



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA COMUNICACIÓN, TURISMO Y PSICOLOGÍA  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

**ESTUDIO DE CASO EDUCATIVO: INTERVENCIÓN DE LA  
CONDUCTA DESADAPTATIVA DESDE UNA PERSPECTIVA  
INTEGRATIVA**

**PRESENTADA POR  
PATRICIA ANGELINA CHAVEZ BRAVO**

**ASESOR  
JESUS MANUEL GUERRERO ALCEDO**

**TESIS  
PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN  
PSICOLOGÍA**

**LIMA – PERÚ**

**2021**



**Reconocimiento - No comercial - Sin obra derivada  
CC BY-NC-ND**

El autor sólo permite que se pueda descargar esta obra y compartirla con otras personas, siempre que se reconozca su autoría, pero no se puede cambiar de ninguna manera ni se puede utilizar comercialmente.

<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA COMUNICACIÓN, TURISMO Y PSICOLOGÍA  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

**ESTUDIO DE CASO EDUCATIVO: INTERVENCIÓN DE LA  
CONDUCTA DESADAPTATIVA DESDE UNA PERSPECTIVA  
INTEGRATIVA**

**TESIS PARA OPTAR  
EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

**PRESENTADO POR:  
PATRICIA ANGELINA CHAVEZ BRAVO**

**ASESOR:  
MG. JESUS MANUEL GUERRERO ALCEDO  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7429-1515>**

**LIMA, PERÚ**

**2021**

## **Dedicatoria**

A todos los niños que he conocido en este periodo, especialmente a MC, quien es mi inspiración para realizar la presente investigación.

## **Agradecimiento**

Agradezco a mi mamá Ana, abuelos Oscar y Asunta por su constante apoyo y soporte emocional.

## Índice

DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTO	iii
ÍNDICE	iv
INTRODUCCIÓN	vi
I.MARCO TEÓRICO	8
1.1 Estilos de Crianza y Disciplina Positiva	8
1.1.1 Estilos de Crianza	8
1.1.2 Disciplina Positiva	10
1.2 Regulación Emocional y Tolerancia a la Frustración	12
1.1.1 Regulación Emocional	12
1.1.2 Tolerancia a la Frustración	13
1.3 Conducta Desadaptativa	14
1.4 Perspectiva Integrativa de la Intervención	15
1.4.1 Modelo Cognitivo Conductual de Intervención Educativa	16
1.4.2 Modelo Familiar Sistémico de Intervención Educativa	17
1.4.3 Modelo Adleriano de Intervención Educativa	17
1.4.4 Mindfulness en Intervención Educativa	18
1.5 Pruebas Psicológicas	19
1.5.1 Escala de Tolerancia a la Frustración	19
1.5.2 Cuestionario de Prácticas Parentales	20
1.5.3 Inventario de Personalidad Eysenck, Forma A	21
1.5.4 Escala de Inteligencia de Weschler para niños	22
II. PRESENTACIÓN DEL CASO	24
2.1 Historia Psicológica	24
2.2 Evaluación Psicológica y Psicométrica	32
2.3 Resultados de la Evaluación Psicométrica	34
2.4 Análisis de Caso	35
2.5 Informe Psicológico	36
2.6 Diagnóstico	46
III. PROGRAMA DE INTERVENCIÓN	47
3.1 Diseño General de Intervención: Modalidad	47
3.2 Diseño de Programas de Intervención	50
3.3 Resultados General: Interpretación de Resultados.	94
3.4 Seguimiento: Diseño y Sesiones	94

IV. RESUMEN, CONCLUSIONES, RECOMENDACIONES	97
4.1 Resumen	97
4.2 Conclusiones	99
4.3 Recomendaciones	99
REFERENCIAS	100
ANEXOS	
Anexo A. Evidencia de las entrevistas	
Anexo B. Evidencia de las sesiones aplicadas	
Anexo C. Consentimiento informado	

## Introducción

En los primeros años de vida, el niño está en proceso de desarrollar habilidades emocionales que les permitirá enfrentar de forma apropiada a las diversas situaciones que se presenten a lo largo de su vida. Es por ello, que es importante brindarles una psicoeducación para una óptima autorregulación emocional, mayor autocontrol y niveles altos de tolerancia a la frustración, favoreciendo al desarrollo de un adecuado repertorio conductual, autoconcepto y la capacidad de mantener relaciones sociales satisfactorias (Bisquerra, 2003).

