racional Emotiva Conductual.
- Libro: Vamos a contar mentiras.
- Salón de sesiones, espacioso, silencioso y fresco,
- Mesas, colchas, masillas, pilotos
- Radio, CD.
- Música de relajación
- Papel de Construcción
- Lápices de escribir
- Cuaderno de hojas de rayas
- Pilotos de colores
- Tablero
- Hojas blancas
- Velas
- Manuscrito "Ellos Dicen"
- Bolsa de papel manila
- Cartulina de colores
- Tijeras
- Premios de refuerzo (pastillas, calcomanías, pines)

d. Metodología del Programa:

Utilizamos la Técnica Racional Emotiva Conductual de Albert Ellis para manejar la ira en los niños o niñas. Apoyados por las actividades del manual de Thinkig, Feeling, Behaving (An Emotional Curriculum for Children) de Ann Vernon Grado 1-6.

Al iniciar el programa con cada niño se estableció el rapport de la siguiente manera.

- Conversación abierta, sin tema en específico.
- Indagar sobre su día escolar.
- Mostrar los objetos que puede utilizar en el salón de sesiones como: masillas, colcha, mesas, bancas, tablero.
- Realizar preguntas cerradas y concretas, (datos generales).

Si el niño no tiene conocimiento del porque se encuentra en el programa, lo interrogamos de la siguiente manera:

- ¿Crees que tienes algún problema en el salón?.
- ¿Peleas mucho?.
- ¿Sabes porqué te suspenden?.
- ¿Alguien te insulta en la escuela?.

- ¿Sabes cómo defenderte cuando te enojas?

Obtenidas las respuestas del niño o niña, le notificamos que deseamos ayudarlo a resolver alguno de estos problemas a través de lo que aprenderá en el programa. . Iniciamos el calendario de Trabajo.

Aplicamos el Inventario de Creencias Irracionales sobre la Ira basado en la Teoría de la Terapia Racional Emotiva Conductual.

Antes de aplicar la primera sesión, se lleva al niño fuera del salón de sesiones, se le pide que mire al cielo, que desee que llueva, que pare de llover o que caigan dulces del cielo. En ese instante el niño comprueba que no todo lo que quiere o desea con todas sus fuerzas sucederá. Se le explica que hay cosas que no podemos cambiar, porque simplemente no tenemos poder sobre ellas. Regresamos al salón de sesiones y aplicamos la sesión 1.

Finalizada la primera sesión conoceremos cuál es la creencia irracional más fuerte que posee el niño, y en base a ella aplicamos las siguientes. Sesiones (2.3.4,5) y las sesiones grupales.

Es conveniente que al utilizar la TREC en niños, se cuente con experiencia sobre el trato con ellos, puesto que la colaboración del mismo en el programa, no se logra de la misma manera que en el adulto. Hay que proporcionar confianza e interés en el niño para lograr su concentración.

Al finalizar cada sesión el niño o niña se va con una tarea, para que lo incentive a recordar lo aprendido. No hay castigos por no realizar las tareas.

Al finalizar cada sesión se le pregunta, cómo se siente, y que cosas le gustaría cambiar de la sesión.

Una vez terminadas las sesiones, como incentivo, se le permite realizar algún juego o actividad.

Para lograr que los niños comprendieran el significado del contenido de las pruebas utilizadas en el programa, hubo necesidad de realizar algunas modificaciones de sintaxis.

Sesiones grupales:

Antes de aplicar los temas de las sesiones grupales, se realizó una dinámica de integración, llamada: "vamos a contar mentiras".

Una vez lograda la integración, se procede con las sesiones grupales. Realizando las siguientes actividades:

- Dramatizaciones, - Obra de teatro. Para distinguir entre lo que dicen las personas acerca de ti y quién eres.

- Confección de Material didácticos. Bolsas con expresiones de emociones.
- Cantar. Canción de la Ira, como técnica de animación.

En las sesiones individuales y en las actividades grupales reforzamos los pensamientos funcionales, eliminando los pensamientos que nos provocan una ira descontrolada.

La filosofía y la actitud demandante es la causa de la ira disfuncional. Un pensamiento funcional o preferencial tolerante y de aceptación de la realidad, es necesaria para evitar los ataques de ira contraproducentes y reemplazarlos por disgustos funcionales y operativos (reconociendo que el mundo no se rige por leyes acorde a nuestros deseos y que no somos omnipotentes).

Según Albert Ellis, la propiciadora de la ira es la filosofía "demandante absolutista" sobre los otros ("el debe") con su baja tolerancia a la frustración. También es causante de la "ira que condena" o condena global hacia otras personas ("él es una mala persona y merece todo el castigo"). [14]

[14] Julio Obst Camerini. INTRODUCCIÓN A LA TERAPIA COGNITIVA. Buenos Aires, Argentina, 2004. Pág. 155.

En cambio, con un pensamiento funcional no se condena a la persona en su *totalidad* sino solamente las acciones incorrectas y esto genera un enojo apropiado y funcional. Si logramos controlar el enojo y llevarlo a un nivel apropiado, donde nos permita tratar de resolver el problema, estaremos evitando consecuencias perjudiciales a nuestra salud y nuestras relaciones con otros.

Sesiones para las Terapias Individuales

Tema: Pensar y sentir

Sesión 1

Objetivo:

Establecer la Conexión con ABC.

Enseñar que los pensamientos tienen el poder de controlar las emociones.

Enseñar a Pensar antes de Actuar.

Recursos didácticos:

- Pilotos de Colores
- Tablero.
- Música de Relajación
- Vela
- Hoja Blanca

Procedimiento:

Orientar al estudiante sobre la conexión que hay entre evento, pensamiento y conducta, para ir introduciendo el concepto de mediación cognitiva. Reconociendo lo que le molesta y cómo se siente, procedemos a dialogar, utilizando el tablero y los pilotos de colores.

A – B y **C** se identificarán con diferentes colores, sobre la letra **B** habrá un signo de interrogación. En la letra **A** guardaremos los hechos, ejemplo: Los insultos. Descubriremos lo que guarda la letra **B,** y en la letra **C** guardaremos lo que sentimos. **Se le dice al niño:** "Todo esto se guardará en la ***nevera cerebro***, para utilizarlo cuando lo necesitamos". Daremos unos minutos al estudiante para que comprenda lo que se desea asociar. Cuando éste comprenda, procedemos a asociar los eventos.

Relajación: Se requiere de música suave, una vela, técnicas de respiración e identificación de sentimientos. Cuando el estudiante se concentra, procedemos a la búsqueda de pensamientos, en la "nevera cerebro", lo que hay en **B**; Se le pide al niño que evoque la situación que le molesta en el salón de clases, y diga lo que siente y piensa. Finalizamos la relajación lentamente.

Después de la relajación, se pide al niño que escriba lo que encontró en la letra B; explicarle que esto se llama pensamiento, que controla los sentimientos y posee un poder. El poder de controlar las emociones.

Tarea:

Recordar la relación del ABC, repasarla todos los días en la mañana y antes de dormir.

Tema: Nadie me quiere.

Sesión 2 :

Creencia Irracional de esta sesión :

Es horrible que otros no gusten de mí.

Debo ser aprobado y amado por los que amo.

Objetivos:

Reconocer que no somos del agrado de todos o que todos nos agraden.

Explorar las creencias irracionales y discutir las demandas irracionales

Recurso Didáctico:

- Cuaderno de Tareas.

Procedimiento

Se interroga al estudiante, si piensa o cree que no lo quieren, ejemplo: sus padres, amigos, hermanos o maestros.

Discutir las creencias irracionales en el niño o niña trabajando con situaciones vividas anteriormente y experiencias emotivas presentes.

Discusión:

¿Hay alguien en el salón que no te agrada?

¿Hay alguien en el salón al que no le agrades?

¿Desear que no te pongan sobrenombre ayuda a que ésto no suceda?

¿Hay en la escuela alguna regla que obligue a amar a todos?

Evaluación:

Por medio del debate logran reconocer que no es posible, que todos agraden de ellos o ellos de todos. Esto no quiere decir que sean malas personas.

Tarea:

Hacer una lista de las personas que se preocupan por él / ella.

Tema: Sobrenombres

Sesión 3

Creencia Irracional de esta sesión :

El mundo debe ser justo y los malos deben ser castigados

Objetivos:

Reconocer que las personas son diferentes .

Aprender a manejar los sentimientos que provocan los sobrenombres

Recurso Didáctico:

- Papeles de Construcción
- Lápices negros.

Procedimiento:

Se hace un resumen al niño de las dos sesiones anteriores pidiéndole que evoque lo que más recuerda de cada una.

Se explica el tema a trabajar con tres papeles de construcción, en uno debe dibujar a todos los niños que lo/ la molestan; en otro, los sobrenombres que le ponen, y en el tercero un precio para levantar los castigos a cada uno de los niños que lo /la molestan.

Apoyado con los dibujos se procederá a dialogar de las diferencias personales. Se continúa con las demandas sobre las creencias irracionales.

Conceptuar el término JUSTO como: "ser legal", que es un término popular utilizado por los niños o niña para definir a alguien justo o no abusador.

Discusión:

Verificamos en la realidad los sobrenombres que le ponían.

Ejemplo : "bola de quico"

¿Cómo es la Bola?

¿Es la bola una Persona?

¿Qué parecido tienes con Quico?

Evaluación :

Descubre que él /ella no valora a todos por igual.

Aplican menos castigos a sus amigos.

Aprenden que cada uno es diferente y que no son más o menos que otros.

Tarea:

Repasar todos los días los pensamientos funcionales aprendidos, en la mañana y antes de dormir,

Tema: ¿Cómo actuar cuando hay problemas?

Sesión 4

Creencia Irracional de esta sesión :

Las personas valen más o menos dependiendo de su raza, posición social o grado de preferencia de los padres.

Objetivo:

Aprender a desarrollar soluciones alternativas ante los problemas.

Procedimiento:

Por medio de la técnica de relajación se le pide al estudiante que evoque algunos problemas que tengan en casa con sus padres y que expongan dichos problemas.

Se hace la relación ABC para descubrir el pensamiento disfuncional. Analizan diferentes formas de actuar ante un problema, en relación con sus padres y los pensamientos que le producen diferentes sentimientos.

Evaluación:

Reconocer que pueden tener diferentes opciones de actuar ante cualquier situación que le provoque ira.

Tema: Diferentes soluciones a un problema

Sesión 5

Objetivos:

Reforzar que en los pensamientos hay poder para solucionar problemas.

Evaluar lo aprendido en las sesiones anteriores.

Recuso Didáctico:

- Cuaderno

Procedimiento:

Se realiza por medio de preguntas y respuestas, una breve recopilación de lo aprendido en las sesiones.

Discusión :

¿Qué hacer cuándo me buscan pelea?

¿Cuántas soluciones hay para un problema?

¿Por qué es mejor buscar varias formas de solucionar un problema, antes de actuar?

¿Qué puedes hacer si la solución que escogiste , no resuelve el problema?

Evaluación:

Aprender alternativas para enfrentar diversos problemas. Muchas de las soluciones son manejadas impulsivamente, pero a medida que se vaya internalizando la búsqueda de soluciones, antes de actuar, sus alternativas serán menos impulsivas.

Sesiones para las terapias en Grupo

Sesiones De Auto confianza

Tema: 1

"Ellos dicen"

Objetivo:

Distinguir entre lo que dicen las personas acerca de ti y quien eres tu

Material:

- Ellos Dicen (manuscrito.)
- Dinámica Rompe Hielo Libro de Vamos a Contar mentira
- CD de canción de la Ira
- Canción de la Ira : Cuenta hasta 10
- Radio, CD.

Procedimiento

1. Pedir a los niños que levanten la mano, si uno de ellos en algún momento, ha sido objeto de burla. Discutir el hecho de que no podemos impedir que se burlen de nosotros o nos ponga sobrenombres. Es importante decidir, " quiénes somos", aunque la burla o el sobrenombre tengan algo de realidad.

2. Invitar a cuatro voluntarios a la dramatización. Entregar a cada voluntario la copia del escrito y que realicen los papeles de cada escena.
3. Discutir las preguntas.

4. Sin revelar quién le ha puesto sobrenombres, pídale a los estudiantes que hagan una lluvia de ideas acerca de los sobrenombres que han escuchado : como: puerco, cuatro ojos, tonto.

Discusión

1. Los niños empiezan a molestar al niño·1: se le pregunta ¿Cómo se siente él acerca de los comentarios?
2. ¿Creen que él hubiera tenido alguna forma de evitar que los niños en el bus lo molestaran por tener frenos?.
3. ¿Creen que el niño de quien se burlaban supo manejar la situación?

Preguntas Individuales:

Cuando te han puesto sobrenombres en el pasado, ¿qué dice eso sobre ti?

¿Es realmente cruel que las personas te molesten? ¿Eres tú lo que los demás dicen de ti? ¿Vales menos por lo que ellos te dicen? ¿Qué has aprendido?

Evaluación:

Los niños necesitan entender que a pesar de que ellos no pueden controlar el comportamiento de los demás, pueden controlar sus propias reacciones hacia las personas, reconociendo que no son lo que otros dicen de ellos.

Manuscrito

Ellos Dicen

La escena: en un bus hacia la escuela.

Niño 1: Le acaban de colocar frenos. El niño está esperando el bus de la escuela.

Niño 2: Camina hacia el bus y observa los frenos del niño 1 y le señala a sus amigos los frenos al Niño 3 y al Niño 4.

Niño 1: Comienza a hablar con el amigo que está sentado junto a él

Niño 2: Cruza el pasillo, sonríe sarcásticamente y tocando su boca hace cruces en sus dientes. (simulando los frenos)

Niño 3: se ríe y le dice al niño 1 " Oye dientes de lata qué estas haciendo"

Niño 1: Sólo se queda sentado y no dice nada

Niño 3: "¡ Hey todos, hay un nuevo diente de lata en el bus, si alguien necesita algún metal, ahora ya sabe dónde encontrarlos!

Niño1. sigue hablando con el amigo que está sentado a su lado.

Niño 2:Grita a todos sus amigos, " Oye, mejor que no hable mucho o su lengua se quedará trabada en todos esos alambres.

Niño 1: Se empieza a irritar, pero le dice a su amigo, "No me haría nada bien enojarme con ellos. Yo sé que no soy dientes de lata, y no voy a dejar que lo que ellos dicen de mí me moleste"

Tema 2

Insultar

Objetivos:

Aprender acerca del auto insultarse y sus efectos.

Aprender a manejar la ira que esto provoca al momento de escucharlos.

Materiales:

- Bolsa de papel decorada con una cara larga " cara triste"; en la parte de afuera de la bolsa, palabras negativas (cerdo, idiota, estúpido, no eres bueno, gordo, feo, loco); dentro de la bolsa en pedazos de papel, agregar expresiones negativas (Nada de lo que hago me funciona, no soy bueno, estúpido, feo, gordo, soy de lo peor, fenómeno, ignorante.)

- Piloto
- Cartulina
- Radio CD
- Canción de la Ira

Procedimiento:

1. Pasar la bolsa entre los estudiantes y permitir que lean las palabras que están escritas en la parte de afuera. Explicar que éstas son insultos y que éstos pueden darse de otros para ti, de ti para otros y a ti mismo. Auto insultarse es el punto clave de la actividad.

2. Pedir a los estudiantes que en un papel escriban insultos. Cada uno debe leerlos en voz alta como si estuvieran hablando consigo mismo.

3. Entre más papelitos haya, más voluntarios seguirán el mismo procedimiento.

Discusión:

¿Cómo te sentiste cuando te insultaste?

¿Alguna vez te habías dicho palabras así a ti mismo? Comparte

Preguntas Personales:

1. ¿Qué aprendiste de auto insultarte?.

2. Si tú cometes un error, ¿ayuda a la situación ponerse molesto contigo mismo.?

3 ¿Cómo puedes controlarte cuando escuchas los insultos?

Evaluación:

Enfatizar que cuando uno comete un error o hace algo infortunado, auto insultarse empeora la situación.

Dinámica de Integración

Tema: Rompehielo:

Objetivo: Integración

Recurso Didáctico :

- Libro: Vamos a contar "mentiras"

Procedimiento:

Se le dice al plenario que vamos a contar mentiras, y después de escucharlas debemos adivinar qué es lo falso de ellas.

Mentira:

1. "A la Luz de un farol apagado un mudo leía, un sordo escuchaba, un ciego miraba, y aún calvo que allí había, los pelos de punta se le ponían."

2. "De tu ventan a la mía me tiraste un limón, me pegaste en el pecho y me abriste el corazón. Al pasar por tu casa me tiraron un limón, la corteza cayó en el suelo y el zumo en mi corazón.

Preguntas:

¿ Cuál es la verdad?

Evaluación:

Conocer el nivel de concentración en las actividad.

Dinámica de Animación

Tema : Cantar

Objetivo:

Animar

Recurso Didáctico:

- CD Canción de la Ira
- Radio CD
- Canción escrita.

Procedimiento:

Enseñar la letra de la canción y después cantarla al final de la actividad del día.

Evaluación:

Crear un ambiente relajado y alegre.

Canción de la Ira

CUENTA HASTA 10

Si alguna cosa te molesta

Y te calienta la cabeza,

El pensamiento desconecta

Hasta que claro puedas ver.

Si estas ardiendo de coraje,

Antes que algo malo pase

Te recomiendo alejarte

Y contar del uno al diez.

CUENTA: UNO, DOS, TRES,

CUATRO, CINCO, SEIS

SIETE, OCHO, NUEVE, DIEZ

CUENTA: UNO, DOS, TRES,

CUATRO, CINCO, SEIS

SIETE, OCHO, NUEVE, DIEZ

ÉCHALE UN CUBO DE HIELO A TU ENOJO.

MIENTRAS CUENTAS HASTA DIEZ

(BIS)

Si estás furioso, estás que muerdes,

Permíteme que te recuerde:

El que se enoja siempre pierde

No dejes eso crecer.

Si estas ardiendo de coraje,

Antes que algo malo pase

Te recomiendo alejarte

Y contar del uno al diez.

CUENTA: UNO, DOS, TRES,

CUATRO, CINCO, SEIS

SIETE, OCHO, NUEVE, DIEZ

CUENTA: UNO, DOS, TRES,

CUATRO, CINCO, SEIS

SIETE, OCHO, NUEVE, DIEZ

ÉCHALE UN CUBO DE HIELO A TU ENOJO.

MIENTRAS CUENTAS HASTA DIEZ

(BIS)

CAPITULO III

PRESENTACIÓN DE CASOS Y ANÁLISIS DE RESULTADOS

1. Casos del Grupo que recibió el Programa de Educación Emocional basado en la TREC:

   a. **Caso 1:**

Niño de 9 años de edad; vive en San Felipe con la mamá y dos medios hermanos, uno de 10 años, y el otro de 2 años. Es el segundo de tres hermanos, por parte de madre, y es hijo único, de la unión de sus padres. No padece ninguna enfermedad física, mental, ni presenta problemas de aprendizaje.

En casa se le considera tranquilo, pero en la escuela ha tenido incidentes de agresión con los compañeros, por ejemplo: apretarles el cuello fuertemente, hasta dejar las uñas marcadas en la piel del compañero.

Cuando se molesta llega a herir fuertemente a otros niños hasta el punto de querer asfixiarlos. La maestra expone que es un niño tranquilo por momentos, pero cuando no soporta el desorden y los sobrenombres, pelea con los demás compañeros. Incidentes como: pegar, patear, asfixiar, lo han llevado dos veces a la suspensión escolar. Académicamente posee buenas calificaciones que oscilan ente el 3.5 y 4.5.

Uno de los mayores incidentes que presentó el niño en la escuela, sucedió cuando puyó a una niña con un compás. Fue suspendido por esta acción y le mintió a la mamá al respecto. Pasado las semanas, se le volvió a suspender por agarrar fuertemente a un niño por el cuello, dejándole la marca de sus dedos, quien necesitó primeros auxilios en un Centro de Salud, por temor a una asfixia.

Lo apodan de diferentes formas: , "bebé de mamá" "pelota de quico" "bobo" entre otros. Ésto le provoca ira hacia sus compañeros. El niño mantiene sus uñas largas y afiladas en forma puntiaguda y suele herir a los demás cuando los aprieta o molestan.

La relación conyugal de los padres, finalizó por infidelidad del padre, cuando el niño tenía 4 años de edad. La relación de ambos padres con el niño, era de sobreprotección ya que era el hijo único de la pareja.

A raíz de la infidelidad sucedieron agresiones entre la pareja (golpes por parte del padre, insultos y conductas soeces). El niño sufrió mucho la separación de su papá , lloraba constantemente. Al separarse, la mamá fue a vivir con su madre.

La actual esposa del papá es la causante del hecho de infidelidad, razón del rechazo de la madre hacia ella sobre todo cuando el niño visita a su padre. La mamá ordena al niño que no obedezca a su madrastra en nada sólo a su abuela paterna.

Los padres del niño llevan separados 5 años y medio, con una comunicación insatisfactoria. Ambos padres tiene otras parejas. La pareja de la madre no vive con ella.

El niño sigue órdenes y acepta todas las reglas que le impone la madre, en casa sòlo pelea con los hermanos, especialmente con el que convive. Se guarda las molestias y cuando no soporta más, manifiesta su ira.

Ambos padres tienden a denigrarse mutua y constantemente. En la consulta salieron a relucir insultos verbales y gritos por parte de ambos padres frente al terapeuta y el niño.

La madre, labora en un puesto de comida ubicado en el Mercado Público.

El niño se acuesta tarde esperando a su madre; como resultado de ésto, se duerme en el salón de clases o bosteza constantemente.

La relación del papá con el niño es descuidada porque cuando él lo visita nunca está presente. La atención la obtiene de la abuela paterna y de su madrastra. Su padre acepta que comparte muy poco con él , pero aduce que él está pendiente de los útiles que necesita. Cuando comparte con él, no hablan de cosas personales ni de incidentes en la escuela; hablan de algún juego de fútbol o programa de televisión.

El padre desea que estudie, que no fracase en su boletín, lo amenaza y esto atormenta al niño porque llora y se pone nervioso y miente cuando fracasa.

La relación del niño con su madrastra no es buena, y en reiteradas ocasiones le grita " tú no me mandas y no tienes que decirme nada." Esta situación ocasiona conflicto entre el papá y la madre del niño. La madre aprueba la desobediencia hacia la madrastra y por ende nunca se termina el ciclo de insultos y desprecios.

Síntomas:

- Daños físicos a terceros (pinchar con compás, asfixia)
- Ansiedad (ante el fracaso escolar)
- Mitomanía (miente sobre su comportamiento en la escuela)

- Conductas disruptivas en la escuela (pelea con los compañeros de clases y busca grupos de niños que ocasionan problemas)
- Problemas para conciliar el sueño.
- Baja tolerancia a la frustración

Cogniciones que generan ira:

- Descalificación (señal de ser despreciado o no valorado por otros, no querido o una persona sin importancia.)
- Carencia de Control, al impedir o remediar el hecho que le causa ira

Posee síntomas que lo pueden llevar más adelante a padecer de un trastorno disocial tipo inicio infantil, pero actualmente no cumple los criterios necesarios para dicho trastorno. Consideramos este tipo de problemas relacionados con el comportamiento antisocial de la niñez V71.02

El niño presenta problemas paterno- filiales Z63.1; específicamente por la separación de sus padres, y sus nuevas parejas, disciplina inadecuada, deterioro de la comunicación y nacimiento de nuevos hermanos.

Después de recibir el tratamiento del Programa de Educación Emocional basado en la Terapia Racional Emotiva Conductual, los síntomas de conductas

disruptivas y agresiones hacia los demás disminuyeron, y hubo mejor control y expresión de su ira.

Sus reacciones son controladas entendiendo el problema y la causa del mismo, especialmente la burla de los compañeros de escuela. Ya no se siente descalificado por los demás.

Presenta después del tratamiento, un pronóstico bueno, porque maneja mejor sus emociones. Los síntomas de padecer de un trastorno disocial de inicio infantil ha disminuido, en éste caso, significativamente.

b. Caso 2:

Niña de 9 años, reside en Santa Ana. Vive con su mamá y dos abuelos maternos, quienes proporcionan el aporte económico al hogar.

La madre de la niña es ama de casa y hasta la fecha no tiene trabajo.

La niña es la mayor, tiene un hermano de 7 años, con quien pelea constantemente.

La niña padece de "Bocio" por deficiencia de la tiroides. La madre le ha prohibido gritar, porque esto le afecta sus cuerdas vocales. El padre abandonó a la madre, embarazada del segundo bebé.

La niña no tiene una relación constante con su papá. La mamá le explicó que él las abandono por otra mujer, y que ya no les interesaba.

Los sentimientos de la niña hacia el padre son ambiguos, en ocasiones dice que no le importa que su papá no la quiera, porque su abuelo sí la quiere. A su vez no entiende por qué su papá no la busca o no la llama para navidad o su cumpleaños.