Los padres cumplen un rol fundamental para desarrollar habilidades socio emocionales en los niños, sobre todo si establecen una crianza basada en disciplina positiva, pues de ese modo, se prioriza la comunicación, respeto, amor, comprensión y empatía entre los miembros de la familia; al mismo tiempo, se aporta herramientas para que los padres entiendan las conductas de sus hijos y puedan orientarlos con firmeza, respeto y amabilidad. De ese modo, fomentan que el niño reconozca sus emociones y sepa gestionarlas de forma adecuada (Durrant, 2013).

La presente investigación consiste en la intervención dirigida a un niño y sus padres, desde una perspectiva integrativa y teniendo como base los modelos cognitivo conductual, adleriano-disciplina positiva, mindfulness y sistémica; logrando contribuir en la reducción de las conductas desadaptativas del menor en sus clases virtuales y hogar, como consecuencia de la baja tolerancia a la frustración en el niño y la crianza permisiva desarrollada por los padres dentro de su dinámica familiar.

El presente estudio de caso está comprendido por 4 capítulos. El primer capítulo es el marco teórico, donde se podrá evidenciar el motivo del tema investigado en el caso, también la sustentación de los modelos teóricos empleados en la intervención con el fin de obtener resultados eficaces, además se halla la validez y confiabilidad de los instrumentos

psicológicos utilizados para el diagnóstico. En el segundo capítulo, se tiene la presentación del caso, donde se expone la situación actual, historia psicológica y el diagnóstico a través de la evaluación psicológica y psicométrica. El tercer capítulo es el programa de intervención, donde se presenta los módulos y sesiones aplicadas al niño y los padres, desde la perspectiva integrativa, además del seguimiento tras la intervención. El último capítulo, consiste en un resumen de toda la investigación, conclusiones y recomendaciones finales.

## I. Marco Teórico

### 1.1 Estilos de Crianza y Disciplina Positiva

#### 1.1.1 *Estilos de Crianza*

Torío, et al. (2008) indican, que los estilos de crianza representan la forma en que actúan los adultos con sus hijos ante situaciones cotidianas, mediante la toma de decisiones o la resolución de conflictos; además son quienes se responsabilizan del cuidado y protección de los menores, desde la infancia hasta la adolescencia (Navarrete y Ossa, 2011).

Asimismo, el Instituto Nacional de Salud Mental (2009) lo define, como una agrupación de conductas y cualidades que demuestran los progenitores, así como creencias y actitudes que poseen en relación con las oportunidades de aprendizaje de sus hijos en el hogar (Jorge y González, 2017).

Del mismo modo, Remache (2014) refiere, que los estilos de crianza son las formas en que los padres orientan las conductas de sus hijos, así como el modo de establecer las normas familiares y sociales. Es así, que se genera un determinado clima emocional en su dinámica familiar, según sus actitudes y practicas parentales empleadas. (Franco, et al., 2014).

Pérez (2019) describe, que los estilos de crianza son fundamentales en la interacción padres-hijos, ya que todo lo que se transmite en el hogar, como creencias, conductas, valores o actitudes, influyen para definir la dinámica y socialización familiar que cada uno de los estilos proyectan. Valencia y Henao (2012) mencionan, que todo lo que se transmite en el hogar por parte de los padres es aprendida, influenciados por sus experiencias con el fin de guiar a sus hijos en su desarrollo personal, así como lo hicieron con ellos.

Por otro lado, Baumrind (1996) refiere, que los estilos de crianza son las actitudes, conductas, estrategias y valoración respecto a la paternidad, como también las creencias que presentan sobre la naturaleza de sus hijos, lo cual influye en su desarrollo emocional, conductual y social. La autora, realizó diferentes investigaciones en los años de 1967 a 1971, logrando ser la pionera en el tema, es así como plantea 3 estilos de crianza: autoritario, autoritativo y permisivo, basándose según las expresiones de afecto, estrategias para la disciplina, comunicación y expectativas de madurez por parte de los padres a sus hijos.