La madre expone que la conducta de la niña en casa es incorregible, le grita, tira las cosas de la casa cuando se molesta. En una ocasión llego a gritarle "Te dejo que me pegues porque eres mi mamá, sino te doy" y molesta se retiró a una esquina de la casa donde nadie pudo sacarla ni decirle nada porque estaba muy violenta. En otra ocasión llegó a amenazar a la mamá que se tiraría del balcón, porque la mamá la regañó fuertemente por pelearse con su hermano y esto lo considera injusto.

Los abuelos de la niña aducen que la mamá no le pone corrección adecuada a la niña y que ésta no la respeta.

La maestra la considera una líder porque tiene la capacidad de guiar al grupo, el inconveniente con la niña es que grita, e insulta a los compañeros. Alguna veces trata de calmarse ignorándolos pero ésto no le funciona y les pega para que la obedezcan.

Sus conductas de agresión no han merecido suspensión, sólo de citación al acudiente para dar a conocer su comportamiento dentro del salón de clases. A menudo decía muchas palabras obscenas a los compañeros y se levantaba a pegarle a cualquiera que la molestara o pusiera sobrenombre, sin importar que la maestra estuviera presente.

Síntomas:

- Uso de palabras soeces
- Grita
- Insulta
- Fomenta peleas
- Agrede física y verbalmente a los demás.
- Amenaza

Cogniciones que generan ira:

- Descalificación
- Intencionalidad
- Carencia de control al impedir o remediar el hecho que le causa ira.

Posee síntomas que la pueden llevar más adelante a padecer de un trastorno disocial tipo inicio infantil, o negativista desafiante; pero actualmente no cumple los criterios necesarios para dicho trastorno, y consideramos este tipo de problemas relacionado con el comportamiento antisocial de la niñez V71.02

Actualmente sus síntomas presentan dificultades en las actividades sociales y escolares. La niña presenta problemas paterno- filiales Z63.1; específicamente por la separación de sus padres, abandono del padre y conflicto con su hermano.

En su ambiente familiar y escolar predomina las relaciones deterioradas e insatisfactorias, aunque ocasionalmente hay momentos de satisfacción. La comunicación con su madre suele verse inhibida por conflictos sin resolver, que acostumbran a interferir en la vida diaria, y los cambios de conducta resultan difíciles.

Después de recibir el tratamiento del Programa de Educación Emocional basado en la Terapia Racional Emotiva Conductual, los síntomas de conductas disruptivas y agresiones hacia los demás disminuyeron y hubo mejor control y expresión de su ira. Ésto presenta un pronóstico bueno porque la relación con su madre mejoró y los insultos por parte de ambas fueron controlados y ahora resulta eficaz la toma de decisiones frente a eventos que pueden ocasionarle ira.

c. **Caso ·3**

Niña de 9 años, reside en Barraza, actualmente vive con sus padres.

La madre de la niña la describe como "la líder de la casa" porque es la que comanda al grupo de niñas en su barriada.

La niña no padece de ninguna enfermedad física hasta el momento.

Un tío materno, padece de esquizofrenia con agresividad. Una tía materna, fue paciente de sala 25 del Hospital Santo Tomas (en dos ocasiones) por problemas nerviosos.

La familia paterna y materna tienen problemas de aprendizaje.

La madre de la niña sufre de ansiedad. Por las noches saca las cosas que están limpias y las vuelve a fregar; levanta a la niña, a cualquier hora de la noche, y comienzan a rezar. Busca en su hija cosuelo (en consulta llora al contar esto). La madre padece de estos síntomas desde hace dos años. Toma pastillas para la diabetes y el colesterol.

La madre comenta que en los momentos de crisis la niña se pone muy nerviosa, no llora, y la consuela. Siente que la niña es su apoyo y protección.

El padre de la niña es policía en la Zona libre de Colón, en ocasiones llega tarde en las noches, y ella teme que lo maten por las constantes balaceras que se forman en el lugar donde residen.

La relación con sus padres es buena, él la ayuda en las tareas y comparte su tiempo libre con ella.

La madre tiene pensamientos recurrentes sobre la muerte.

En la escuela, la niña es líder, organiza y dirige a los demás, ya sea para hacer desorden o fomentar peleas.

Es agresiva, física y verbalmente cuando alguien no obedece lo que ella dice o se siente amenazada. No ha sido suspendida, pero presenta problemas constantes de conducta dentro del salón de clases.

A pesar de las conductas de agresividad con sus compañeros, sigue órdenes de la maestra, no la desafía. No tolera la injusticia hacia los demás o a ella misma.

No presenta problemas de aprendizaje posee un promedio regular 3.5

Síntomas:

- Grita.
- Insulta.
- Fomenta grupos de indisciplina cuando está sin supervisión

Cogniciones que generan ira:

- Carencia de Control
- Frustración de planes, expectativas o tareas.

Cuando se siente indefensa, ofende a los demás en forma física. Presenta problemas con el grupo primario de apoyo, por los problemas de salud emocional de la madre, quien la usa como apoyo y consuelo. Además presenta

problemas Psicosociales y Ambientales, porque está en constante exposición a eventos violentos de pandillas y balaceras y teme por la seguridad de uno de los miembros de la familia.

El apoyo emocional de la madre recae sobre la niña, siendo ésto un punto de constante estrés para la misma. El estrés acumulado en el hogar es expuesto en sus compañeros por medio de las agresiones verbales. A pesar de que expresa libremente sus emociones, éstas carecen de control provocándole bloqueo y tensión emocional.

Después de recibir el tratamiento del Programa de Educación Emocional basado en la Terapia Racional Emotiva Conductual, los síntomas de agresividad hacia los compañeros disminuyó y hubo mejor control y expresión de su ira. La relación con su madre mejoró, en la medida en que la misma, buscó atención psicológica. La niña participa en eventos culturales de la escuela, y aprendió a tolerar algunas burlas. Es líder, y ha adquirido una madurez precoz a raíz de sus problemas, y sirve actualmente de mediadora cuando se presentan conflictos con los compañeros de clases. Ha dejado de fomentar peleas.

Los problemas familiares hasta la fecha están controlados, algunos problemas ambientales están sin resolver pero no llegan a desestructurar la dinámica familiar.

Actualmente presenta un pronóstico bueno, porque la madre ha dejado cargar en la niña sus problemas emocionales, y logra controlar con efectividad las cosas que le causan ira.

2. Antecedentes de los Casos, del Grupo que no recibieron el Programa de Educación Emocional basado en la TREC

a. Caso 4:

Niño de 9 años. Vive en Ave. B con su mamá, una tía , 4 primos y la abuela materna.

La madre del niño quedo embarazada a los 17 años de edad, y por este motivo dejó de la escuela. Actualmente cursa el V año de una escuela nocturna.

El niño no sufre de ninguna enfermedad física, y nunca presentó problemas de aprendizaje.

La conducta del niño en la escuela sale a relucir por las constantes peleas que tiene con los compañeros, no copia las tareas, se para de la silla, y se burla de los compañeros. La maestra comenta que llega tarde del recreo por estar jugando fútbol, llega sudado al salón sin interés en las clases. Fomenta la indisciplina dentro del salón.

La relación con la mamá es un poco distante, y con actitud rebelde; cuando ésta le llama la atención, le grita y tira la puerta, y amenaza con llamarle a la policía alegando maltrato, e incluso con quitarse la vida. Todos estos enojos por parte del niño suceden cuando se le exige estudiar y traer buenas notas; se molesta porque los exámenes son muy difíciles; tira todos los cuadernos al piso y dice que no va estudiar. En varias ocasiones a lanzado sus maletas y útiles escolares por el balcón.

Las groserías del niño alteran a la madre a tal punto que lo castiga colocándolo contra la pared y halándole la oreja. Confiesa que pierde el control

con él. Muchas veces y después que pasa el incidente, ella se siente culpable, y se pone a llorar porque no sabe cómo corregir las groserías de su hijo.

La madre no cuenta con dinero suficiente para comprar los útiles de la escuela y le molesta pedir prestado. Por medio de planchados y en ocasiones de aseadora, logra conseguir algún dinero para comprar los útiles necesarios. Por esta razón se enoja tanto, cuando el niño trae los cuadernos manchados y no valora su esfuerzo.

El papá del niño, no tiene relación con él, porque la familia del mismo le prohibió encargarse de ésta responsabilidad. El conoce a su papá por foto y solo lo ha visto una vez. Según la madre èl esta casado y no le interesa saber nada del niño.

La madre le presta ayuda al niño al momento de hacer las tareas, pero a pesar de ésto, él la cela, cuando le presta ayuda a los primos. Éstos no tienen problemas de conducta en la escuela y traen buenas calificaciones.

La tía y la abuela tienen una relación regular con él, porque repite las mismas groserías que hace con la madre.

Síntomas:

- Grita
- Insulta
- Tira las puertas
- Amenaza con matarse
- Desinterés en los estudios
- Desafía a la autoridad
- Rompe las reglas

Cumple los síntomas para el diagnóstico de Trastorno Negativista desafiante. (313.81)

Presenta problemas relativos al grupo primario de apoyo (indisciplina inadecuada, separación de los padres) Problemas relativos a la enseñanza (conflicto con los compañeros de clases) Problemas económicos (economía insuficiente)

La comunicación suele verse inhibida por conflictos sin resolver. Los enfados, suelen interrumpir la paz familiar, aunque todavía hay ciertas muestras

de afecto y apoyo entre algunos miembros de la familia pero suelen estar desigualmente distribuidas.

Predominan las relaciones deterioradas e insatisfechas.

Se le recomendó a la madre del niño asistir al Gabinete Psicopedagógico del Ministerio de Educación, para que recibiera atención psicológica gratuita.

b. Caso 5:

Niño de 10 años . Reside en Santa Ana. Vive con su mamá y su hermano mayor.

La madre trabaja en un restaurante como ayudante de cocina y el padre trabaja en el Banco General como técnico en computadoras.

El niño nació por cesárea. Antes del nacimiento, la madre tuvo dos intentos de abortos a causa de una caída por las escaleras. El niño padece de Asma. La madre se considera una persona nerviosa.

La maestra le llama la atención constantemente, por gritar y amenazar a los demás con pegarles. No respeta normas cuando se enfurece y hace novillos, remilga constantemente y habla mucho en el salón.

La maestra logra controlarlo, cuando lo sienta junto a su pupitre. Sus notas están bajas, pero no presenta problemas de aprendizaje, lee y escribe muy bien, y cuando algo le interesa presta atención. Es bueno en las matemáticas. Estas conductas dentro de la escuela las presenta desde Kinder.

Anteriormente, el niño y su hermano vivían con el papá porque éste podía brindarle mejor comodidad. Pasado el año lo niños regresan a casa de la madre y deciden quedarse permanentemente con ella.

La ruptura de la relación de pareja fue por infidelidad, actualmente el padre no tiene pareja fija La madre no se ha vuelto a casar.

Ella no desea pelear la custodia de los hijos, aduce que después de 6 meses regresará a los niños con el papá. Las relaciones con su padre no son buenas,(grita, insulta y pega) se entiende mejor con la mamá.

Desde temprana edad, el niño ha presentado conductas agresivas, él acusa sin preguntar, pega a los otros niños, Las conductas son iguales en la escuela como en la casa, toma la justicia por sus propias manos, y se molesta por lo mínimo. A pesar de ésto es cariñoso con la madre, le da besos y la abraza. La madre le enseña las reglas de valores y le habla mucho de seguirlos.

La conducta del padre es similar, es agresivo, posesivo y tiene un tono de voz fuerte.

Síntomas:

- Remilgos
- Novillos
- Grita
- Pega
- Desobedece órdenes cuando pierde el control
- Baja tolerancia y Habla mucho.

Cumple los criterios para el Trastorno Negativista desafiante 312.81.

Presenta problemas paterno filiales (separación de los padres).

Problemas relativos a la enseñanza (conflicto con el maestro y compañeros de clases)

Los sentimientos se expresan libremente y las situaciones de bloqueo y tensión emocional son evidentes.

Hay afecto, pero suele ser interrumpido por la irritabilidad y la frustración que causa el enojo o la ira.

La toma de decisiones recae en un sólo miembro de la familia (la madre) y esto no resulta efectivo.

Después del proceso de evaluación de ésta investigación, se refrió a la madre, llevar al niño a atención psicológica fuera de la escuela, para que le ayudaran a controlar su conducta.

c. **Caso 6**

Niño de 10 años. Reside en El Chorrillo. Vive con su madre, el padrastro y sus dos medio hermanos. Es el segundo hijo de la madre.

La madre no trabaja y el padrastro trabaja en un taller, llevan unido 7 años.

El padre, trabaja de mensajero, no lo busca desde que tenía un año. Actualmente no se sabe nada de él.

Al nacer, su cráneo estaba grande, estuvo en el hospital por unos días y luego, se fue normalizando. No hubo complicaciones después de un año y su desarrollo fue normal. El niño sufre de gastritis y en varias ocasiones ha sido hospitalizado por ésto.

Anteriormente, no había presentado problemas de conducta. Su rendimiento académico es regular.

La maestra explica que a principios del bimestre era un niño tranquilo, pero al aprender a jugar en el salón un juego llamado "juanito" (juego donde se incita a poderes malignos), el niño empezó a escuchar voces que le decían "mata a tu mamá" y él cree que las voces y los poderes del juego son ciertos. La maestra, le explicó que el juego no es cierto y que no le hiciera caso. Sin embargo la conducta empezó a cambiar, se tornaba agresivo con los compañeros, les gritaba y amenazaba con pegarles. Se unió a un grupo de niños que fomentaban el desorden y desde ese momento comenzó a tener problemas de disciplina en la escuela.

Se molesta cuando sus hermanos juegan con sus cosas y refunfuña constantemente ante la llamada de atención. Pasan horas después del regaño para que obedezca.

Los hermanos son de tez blanca, y se siente rechazado porque él es de tez oscura; ésto le causa complejo de inferioridad. Cada medio hermano tiene a

su papá y comparten con ellos, excepto él. Esto le ocasiona problemas con los hermanos.

Síntomas:

- Sentimiento de inferioridad (se compara con los hermanos)
- Sensación de abandono (por el padre biológico)
- Falta de interés en las tareas escolares
- Comportamiento agitado
- Expuesto a cuentos de terror y muerte
- Oye voces que lo inducen a matar
- Cambio de conducta después del la exposición al juego "juanito"
- Conductas agresivas (irritabilidad y ataques de ira)

Presenta un Trastorno Adaptativo con alteración mixta de las emociones y el comportamiento. (F43.25) Agudo.

Presenta problemas relativos al grupo primario de apoyo (separación de los padres, conflictos con los hermanos, nueva unión de la madre). Problemas relativos a la enseñanza (conflicto con los profesores y compañeros de clases.)

Los problemas cotidianos suelen controlarse pero hay dificultades para responder a situaciones inusuales; los conflictos sin resolver desestructura la dinámica familiar.

Todos los casos del estudio presentan síntomas de descontrol en la expresión y control de su ira, causando éstos deterioro significativo en su relaciones interpersonales dentro de la escuela y deterioro académico que son objetos de atención clínicos

Síntomas en común de los casos estudiados:

- Su entorno social y familiar se caracteriza por aprobar y recompensar las expresiones de ira y el descontrol de la misma.
- Poseen bajo nivel de tolerancia, y los sobrenombres son considerados como una falta de aceptación por parte de sus compañeros.
- Gritan, responde con agresión física, insultan, golpean.

- Falta de comprensión ante la injusticia de las cosas que le suceden (ausencia de los padres, sentirse solo y desprotegidos por sus adultos, comparar su proveniencia étnica, convivir con grupos que aprueban el ser violentos y desaprueban la tolerancia y la prudencia)
- Han sido suspendidos o citados por la dirección de la escuela a la que pertenecen, porque las conductas de violencia que atentan contra terceros o ellos mismos.

3. Resultados obtenidos en las evaluaciones antes y después de la aplicación del Programa de Educación Emocional basado en la TREC.

   a. Resultados de los Casos 1, 2, 3 que recibieron el Programa de Educación Emocional basado en TREC:

Caso 1:

Evaluación de los Pre-test del Caso 1:

<u>Evaluación de los Resultados obtenidos en la prueba de STAXI-NA.</u>

En modos de Expresión Y Control de la Ira presentó las siguientes puntuaciones:

Cuadro I:

Expresión Externa (alta):	**83**	Expresión Interna (alta):	**98**	Control Total (bajo):	**63**

Las puntuaciones altas de la expresión externa de la ira refleja que ésta perjudica a terceros y la alta expresión interna de ira le causa sentimientos de culpa y depresión.

El control de la Ira, con puntuaciones bajas, refleja deficiencia, porque no controla los estímulos que le producen ira afectando su estado emocional sintiéndose maltratado y frustrado. Las técnicas que utiliza hasta el momento para controlar su ira, no le son funcionales.

Haremos énfasis en los pensamientos irracionales que le producen reacciones de ira, para que éstos sean cambiados por pensamientos funcionales; para que su expresión interna de ira baje; y su control externo de ira suba.

Resultados de Las Escalas De Evaluación Observacional de conductas agresivas-Formulario para maestros:

(Ver anexo N148) **Cuadro II:**

Autocontrol	3	BAJA
Consideración	4	BAJA
Relaciones Interpersonales	2	BAJA

Presenta puntuaciones sumamente bajas en las tres áreas (Autocontrol consideración a los demás, Relaciones interpersonales), que tienen relación con la autoafirmación. Necesita cambiar sus pensamientos disfuncionales en nuevos pensamientos funcionales para que pueda convivir de forma pacífica con los demás y con él mismo. (Ver anexo –Gráfica 10)

Resultados del Inventario de Creencias irracionales sobre la ira:

(Ver Anexo N148) Cuadro III:

Creencias Básicas	**Antes**	**Evaluación**
Debo ser aprobado y amado por las personas que me importan	1	Actitud demandante
Debo tener todo aquello que quiero	5	Actitud Preferencial
No debo pasar incomodidades y debo estar siempre entretenido	2	Actitud demandante

Encontramos las Creencias Irracionales en que se encuentra más arraigados. Una es " Debo ser aprobado y amado por las personas **que me importan, " y la demanda es la "Demanda sobre uno mismo** (Yo debo,...Yo necesito). La otra es " No debo pasar incomodidades y debo estar siempre entretenido y su demanda es " Demanda sobre el mundo (el mundo o la vida debe) Estas creencias debemos refutarlas y reforzar en la terapia individual. (Ver Gráficas 10)

Evaluación de los Post-test del Caso 1:

Después de aplicar el Programa de Educación Emocional basado en la TREC, obtuvimos los siguientes resultados:

Prueba de STAXI-NA.

En modos de Expresión Y Control de la Ira presentó, las siguientes puntuaciones:

Cuadro IV:

Expresión Externa (baja)	**07**	Expresión Interna (baja)	**36**	Control Total (alta):	**73**

La expresión externa ha dejado de perjudicar a terceros, y aprendió cómo expresar su ira interna, de manera acertiva y funcional, sin sentirse culpable o deprimido.

El niño, aprendió a controlar los estímulos que le producen ira manteniendo su autoafirmación como persona, a pesar que aún le molestan algunas situaciones que le producen incomodidades, pero puede tolerarlas sin sentirse frustrado o maltratado.

Resultados de Las Escalas De Evaluación Observacional de conductas agresivas-Formulario para maestros:

Cuadro V

Autocontrol	10	MEDIO
Consideración	12	MEDIO
Relaciones Interpersonales	9	MEDIO

Presentan puntuaciones medias en las tres áreas (autocontrol y consideración a los demás y relaciones interpersonales,) Lo que nos indica que su nuevo estilo de afrontamiento y nuevos pensamientos funcionales, le ayudan a mejorar su relación social con el entorno. (Ver Gráfica 11)

Resultados del Inventario de Creencias irracionales sobre la ira

Cuadro VI

Creencias Básicas	**Después**	**Evaluación**
Debo ser aprobado y amado por las personas que me importan	5	Actitud Preferencial
Debo tener todo aquello que quiero	6	Actitud Preferencial
No debo pasar incomodidades y debo estar siempre entretenido	3	Actitud Preferencial

Hubo un cambio en su pensamiento y se evidenció menos exigencia hacia los demás, lo que le permite enfrentar la ira con un mejor control y un mejor estilo de afrontamiento.

Evaluación de las sesiones:

En las primeras dos sesiones el niño mostró todos los conocimientos de valores que ha aprendido en su casa y en la escuela. A medida que se le fue enseñando las formas de resolver los problemas que causa la ira, fue reconociendo que las emociones hacia un mismo hecho son varias y aprendió a identificarlas.

En las últimas sesiones se continuó trabajando con la molestia que sentía al escuchar que sus compañeros le ponían sobrenombres. Un punto a resaltar en este caso fue la dinámica de los dibujos, ya que desde ahí el niño aprendió a valorar a sus compañeros según la estima que él les tuviera y a reconocer que todos somos diferentes.

Aprendió a utilizar los flash cards, fichas que recordaban cómo construir sus pensamientos funcionales ante un problema

Evaluación de los Pre-test del Caso 2 :

Prueba de STAXI-NA.

En modos de Expresión Y Control de la Ira presentó, las siguientes puntuaciones:

(Vea Anexo N149) Cuadro VII

Expresión Externa (alta)	Expresión Interna (alta)	Control total: (baja)
89	**92**	**49**

Las puntuaciones altas de la expresión externa de la ira refleja que ésta perjudica a terceros y la alta expresión interna de ira le causa sentimientos de culpa y depresión sintiéndose maltratada y frustrada.

En el control de la ira tiene deficiencia que provocan reacciones airadas ante cualquier situación y las técnicas que lleva a cabo para calmarse no ayudan a controlar su ira interna produciendo mal humor y depresión.

En este caso haremos énfasis en trabajar para que las reacciones de ira sean controladas de forma funcional.

Resultados de Las Escalas De Evaluación Observacional de conducta agresivas-Formulario para maestros:

Cuadro VIII

Autocontrol	4	BAJA
Consideración	4	BAJA
Relaciones Interpersonales	3	BAJA

Presentan puntuaciones sumamente bajas en las tres áreas (autocontrol, consideración a los demás, relaciones interpersonales) que tienen relación con la autoafirmación y necesita cambiar sus pensamientos disfuncionales en nuevos pensamientos funcionales, para que pueda convivir de forma pacífica con los demás. (Ver gráficas)

Resultados del Inventario de Creencias irracionales sobre la ira:

Cuadro IX

Creencias Básicas	**Antes**	**Evaluación**
Debo ser aprobado y amado por las personas que me importan	3	Actitud demandante
Debo tener todo aquello que quiero	3	Actitud demandante
No debo pasar incomodidades y debo estar siempre entretenido	3	Actitud Preferencial

Encontramos que su mayor Creencia Irracional es " Debo ser aprobado y amado por las personas que me importan, y la demanda más fuerte es la

"Demanda sobre uno mismo (Yo debo,...Yo necesito). Estos nos indica que la mayor creencia que debemos refutar y reforzar es el cambio con las autoafirmaciones.

Evaluación del Post-test del Caso 2:

Prueba del STAXI-NA

Cuadro X

Expresión Externa (baja):	Expresión Interna (baja):	Control total: (alta)
80	**82**	**58**

En las distintas formas de expresión de la ira, tanto en su dirección interna o externa, refleja que la expresión externa ha dejado de perjudicar a terceros. Aprendió cómo expresar su ira interna, de manera acertiva y funcional, sin sentirse culpable o deprimida.

En el control de la Ira, la niña, aprendió a controlar los estímalos que le producen ira, manteniendo su autoafirmación como persona, a pesar que aún le molestan algunas situaciones que le producen incomodidades, pero puede ,ierarlas sin sentirse frustrada o maltratada.

Resultados de Las Escalas De Evaluación Observacional, de conducta agresivas-Formulario para maestros:

Cuadro XI

Autocontrol	12	Alto
Consideración	15	Alto
Relaciones Interpersonales	10	Alto

Presentan puntuaciones altas en las tres áreas (autocontrol, consideración a los demás, relaciones interpersonales) que tienen relación con la autoafirmación aprendida en la terapias, que han ayudado a mejorar su conducta y sus relaciones interpersonales. (ver gráfica 11)

Resultados en el Inventario de Creencias irracionales sobre la ira:

Cuadro XII

Creencias Básicas	**Después**	**Evaluación**
Debo ser aprobado y amado por las personas que me importan	7	Actitud Preferencial
Debo tener todo aquello que quiero	6	Actitud Preferencial
No debo pasar incomodidades y debo estar siempre entretenido	3	Actitud Preferencial

Hubo un cambio en su pensamiento y se evidenció menos exigencia hacia los demás, lo que le permite enfrentar la ira con un mejor control y un mejor estilo de afrontamiento.

Evaluación de las Sesiones

En las dos primeras sesiones la conducta de la niña se percibió cooperadora, ansiosa por conocer que íbamos a hacer.

Aprendió rápidamente la asociación entre los hechos y los pensamientos.