Berger (2006) refiere que según Diana Baumrind, se presentan 3 estilos de crianza:

**Estilo Autoritativo.** Caracterizado por predominar la comprensión, afectividad y comunicación activa. En este estilo, exigen madurez en los niños, pero son flexibles y tolerantes si no logran alcanzarlo; se establecen límites y normas de conducta, donde los padres actúan como guías y acompañantes, mediante la escucha activa de sus necesidades y dudas que presenten los menores, tomando en cuenta sus opiniones y brindándoles un espacio seguro para que expresen lo que sienten y piensen, sin ser juzgados. Esto permite, que los niños cuenten con una adecuada autoestima, autonomía y autosuficiencia, estableciendo relaciones saludables con sus pares. Además, de adquirir la capacidad de tolerancia en su vinculación e interacción familiar, académica y social (López, et al., 2008).

**Estilo Autoritario.** Este estilo se caracteriza por predominar en el hogar la obediencia y el seguimiento de las órdenes estrictas impartidas por los padres, sin contar la opinión de sus hijos; la mayor parte del tiempo se dedican a controlar y evaluar las conductas o actitudes de los menores según los parámetros rígidos establecidos por ellos mediante premios o castigos, que en algunas ocasiones pueden ser físicas. Asimismo, no brindan un espacio para que sus hijos emitan sus ideas o expresen sus emociones, influyendo de forma negativa en su desarrollo de habilidades sociales, autonomía; tampoco

permite la construcción de criterios para relacionarse con asertividad y tomar decisiones con seguridad. (López, et al., 2008).

**Estilo Permisivo.** En este estilo, se otorga a los niños una total autonomía para la toma de decisiones sobre sus comportamientos, sin establecer normas o límites, siendo inusual que se utilicen castigos. Los padres brindan espacios para escuchar sus demandas, pero sin restricciones y suelen complacerlos, a pesar de que lo manifiesten de una forma inadecuada, reforzando el limitado autocontrol emocional y conductual. Asimismo, se esfuerzan por ayudarlos en todo lo que sus hijos soliciten, pero sin ser responsables de sus conductas y consecuencias de ellas. Esto se da mayormente en los padres que protegen en demasía y son muy condescendientes.

Esto conlleva, que el niño presente dificultades para su desarrollo de habilidades sociales y su capacidad de establecer relaciones saludables, además carecen de autocontrol y poca regulación emocional, teniendo tendencia a la dependencia e incapacidad de controlar sus impulsos, rindiéndose con facilidad ante situaciones que se les dificulte el adaptarse donde los límites ya están establecidos y al no estar acostumbrados a ello, se manifiesta su poca tolerancia a la frustración por los fallidos intentos de pertenecer en dicho ámbito social (López, et al., 2008).

### **1.1.2 *Disciplina Positiva***

La disciplina positiva tiene como base la teoría de Alfred Adler: psicología individual y Rudolf Dreikurs: educación democrática, quienes plantean la idea de una crianza libre de humillaciones, predominando el respeto, amabilidad, empatía, acompañada de conexión afectiva en los vínculos de los padres con sus hijos (Nelsen, et al., 2007).

Partiendo de dichos principios, Nelsen (2006) junto a Lyn Lott en 1980, escriben un manual para padres, proponiendo una crianza basada en disciplina positiva, lo cual se basa en desarrollar competencias y habilidades socioemocionales, fomentando así relaciones

basadas en el respeto mutuo. Asimismo, está enfocada en obtener soluciones a largo plazo que desarrollen autodisciplina, autocontrol, autorregulación y autonomía en el niño. Predomina el respeto y la comunicación asertiva, se busca establecer un vínculo mutuo afectivo y respetuoso, además de fomentar su capacidad y autoconfianza para manejar distintas situaciones de la vida diaria, así como promover la cortesía, no violencia, empatía, amor propio y respeto a los otros (Durrant, 2013).

Nelsen (2006) plantea 4 criterios, primero el ser amables y firmes al mismo tiempo, siendo respetuosos y motivadores; segundo permitir que los niños presenten un sentimiento de pertenencia e importancia, logrando una conexión con ellos; tercero emplear soluciones con efectos a largo plazo; y por último, enseñar habilidades como el respeto, interés por los demás, capacidad para la resolución de problemas, responsabilidad y cooperación. Además, propone que se establezcan límites y consecuencias con una comprensión básica del desarrollo infantil.