La Técnica de la Imaginación Racional Emotiva la ayudó a encontrar su forma de pensar sobre los compañeros, en el momento en que ellos la insultaban o decían sobrenombres.

En las últimas sesiones, manejaba muy bien la asociación del ABC y le resultó divertido buscar sus pensamientos disfuncionales. Aprendió por medio de un termómetro de emociones, realizado en la última sesión, a medir sus niveles de ira hacia determinado evento, y así poder llevar un mejor control de esta emoción.

Evaluación del Pre-test del Caso 3:

Evaluación de los Resultados obtenidos en la prueba de STAXI-NA.

En modos de Expresión Y Control de la Ira presentó, las siguientes puntuaciones:

Cuadro XIII

Expresión Externa (baja):	Expresión Interna (baja)	Control Total (baja):
80	**64**	**49:**

Las expresiones de la ira se encuentra en un nivel bajo, pero aún así se siente incomoda cuando reacciona airadamente.

En control de la Ira, la niña, tiene deficiencia porque no controla los estímulos que le producen ira afectando su estado emocional sintiéndose maltratada y frustrada. Las técnicas que utiliza hasta el momento para controlar su ira no le son funcionales.

En este caso haremos énfasis en las reacciones de ira, para que sean controladas de forma funcional y su expresión interna de Ira baje, funcionalmente y su control Externo suba, utilizando herramientas de afrontamiento que la logren controlar acertivamente, evitando sentirse frustrada, maltratada y con sentimientos de culpa.

Resultados de Las Escalas De Evaluación Observacional de conducta agresivas-Formulario para maestros:

Cuadro XIV:

Autocontrol	4	BAJA
Consideración	5	BAJA
Relaciones Interpersonales	3	BAJA

Presenta puntuaciones sumamente bajas en las tres áreas (autocontrol consideración a los demás, relaciones interpersonales), que tienen relación con la autoafirmación y necesita cambiar sus pensamientos disfuncionales en nuevos pensamientos funcionales, para que pueda convivir de forma pacífica con los demás y consigo misma. (Ver gráfica 12)

Resultados del Inventario de Creencias irracionales sobre la ira:

Cuadro XV:

Creencias Básicas	**Antes**	**Evaluación**
Debo ser aprobado y amado por las personas que me importan	**4**	Actitud demandante
Debo tener todo aquello que quiero	**3**	Actitud demandante
No debo pasar incomodidades y debo estar siempre entretenido	3	Actitud Preferencial

Encontramos las Creencias Irracionales en que se encuentra más arraigados. Una es " Debo ser aprobado y amado por las personas que me

importan, " y la demanda es la "Demanda sobre uno mismo (Yo debo,...Yo necesito). Otra es " Debo tener todo aquello quiero" que corresponde a " demanda sobre los otros el debe o tu debes." Éstos son los puntos a trabajar en las sesiones.

Evaluación del Post-test del Caso 3:

Prueba de STAXI-NA.

En modos de Expresión Y Control de la Ira presentó, las siguientes puntuaciones:

Cuadro XVI:

Expresión Externa	Expresión Interna	Control Total
60	**47**	**89**

En las distintas formas de expresión de la Ira, tanto en su dirección interna o externa, refleja que la expresión externa ha dejado de perjudicar a terceros. Aprendió expresar su ira interna, de manera asertiva y funcional, sin sentirse culpable o deprimida. En el control de la Ira, la niña, ha aprendido a controlar los estímalos que le producen ira, manteniendo su autoafirmación como persona, a pesar que aún le molestan algunas situaciones que le producen incomodidades, pero puede tolerarlas sin sentirse airosa.

Resultados de Las Escalas De Evaluación Observacional de conducta agresivas-Formulario para maestros:

Cuadro XVII:

Autocontrol	10	MEDIA
Consideración	13	ALTA
Relaciones Interpersonales	10	ALTA

Presentan puntuaciones altas, en el área de consideración y el de buenas relaciones interpersonales y su autocontrol subió a una puntuación media. Lo que nos indica que su nuevo estilo de afrontamiento y nuevos pensamientos funcionales le ayudan a mejorar su relación social con el entorno. (Ver gráficas 12)

Resultados del Inventario de Creencias irracionales sobre la ira:

Cuadro XVIII:

Creencias Básicas	**Después**	**Evaluación**
Debo ser aprobado y amado por las personas que me importan.	6	Actitud Preferencial
Debo tener todo aquello que quiero.	6	Actitud Preferencial
No debo pasar incomodidades y debo estar siempre entretenido.	3	Actitud Preferencial

Hubo un cambio en su pensamiento y se evidenció un buen entendimiento de las demandas en cuanto al mundo y a los demás. En su demanda de ser amada presenta una puntuación alta, más en algunas situaciones específicas, le cuesta aceptar él que no sea amada. El reconocer cuáles son sus demandas le permitirá enfrentar la ira con un mejor control y un mejor estilo de afrontamiento a futuro.

Evaluación de las sesiones:

Se mostró cooperadora al momento de realizar las actividades de rompe hielo.

Aprendió con facilidad la relación del ABC.

En el momento de realizar la actividad de la Imaginación Racional Emotiva le costó concentrarse y cerrar los ojos, prefería mantener los ojos abiertos y se le percibió temerosa,. En este caso en particular, se necesitó realizar una técnica de relajación más física; para disminuir los niveles de ansiedad que la dinámica le producía. Al final de las sesiones logró realizar la relajación y la imaginación. Le costó mantener el contacto con sus pensamientos y emociones. En esta actividad se trabajó profundamente en el reconocimiento de las emociones.

Al terminar las sesiones individuales, se percibió un poco triste, pero logró aprender a ponerse en contacto con sus pensamientos sin sentirse culpable de ser vulnerable ante ciertas situaciones.

b. Resultados de los Casos 4. 5, 6 que no recibieron el Programa de Educación Emocional basado en la TREC.

Caso 4 : Resultados Obtenidos en la Prueba STAXI-NA

Cuadro XIX:

Aspecto: Expresión de Ira	**Antes del Programa**	**Después del Programa**
Exp. Externa.	83	97
Exp. Interna	92	82
Aspecto: Control de Ira	63	73

Resultados de Las Escalas De Evaluación Observacional de conductas agresivas-Formulario para maestros:

Cuadro XX:

Criterios	***Antes***	***Evaluación***	***Después***	***Evaluación***
Autocontrol	*3*	*Baja*	*3*	*Bajo*
Consideración a los demás	*9*	*Baja*	*9*	*Bajo*
Relaciones Interpersonales	*3*	*Baja*	*2*	*Bajo*

Resultados del Inventario de Creencias irracionales sobre la ira:

Cuadro XXI:

Creencias Básicas	**Puntuación Antes**	**Evaluación**	**Puntuación Después**	**Evaluación**
Debo ser aprobado y amado por las personas que me importan	2	Actitud demandante	4	Actitud Preferencial
Debo tener todo aquello que quiero	3	Actitud demandante	6	Actitud Preferencial
No debo pasar incomodidades y debo estar siempre entretenido	3	Actitud Preferencial	3	Actitud Preferencial

Caso 5:

Prueba STAXI-NA

Cuadro XXII:

Aspecto: Expresión de Ira	**Antes del Programa**	**Después del Programa**
Exp. Externa.	91	99
Exp. Interna	76	95
Aspecto: Control de Ira	49	58

Resultados de Las Escalas De Evaluación Observacional de conductas agresivas-Formulario para maestros:

Cuadro XXIII:

Criterios	*Antes*	*Evaluación*	*Después*	*Evaluación*
Autocontrol	*1*	*Baja*	*1*	*Baja*
Consideración a los demás	*5*	*Baja*	*4*	*Baja*
Relaciones Interpersonales	*3*	*Baja*	*1*	*Baja*

Resultados del Inventario de Creencias irracionales sobre la ira

Cuadro XXIV:

Creencias Básicas	**Puntuación Antes**	**Evaluación**	**Puntuación Después**	*Evaluación*
Debo ser aprobado y amado por las personas que me importan.	2	Actitud demandante	2	Actitud Preferencial
Debo tener todo aquello que quiero	4	Actitud demandante	4	Actitud Preferencial
No debo pasar incomodidades y debo estar siempre entretenido	3	Actitud Preferencial	3	Actitud Preferencial

Caso 6

Prueba STAXI-NA

Cuadro XXV:

Aspecto: **Expresión de Ira**	**Antes del Programa**	**Después del Programa**
Exp. Externa.	97	97
Exp. Interna	99	95
Aspecto: Control de Ira	13	13

Resultados de Las Escalas De Evaluación Observacional de conductas agresivas-Formulario para maestros:

Cuadro XXVI:

Criterios	*Antes*	*Evaluación*	*Después*	*Evaluación*
Autocontrol	*7*	*Baja*	*7*	*Baja*
Consideración a los demás	*2*	*Baja*	*3*	*Baja*
Relaciones Interpersonales	*0*	*nulo*	*1*	*Baja*

Resultados del Inventario de Creencias irracionales sobre la ira

Cuadro XXVII

Creencias Básicas	*Puntuación Antes*	*Evaluación*	*Puntuación después*	*Evaluación*
Debo ser aprobado y amado por las personas que me importan	2	Actitud demandante	2	Actitud demandante
Debo tener todo aquello que quiero	6	Actitud Preferencial	6	Actitud Preferencial
No debo pasar incomodidades y debo estar siempre entretenido	2	Actitud Preferencial	2	Actitud Preferencial

Los ocho cuadros (14, 15, 16, 17, 18,19, 20 y 21) que representan las evaluaciones obtenidas de las tres pruebas psicológicas aplicadas a los casos que no recibieron el Programa de Educación Emocional basada en la TREC, reflejaron que no hubo mejoría en la expresión y control de la ira. No se evidencia cambios de pensamiento y sus actitudes demandantes no disminuyeron, a diferencia de los cambios evidenciados en los casos que recibieron el Programa.

CAPITULO IV

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

CONCLUSIONES

1. Al aumentar el conocimiento, en los casos atendidos, sobre el control y expresión de la ira, hubo un mejoramiento en las formas de resolver los problemas causados por ésta, a diferencia de los casos que no recibieron el Programa.

2. El Programa de Educación Emocional basado en la Terapia Racional Emotiva Conductual, ayuda a mejorar la forma de expresión de ira y a aprender a controlar la misma.

3. La Aplicación del Programa de Educación Emocional basado en la Terapia Racional Emotiva conductual debe variar de acuerdo a las condiciones bisociales de cada niño.

4. Se adaptó el lenguaje verbal y escrito a la Terapia, para lograr la comprensión de los conceptos básicos de la Técnica. Nos apoyamos en lenguaje concreto y por medio de ejemplificaciones dentro de su ambiente.

5. Los niños identificaron que sus pensamientos y sentimientos en muchas ocasiones son distintos a los demás, pero no por eso, ello son menos o más que los otros.

6. Los sentimientos provienen de nuestros pensamientos y no de lo hechos por sí solos.

7. Los niños reconocieron que los sentimientos varían de intensidad y que ellos tiene el poder de controlarlos.

8. Los niños reconocieron que las consecuencias negativas de actuar sin pensar ante un hecho que le ocasionara ira, no les producirá mayor satisfacción.

9. Aprendieron a desarrollar distintas conductas alternas que pueden realizar de forma funcional, ante una situación donde necesiten expresar su emoción.

10. Identificaron lo que es un pensamiento disfuncional y un pensamiento funcional. Lo que permitió desarrollar habilidades para crear soluciones

distintas a diferentes problemas y al final evaluar la solución más efectiva en el momento dado.

11. Aprendieron cómo lograr relajarse efectivamente, logrando sentirse mejor consigo mismo. Esto ayudó a su autoafirmación.
12. El sistema educativo que brinda el Ministerio de Educación, en el área de San Felipe, a través del Gabinete Psicopedagógico no cuenta con las herramientas de Técnicas terapéuticas concretas que ayuden a modificar a la población estudiantil, los pensamientos, disfuncionales por medio de tratamientos directivos, a manejar el enojo, específicamente dentro de los centros educativos.

13. Las pruebas psicológicas que nos ayudan a medir el nivel de ira en los niños, no han sido elaboradas en Latinoamérica, lo que limita y afecta al momento de obtener conclusiones específicas mediante la prueba.

RECOMENDACIONES

1. La Aplicación del Programa de Educación Emocional basado en la Terapia Racional Emotiva conductual debe variar de acuerdo a las condiciones bisociales de cada niño.

2. Incentivar a los psicólogos a interesarse en las intervenciones a nivel clínico en el área educativa, impartiendo programas directivos y terapéuticos contra la reacción de ira dentro de las escuelas.

3. Realizar estudios donde se validen varias pruebas psicológicas relacionadas con la emoción de la ira, adaptándola a nuestro entorno panameño.

4. Promover Programas de Prevención de Ira a nivel de crecimiento personal creando escuelas de verano para abarcar a poblaciones de bajos recursos.

5. Las generalizaciones de los efectos del Programa de Educación Emocional basado en la Terapia Racional Emotiva Conductual, deben ser investigados con mayor profundidad en niños panameños.

BIBLIOGRAFÍA

- ✓ ALANNA JONES. 104 Activities that build: Self Esteem. Teamwork, communication, Anger Management, Self-Discovery and Coping Skills. Rec Room Publishing. PO Box 404 Richland, WA 99352. 2004.

- ✓ ALBERT ELLIS, RAYMOND TAFRATE Controle su Ira antes que ella la controle a usted . Paidos Buenos Aires. 1999.

- ✓ ANN, VERNON Thinking, Feeling, Behaving. An Emotional Education Curriculum for Children. Grades 1-6. Research Press 2612 North Mattis Avenue, Champaing, Illinois 61822. 2004.

- ✓ CECILIA RUÍZ IBÁÑEZ. Pequeña Biblioteca. Vamos a Contar mentiras. Susaeta Ediciones, S. A.

- ✓ CAMERINI, J.O. 2004. Introducción a la Terapia Cognitiva. C.A.T.R.E.C. Buenos Aires.

- ✓ DOUGLAS NIETZEL M. T A. B., 1995 Introducción a la Psicología Clínica McGRAW-HILL. MÉXICO.

- ✓ FRED N. KERLINGER. Investigación del Comportamiento. McGraw-Hill. México. Tercera Edición.

- ✓ F. J. McGUIGAN. Psicología Experimental, Enfoque Métidologico. Trillas. México. 1992.

- ✓ GUERRERO, G J I. 1993. Intervención de la conducta agresiva en niños enfoque cognitivo conductual. Panamá. Tesis. Universidad de Panamá.

- ✓ KAZADIN, A. E. 2001. Métodos de Investigación en Psicología Clínica. Tercera Edición. México.

- ✓ LEGA L. I, CABALLO, V. E. ELLIS, A. 1997 Teoría y Práctica de la Terapia Racional Emotivo-Conductual. Siglo Veintiuno de España Editores, S. A.

- ✓ PIEFFER KU, R H. Terapia Cognitiva Conductual para la reducción de la conducta en niños con trastorno por déficit de atención con Hiperactividad. Panamá. Tesis. Universidad de Panamá.

- ✓ ROBERTO SAMPIERI, 1995. Metodología de la Investigación. México, D.F. Graw-Hill Interamaericana de México.

- ✓ SOLANILLA DE JURADO, O. M. El manejo de la conducta Agresiva en el salón de clases. Panamá. Tesis. Universidad de Panamá. Tesis

- ✓ Susana Carro ¿Cómo controlar la ira?. 5 Julio del 2006. Disponible en http://www.sanitas.es/websanitas/web01.detalle_mensaje?v_id_mensaje=19106&v_codigo=1&v_id_idioma=3.

- ✓ Nuestros Niños. MARISOL MUÑOZ. "Gerencia De la Cólera". Programa de Radio para Crecer y Aprender en Familia:.20 Marzo 2006. http://www.nuestrosninos.com/guias_ira.html.

- ✓ Psicoterapeutas.com. José Antonio, Garcia Higuera. Tratamiento Cognitivo conductual de la Agresividad. 10 Enero 2007. http://www.cop.es/colegiados/M-00451/agresividad.html.

- ✓ JOSE RUÍZ SÁNCHEZ, JOSÉ, J. I. GONZÁLES, JUSTO, J. CANO SÁNCHEZ. Psicoterapia Cognitiva de Urgencias. 10 Enero 2007. http://www.psicologia-online.com/ESMUbeda/Libros/Urgencia/urgencia15.htm.

- ✓ GOOGLE.COM Instrucciones para escribir una bibliografía o lista de obras citadas. (Basada en el estilo de la Modern Language Association). 9 Octubre 2007. http://edweb.tusd.k12.az.us/pueblo/library/biblioes.htm.

- ✓ J.R.B. "Terapia Racional Emotiva Conductual". Teoría y Práctica de la TREC. 9 Septiembre 2006. http://users.servicios.retecal.es/jureba/.

- ✓ Psicología Online. Taller de habilidades sociales. 10 de Septiembre 2006. http://www.psicologia-online.com/autoayuda/hhss/HHSS.htm.

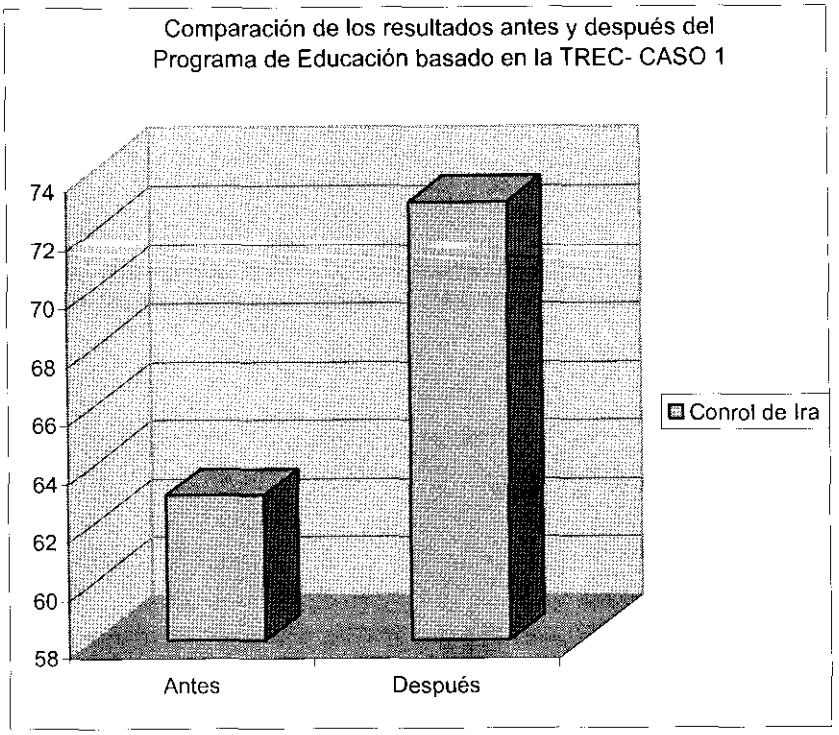
- ✓ JULIO OBST CAMERINI. Albert Ellis. 10 OCTUBRE 2006 http://www.catrec.org/albert_ellis.htm

- ✓ YARIELA GONZÁLEZ. PANAMÁ AMÉRICA. Panamá una sociedad Violenta. 15 de Enero del 2005. La opinión digital. 15 Abril 2005 http://www.elpanamaamerica.com.pa/archive/01152005/nation03.shtml.

- ✓ Google.com: Conductas violentas en una población infantil en situación de vulnerabilidad por Alejandra Lo Russo. http://agendadelasmujeres.com.ar/notadesplegada.php?id=792

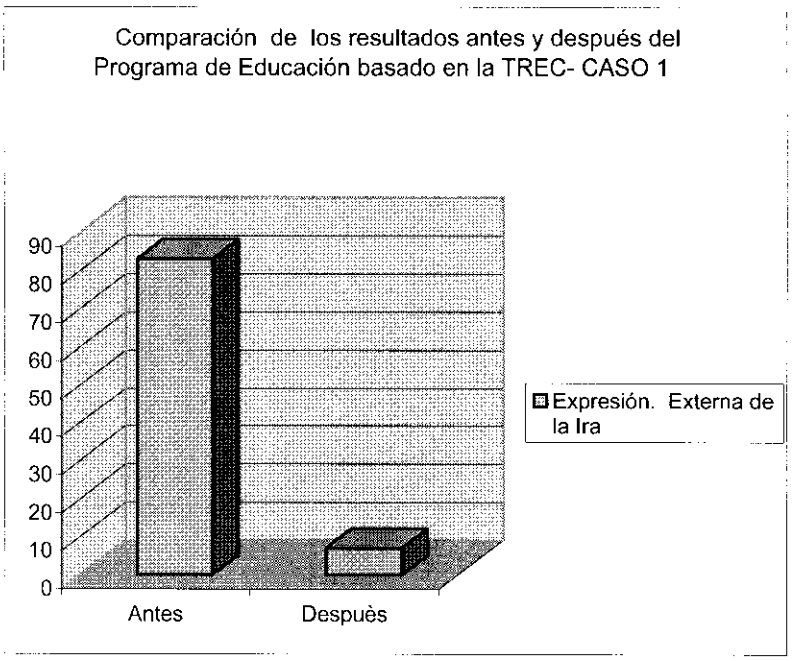
ANEXOS

Gráfica 3:

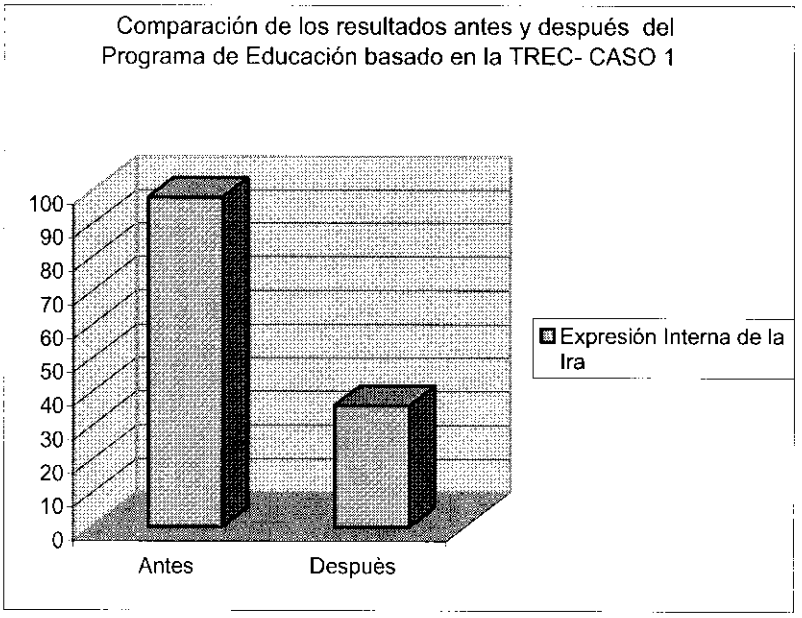

Comparación de los resultados antes y después del Programa de Educación basado en la TREC- CASO 1
74
72
70
68
66
64
62
60
58
Antes
Después
Conrol de Ira

GRÁFICAS DE LOS RESULTADOS OBTENIDOS EN LA PRUEBA SATAXINA DE LOS CASOS QUE RECIBIERON EL PROGRAMA DE EDUCACIÓN EMOCIONAL BASADO EN LA TREC.