Siegel y Bryson (2017) señalan, que la disciplina positiva o crianza respetuosa, se basa en establecer relaciones horizontales, también generar una conexión afectiva y sentimiento de pertenencia en el hogar, además de alentar y motivar al niño con un equilibrio entre la amabilidad y firmeza. Presenta una visión de los errores como oportunidades de aprendizaje y se acompaña al menor para manejar sus emociones, mediante la contención y estrategias reguladoras, ya acordadas previamente según sus características y necesidades. Todo ello es fundamental para que adquieran autodisciplina, ya que los padres promueven entornos para que su hijo contribuya de forma autónoma, sintiéndose capaz, importante y competente.

La aplicación de disciplina positiva trae beneficios cuando se emplea un estilo de crianza permisiva en el hogar, ya que está centrada en establecer un orden, estructura y responsabilidad, mediante los límites y consecuencias con una ligera libertad, pretendiendo

que el niño aprenda a ser autodisciplinado y así adquiera valores como la cooperación, proactividad, compromiso, además de favorecer su seguridad y autonomía.

## **1.2 Regulación Emocional y Tolerancia a la Frustración**

### **1.2.1 Regulación Emocional**

Es la capacidad de tener el control e identificar cuándo, dónde, cómo y cuál emoción se experimenta, además de procesarse de forma adecuada y ser consciente entre el vínculo de su estado emocional, cognitivo, fisiológico y conductual, obteniendo respuestas positivas de afrontamiento y un autocontrol ante situaciones difíciles, que puedan generar respuestas negativas como la impulsividad e ira ante su entorno (Bisquerra, 2003).

Del mismo modo, Hervás y Moral (2017) indican, que la regulación emocional hace referencia a la capacidad de presentar una respuesta emocional adecuada por medio del desarrollo de estrategias cognitivas, emocionales y conductuales. Siendo un proceso extrínseco e intrínseco, encargado de dirigir, evaluar y cambiar la reacción emocional, según la efectividad del logro de objetivos (Thompson, 1994).

Cole, et al. (1994) indican, que es la capacidad de dar respuestas apropiadas a distintas demandas en un entorno social, siendo tolerantes y flexibles, lo cual permite la espontaneidad de sus reacciones emocionales, así como la capacidad de retrasarlas si es necesario. Es importante mencionar, que una adecuada regulación emocional durante la infancia, potencia el desarrollo de autonomía y habilidades para una interacción social y escolar estable, además de fomentar mayor empatía y comprensión con los demás.

La capacidad de regulación emocional contribuye a que los niños eleven sus niveles de tolerancia a la frustración, ya que, al tener la capacidad de identificar, reconocer, validar y manejar su estado emocional, cognitivo y conductual adecuadamente, se logran respuestas positivas de afrontamiento, mediante la capacidad de autodomínio de la situación frustrante, manejando favorablemente su enojo e intolerancia cuando no se

satisfacen sus objetivos (Bisquerra, 2003). Asimismo, favorece que el niño adquiera la capacidad de asumir y manejar mecanismos para su control, que permiten la espera y postergación de satisfacción, haciendo que se regule y permitir cubrir su necesidad, mediante un equilibrio.

### **1.2.2 Tolerancia a la Frustración**

Namuche y Vásquez (2017) refieren que, por lo general, cuando hay frustración se evidencian emociones como tristeza, culpa e ira, pero cuando se tiene la capacidad de ser tolerantes y regularse, las reacciones son adecuadas como la motivación, es así que la tolerancia a la frustración es la capacidad para manejar dichas emociones, donde se manifiestan recursos internos, mediante un equilibrio emocional. Además, se define como un estado emocional que se mantiene ante una determinada situación cuando no se logra un objetivo, deseo, proyecto o necesidad, reaccionando con tolerancia y autocontrol (Kerguelén y Henao, 2010).

Por otro lado, Fray y Guadalupe (2016) refieren que una baja tolerancia a la frustración se desarrolla desde la infancia, debido a un manejo inadecuado por parte de los padres, que complacen todas las demandas de sus hijos sin que puedan esforzarse por lograrlo y a su vez, siendo permisivos en los tiempos y horarios. Es así, que los niños presentan reacciones irritables con poca capacidad para la solución de problemas ante situaciones donde no se complacen sus deseos inmediatamente.