Gráfica 1 :

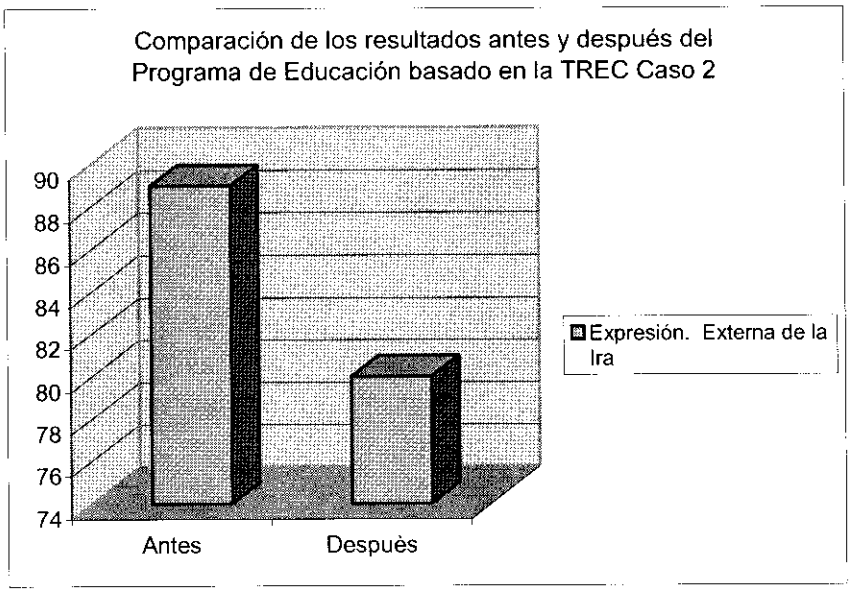


Gráfica 2:

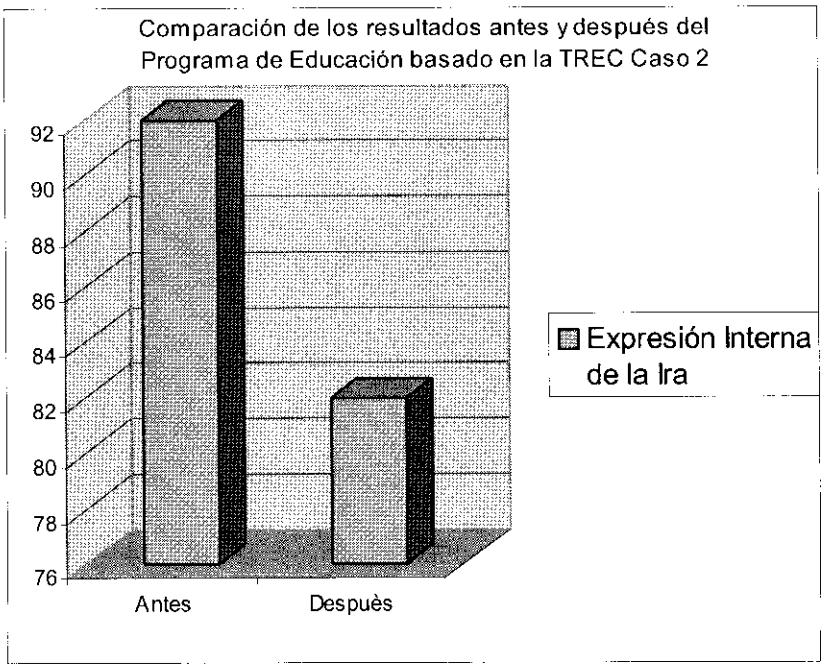


GRÁFICAS DE LOS RESULTADOS OBTENIDOS EN LA PRUEBA SATAXINA DE LOS CASOS QUE RECIBIERON EL PROGRAMA DE EDUCACIÓN EMOCIONAL BASADO EN LA TREC.

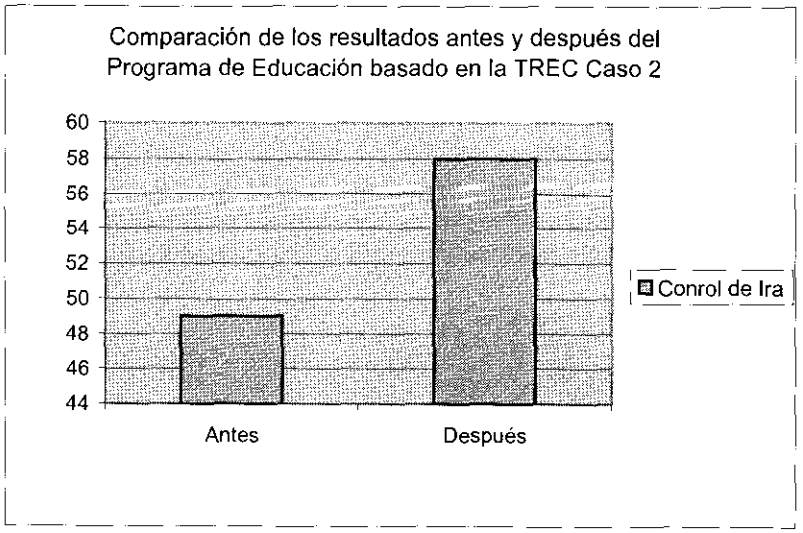
Gráfica 4



Gráfica 5

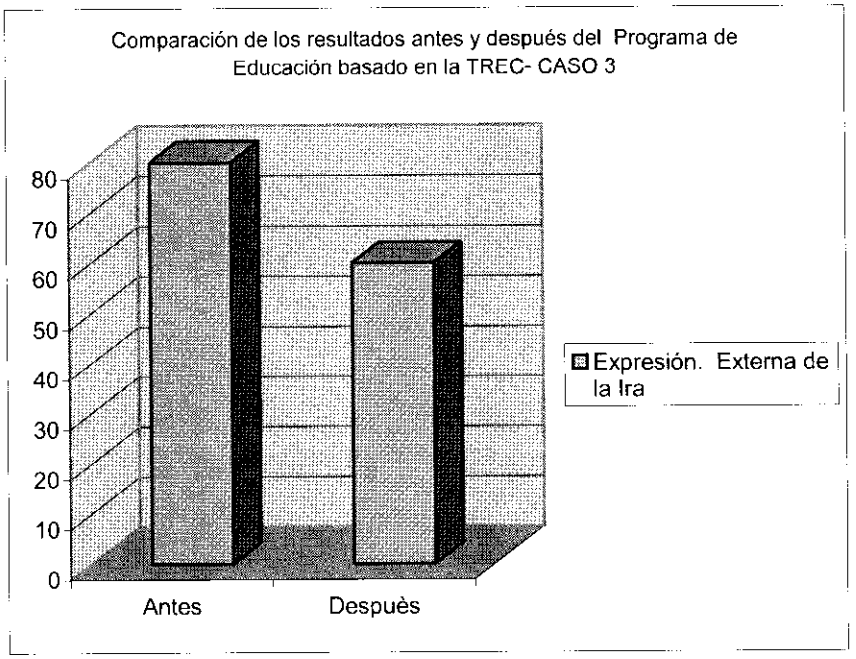


Gráfica 6:

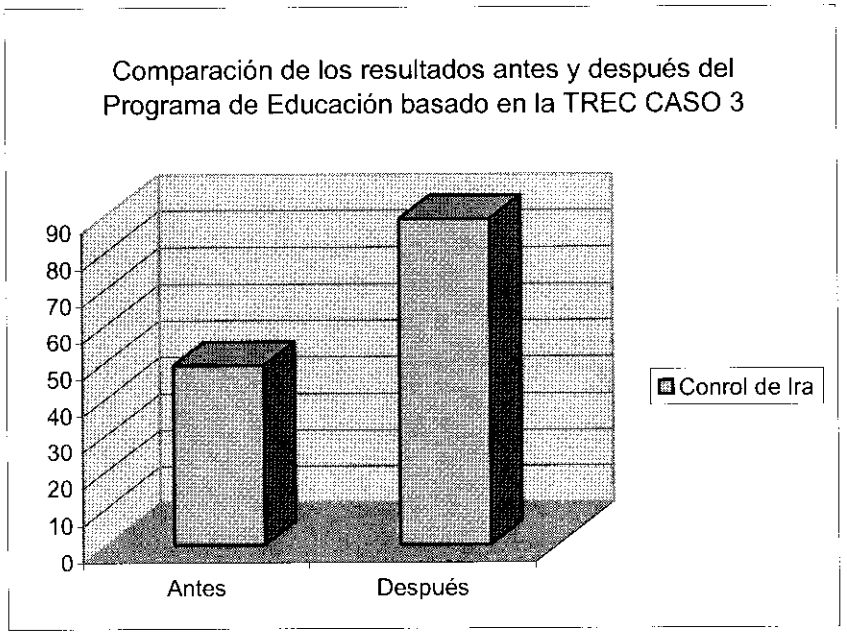

Comparación de los resultados antes y después del Programa de Educación basado en la TREC Caso 2
60
58
56
54
52
50
48
46
44
Antes
Después
Conrol de Ira

GRÁFICAS DE LOS RESULTADOS OBTENIDOS EN LA PRUEBA SATAXINA DE LOS CASOS QUE RECIBIERON EL PROGRAMA DE EDUCACIÓN EMOCIONAL BASADO EN LA TREC.

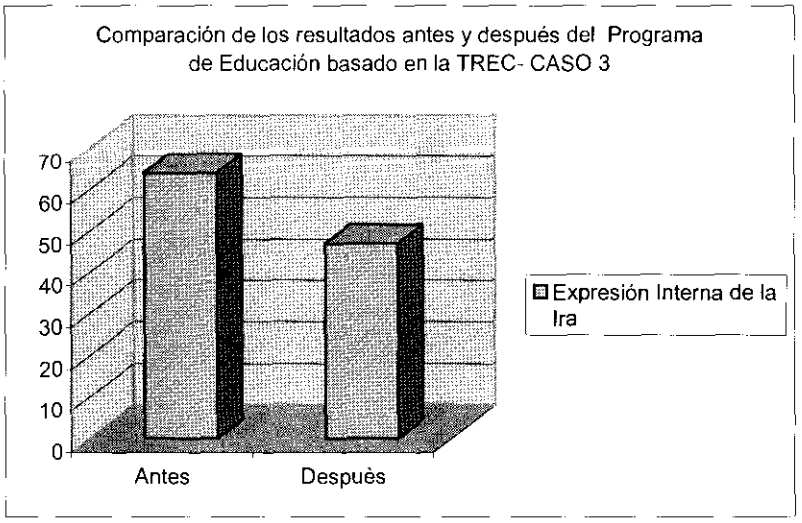
Gráfica 7:



Gráfica 8:



Gráfica 9


Comparación de los resultados antes y después del Programa de Educación basado en la TREC- CASO 3
70
60
50
40
30
20
10
0
Antes
Despuès
Expresión Interna de la Ira

Rangos de Calificación de Las Escalas De Evaluación Observacional de conductas agresivas-Formulario para maestros:

Rango de Calificación del Autocontrol	
15 a 13	Autocontrol Alto
10 a 12	Autocontrol medio
0 a 9	Autocontrol Bajo
Rango de Calificación de Consideración	
15 a 13	Consideración Alto
10 a 12	Consideración medio
0 a 9	Consideración Bajo

Rango de calificación de Relaciones Interpersonales (R.I.)	
10 a 12	R. I, Alto
7 a 9	R. I. medio
0 a 6	R. I. Bajo

Rango de Calificación del Inventario de Creencias irracionales sobre la ira:

Creencias Básicas	Puntuación	
Debo ser aprobado y amado por las personas que me importan	5-7 = Actitud Preferencial	0-4 = Actitud demandante
Debo tener todo aquello que quiero	4-6 = Actitud Preferencial	3-0 = Actitud demandante
No debo pasar incomodidades y debo estar siempre entretenido	3 = Actitud Preferencial	0-2 = Actitud demandante

Rangos de Puntuación para la Prueba STAXI- NA

Expresión Externa de Ira:

Alta: (91-99 puntos)	El sujeto manifiesta su ira impulsivamente, no le importa atacar personas u objetos.
Baja: (menor de 91 puntos)	No le hace daño a terceros

Expresión Interna de la Ira

Alta: (91-99 puntos)	Tienen sentimientos de Ira y Rabia pero las inhiben y no la expresan.
Baja: (menor de 91 puntos)	Saben cómo expresar su ira interna de manera acertiva y funcional.

Control Externo de la Ira:

Alta: (89- 99 puntos)	Están siempre alerta por controlar los estímulos productores de reacciones de Ira.
Baja: (menor de 89 puntos)	No controlan los estímulos que le producen ira, afectando su estado emocional, causándose sentimientos de culpa, frustración y malestar.

Control Interno de Ira:

Alta: (89- 99 puntos)	Los sujetos logran calmarse llevando a cabo acciones de enfrentamiento efectivas (como la relajación)
Baja: (menor de 89 puntos)	Las técnicas de enfrentamiento no logran calmar al sujeto, por no ser funcionales; causándole mayor frustración.

Inventario de Expresión de Ira estado- rasgo en niños y adolescentes

STAXI-NA
Corrección de Sintaxis

Parte 1

Frases Originales de la Prueba		Modificaciones de sintaxis
3. Estoy Rabioso		Tengo Rabia

Parte 2

Frases Originales de la Prueba	Modificaciones de sintaxis
9. Tengo mal genio	Tengo mal Humor
10. Me irrito fácilmente	Me molesto, me enfado.
13. Exploto fácilmente	Me enfado con facilidad
16. Me enfurece hacer bien un examen y tener mala nota	Me molesta ganar mala nota si he estudiado.

Parte 3

Frases Originales de la Prueba	Modificaciones de sintaxis
17. Demuestro mi enfado	Demuestro mi enojo
21. Doy Portazos	Tiro la puerta
26. Controlo mi furia	Controlo mi rabia.

Escala de Evaluación Observacional de Conductas Agresivas
Formulario para Maestros

Nombre del Alumno_____
Grado: _____
Edad: _____
Fecha de aplicación: _____
Conoce al alumno desde: _____
Lugar de Observación de conducta: _____

Instrucciones:

En esta escala se presentan una serie de conductas que pueden observase en los escolares y se detectan en la experiencia cotidiana. Con ella se puede evaluar a cada alumno. Le será útil para revisar su conducta en relación con la ira, lo cual redundará en beneficio del mismo.

Lea el contenido de cada situación e intente responder de forma precisa. Muchas situaciones son similares, pero reflejan matices distintos del comportamiento del alumno.
Si el alumno evaluado ha ido cambiando con el tiempo en relación con alguna situación, *conteste según su comportamiento actual*, no sobre el pasado. En todo caso, es importante que tenga en cuenta la *conducta observable* del alumno, que sea esta conducta observable la que determine su contestación, y no posibles inferencias o interpretaciones sobre la persona evaluada.

Cada situación tiene cuatro posibilidades o alternativas:

No se ha observado Algunas veces se ha observado, Frecuentemente se ha observado Muy Frecuentemente se ha observado.

En cada frase marque la casilla de la alternativa más adecuada a cada caso.

RECUERDE:

1. La conducta del alumno debe ser evaluada a partir de cuatro (4) semanas atrás de la fecha de aplicación.
2. ¡No deje ninguna situación sin contestar!

Cuestionario de Creencias
Para los Alumnos

Nombre: _____ Sexo: ___ Edad___ Fecha de aplicación _____

Instrucciones:
A continuación encontrarás una serie de preguntas. Para contestar estas preguntas ten presente cómo eres, la mayoría del tiempo.

Para que sepas cómo calificar lo que piensas acerca de las preguntas te damos un ejemplo:
Si estás de acuerdo con lo que dice la pregunta coloca una (X)cruz en la casilla de Sí. En la casilla de ¿Por qué? : escribe lo que piensas
de tu respuesta.
Ejemplo 1:

Preguntas	Sí	No	¿Por qué?
Para que me respeten, debo siempre pegarle a los demás.	X		Seré un bobo sino lo hago.

Si no *no estás de acuerdo* coloca una (X) cruz en la casilla de *No*.
En la casilla de ¿Por qué? : escribe la razón de tu respuesta.
Ejemplo 2:

Preguntas	Sí	No	¿Por qué?
Si él o ella no gusta de mí, lo/ la trataré mal.		X	Aunque me caiga mal seré amable.

Completa y asegúrate de que entiendes las instrucciones. No dejes ninguna pregunta sin contestar.

¡RECUERDA QUE NO HAY RESPUESTAS MALAS...TODAS TUS RESPUESTAS VALEN!

Cuestionario de Creencias y Conductas

Cuestionario Original

Nombre:

	Preguntas	Si	No	¿Por qué ?
1	Debo ser aceptado y amado por las personas que yo quiero			
2	Debo tener todo aquello que quiero			
3	Las actividades en la escuela no deben ser aburridas, porque debo estar siempre jugando y haciendo lo que quiero			
4	Que otros no gusten de mí, es algo insoportable			
5	Soy tonto, si cometo errores			
6	Las personas (mamá, papá, maestros y familiares)deben ser siempre justos conmigo.			
7	Las personas que comenten errores son malas y deben ser siempre castigadas			
8	Me enojo cuando las cosas no salen como yo quiero			
9	Debo ser aprobado por todos siempre, si no me molesto.			
10	Cuando alguien habla mal de mi, me enojo muchísimo, y no puedo soportarlo y la insulto o le pego.			
11	Si las cosas no salen como yo quiero me pongo furioso.			
12	Si alguien hace algo en mi contra, me vengo, le hago pagar, por lo que me hizo			
13	Yo siempre debo tener cosas mejores que los demás			
14	Cuando alguien me molesta, esto es insoportable y tengo que pegarle			
15	Todos y todas deben ser como yo quiero, si no me da rabia y peleo con ellos.			
16	Todos deben tratarme bien , si no lo hacen son malos amigos y les dejaré de hablar.			

Cuestionario de Creencias y Conductas

Modificación en la sintaxis de las oraciones, para facilitar la comprensión del niño.

Nombre:

	Preguntas	Si	No	¿Por qué ?
1	Debo ser aceptado y amado por las personas que yo quiero			
2	Debo tener todo aquello que quiero			
3	Siempre debo estar jugando y haciendo lo que quiero, en la escuela.			
4	Que otros no gusten de mí, es algo insoportable			
5	Soy tonto, si cometo errores			
6	Mamá, papá, maestros y familiares, deben ser siempre legales, conmigo.			
7	Las personas que comenten errores son malas y deben ser siempre castigadas.			
8	Me enojo cuando las cosas no salen como yo quiero.			
9	Debo ser querido y aceptado por otros.			
10	Cuando alguien habla mal de mí, me enojo muchísimo, y no puedo soportarlo, entonces la o lo insulto o le pego.			
11	Si las cosas no salen como yo quiero me pongo furioso.			
12	Si alguien hace algo para hacerme daño, me vengo de él o ella y le hago pagar por lo que me hizo.			
13	Yo siempre debo tener cosas mejores que los demás.			
14	No soporto que me molesten, por eso al que lo hace, le pego.			
15	Todo y todas deben ser como yo quiero, sino es asi, me da rabia y peleo con ellos.			
16	Todos deben tratarme bien , si no lo hacen son malos amigos y les dejaré de hablar.			

Cuestionario de Creencias y Conductas

Nombre:

	Preguntas	Si	No	¿Por qué?
1	Debo ser aceptado y amado por las personas que yo quiero			
2	Debo tener todo aquello que quiero			
3	Las actividades en la escuela no deben ser aburridas, porque debo estar siempre jugando y haciendo lo que quiero			
4	Que otros no gusten de mi, es algo insoportable			
5	Soy Tonto, si cometo errores			
6	Las personas (mamá, papá, maestros y familiares) deben ser siempre justos conmigo.			
7	Las personas que comenten errores son malas y deben ser siempre castigadas			
8	Me enojo cuando las cosas no salen como Yo quiero			
9	Debo ser aprobado por todos siempre, si no me molesto.			
10	Cuando alguien habla mal de mi, me enojo muchísimo, y no puedo soportarlo y la insulto o le pego.			
11	Si las cosas no salen como yo quiero me pongo furioso.			
12	Si alguien hace algo en mi contra, me vengo, le hago pagar, por lo que me hizo			
13	Yo siempre debo tener cosas mejores que los demás			
14	Cuando alguien me molesta, esto es insoportable y tengo que pegarle			
15	Todos y todas deben ser como Yo quiero, si no me da rabia y peleo con ellos.			
16	Todos deben tratarme bien , si no lo hacen son malos amigos y les dejaré de hablar.			

Batería de corrección de las frecuencias de creencias

Creencias Básicas	Demandas
Debo ser aprobado y amado por las personas que me importan	Demandas sobre uno mismo (Y0 debo y Yo necesi
Debo tener todo aquello que quiero	Demandas sobre los otros (él debe o tu debes)
No debo pasar incomodidades y debo estar siempre entretenido	Demandas sobre el mundo (el mundo o la vida debe

Cuestionario de Creencias y Conductas

Preguntas	Si	No	¿Por qu ?
Debo ser aceptado y amado por las personas que yo quiero	0	1	
Debo tener todo aquello que quiero	0	1	
Las actividades en la escuela no deben ser aburridas, porque debo estar siempre jugando y haciendo lo que quiero	0	1	
Que otros no gusten de mí, es algo insoportable	0	1	
Soy tonto, si cometo errores	0	1	
Las personas (mamá, papá, maestros y familiares) deben ser siempre justos conmigo.	0	1	
Las personas que comenten errores son malas y deben ser siempre castigadas	0	1	
Me enojo cuando las cosas no salen como yo quiero	0	1	
Debo ser aprobado por todos siempre, si no me molesto.	0	1	
Cuando alguien habla mal de mi, me enojo muchísimo, y no puedo soportarlo y la insulto o le pego.	0	1	
Si las cosas no salen como yo quiero me pongo furioso.	0	1	
Si alguien hace algo en mi contra, me vengo, le hago pagar, por lo que me hizo	0	1	
Yo siempre debo tener cosas mejores que los demás	0	1	
Cuando alguien me molesta, esto es insoportable y tengo que pegarle	0	1	
Todo y todas deben ser como Yo crió, si no me da rabia y peleo con ellos.	0	1	
Todos deben tratarme bien , si no lo hacen son malos amigos y les dejaré de hablar.	0	1	

Cuestionario para el Maestro (a)					
	Situaciones	0	1	2	3
1	Escucha a los demás con respeto.	Consideración			
2	Rompe pronto cualquier cosa que caiga en sus manos.				
3	Intenta hacer lo que cree que debe hacer en un momento, sin tener paciencia para esperar.				
4	Cuando la maestra le llama la atención, no se molesta ni hace malos gestos.	Auto-control			
5	Golpea a sus compañeros.				
6	Ayuda a los demás cuando tienen problemas con las tareas.	Consideración			
7	Le esconde cosas a sus compañeros y disfruta verlos molestos.				
8	Saluda al entrar y al salir de un lugar .	Relaciones Interpersonales			
9	Conversa y discute seriamente, sin molestarse.	Auto-control			
10	Hagan lo que hagan y digan lo que digan, hace lo que quiere.				
11	Echa la culpa a los demás por las cosas que le suceden.				
12	Cuando alguien es rechazado por el grupo, él / ella se acerca e intenta ayudar.	Consideración			
13	Usa palabras vulgares.				
14	Es rudo y Violento.				
15	Sabe esperar su turno sin mostrar impaciencia.	Auto-control			
16	Grita a los demás con facilidad.				
17	Deja que los demás trabajen sin molestarlos.	Auto-control			
18	Le molesta que le pongan sobre nombres y las bromas que le hacen los demás.				
19	Cuando me dirijo a la maestra lo hago con respeto.	Consideración			
20	Insulta a sus compañeros para defenderse.				
21	Se entiende bien con sus compañeros.	Relaciones Interpersonales			
22	El / ella siempre busca pelea.				
23	Deja de hacer las tareas si ve que es difícil y deja de buscarle solución al problema.				
24	Amenaza a los demás, los intimida.				
25	Si su compañero comete un error no le insulta.	Auto-control			
26	Adopta una actitud de enojo ante su maestra si se le llama la atención seriamente.				
27	Comparte el tiempo libre jugando con sus compañeros sin problemas de conducta.	Relaciones Interpersonales			
28	Se muestra amable con sus compañeros cuando ve que tienen problemas.	Consideración			

Cuestionario para el Maestro (a)

FECHA DE APLICACIÓN.____

NOMBRE DEL ALUMNO

	Situaciones	No se ha observado	Algunas veces se ha observado	Frecuentemente se ha observado	Muy Frecuentemente se ha observado
1	Escucha a los demás con respeto.				
2	Rompe pronto cualquier cosa que caiga en sus manos				
3	Intenta hacer lo que cree que debe hacer en un momento, sin tener paciencia para esperar.				
4	Cuando la maestra le llama la atención, no se molesta ni hace malos gestos.				
5	Golpea a sus compañeros				
6	Ayuda a los demás cuando tienen problemas con las tareas				
7	Le esconde cosas a sus compañeros y disfruta verlos molestos.				
8	Saluda al entrar y al salir de un lugar				
9	Conversa y discute seriamente, sin molestarse				
10	Hagan lo que hagan y digan lo que digan, hace lo que quiere.				
11	Echa la culpa a los demás por las cosas que le suceden				

Cuestionario para el Maestro (a)					
	Situaciones	No se ha observado	Algunas veces se ha observado	Frecuentemente se ha observado	Muy Frecuentemente se ha observado
12	Cuando alguien es rechazado por el grupo, él / ella se acerca e intenta ayudar.				
13	Usa palabras vulgares				
14	Es rudo y violento				
15	Sabe esperar su turno sin mostrar impaciencia				
16	Grita a los demás con facilidad				
17	Deja que los demás trabajen sin molestarlos				
18	Le molesta que le pongan sobre nombres y las bromas que le hacen los demás				
19	Cuando se dirijo a la maestra lo hase con respeto				
20	Insulta a sus compañeros para defenderse				
21	Se entiende bien con sus compañeros				
22	El / ella siempre busca pelea.				
23	Deja de hacer las tareas si ve que es difícil y deja de buscarle solución al problema.				
24	Amenaza a los demás, los intimida.				
25	Si su compañero comete un error no le insulta				

Cuestionario para el Maestro (a)					
	Situaciones	No se ha observado	Algunas veces se ha observado	Frecuentemente se ha observado	Muy Frecuentemente se ha observado
26	Adopta una actitud de enojo ante su maestra si se le llama la atención seriamente.				
27	Comparte el tiempo libre jugando con sus compañeros sin problemas de conducta.				
28	Se muestra amable con sus compañeros cuando ve que tienen problemas				