Perera (2017) infiere, que es importante aprender a regularse y aceptar todas las emociones, tales como la ira o frustración, ya que uno está en constante exposición ante situaciones que producen estrés, tras no cumplirse los objetivos o expectativas propuestas. Es por este motivo, Perlman, et al. (2014) indican, que la tolerancia a la frustración tiene relación con la regulación emocional; por ello, es importante enseñar desde la infancia, la

capacidad de controlarse y guiarlos para una solución eficaz de un problema, reconociendo, validando y manejando sus emociones, pensamientos y conductas que presenten.

### **1.3 Conducta Desadaptativa**

La conducta desadaptativa es aquella que genera intranquilidad y desarmonía en el contexto donde se desarrolla, ya que existe una dificultad para adaptarse al medio, en cuanto a sus normas. La inadaptación del individuo engloba aspectos físicos, emocionales, cognitivos y sociales. (Germán, 2015).

Asimismo, es cuando el individuo manifiesta un comportamiento discrepante con respecto a pautas, consideradas normales en un determinado contexto. Además de que estas conductas son valoradas negativamente por el medio social al que pertenece el individuo (Navarrete & Ossa, 2013).

Zambrano (2018) refiere que las conductas de oposición, posturas desafiantes o desobedientes que muestran los niños, en muchas ocasiones responden a la búsqueda de un espacio o de una identidad que todavía no está conformada. Es así, que se debe establecer la línea entre una conducta normal o que puede estar dentro del desarrollo evolutivo normal de un niño y otras conductas que se percibe como inadaptadas, además de considerar la frecuencia, magnitud y perseverancia de la conducta, siempre teniendo en cuenta la edad del niño.

Por otro lado, Zambrano (2018) comenta, que en cada contexto social se establecen normas y pautas de conductas, lo cual se puede evidenciar conductas desadaptativas cuando por defecto o exceso, el niño no se adapta a dichas medidas de conductas preestablecidas.

Las conductas desadaptativas se puede propiciar por la incapacidad del niño para manejar de forma efectiva situaciones que le generan estrés, o por la imposibilidad de adaptarse a una situación determinada, entre otros motivos, teniendo en cuenta que estos

comportamientos tienen un efecto sobre el niño en su entorno social, aspecto emocional, conductual y cognitivo del menor, es por ello que en esta investigación se abordará desde una perspectiva integrativa dichos aspectos, evidenciándose que no solo se aborda la conducta, sino se tiene una mirada integral del problema, considerando en la intervención las causas de dichos comportamientos en el contexto escolar y familiar.

#### **1.4 Perspectiva Integrativa de la Intervención**

La psicología Integrativa representa a la persona como unidad, es decir un sistema dinámico y abierto. Asimismo, se considera desde un plano conductual, cognitivo, fisiológico, afectivo y espiritual de su funcionamiento. Relaciona diferentes métodos y sistemas de modelos terapéuticos durante las sesiones. Esto permite, que se utilice técnicas según la situación e intensidad del problema, ampliando las posibilidades de intervención, siendo más dinámica, efectiva y agilizando la intervención (Benito, 2009).

La perspectiva integrativa prioriza tres momentos, el primero es evaluar y diagnosticar, estableciendo metas para el plan de intervención; segundo es planificar e instaurar las sesiones con las diferentes técnicas a utilizar; y tercero, la propia intervención psicológica (Mascarúa, 2008). Lo cual, en este estudio de caso educativo, se enfoca e integra técnicas desde un modelo cognitivo conductual, sistémico, adleriano y de mindfulness empleadas en el programa de intervención.

##### **1.4.1 Modelo Cognitivo Conductual de Intervención Educativa**

La teoría cognitiva conductual, tiene como base teórica el aprendizaje social y se utilizan principios de los modelos de condicionamiento clásico y operante (Friedberg y McClure, 2005). Es así, que se complementa con el área cognitiva y de ese modo, según Gomar, et al. (2010) refieren, que la postulación fundamental de la teoría es la manera que los menores utilicen su interpretación de las situaciones, influyendo en sus emociones y

conductas. El objetivo es cambiar o mejorar las respuestas emocionales, conductuales, cognitivas y fisiológicas en su ambiente social.

Este modelo en el campo educativo con niños es activo y directivo, ya que al modificar sus respuestas debe existir un compromiso por su parte y se requiere un rol participativo de todos los involucrados. Se requiere dirección y escucha activa, promoviendo en las intervenciones un espacio de reflexión y acción para una vida satisfactoria y plena. Asimismo, se emplean tareas por cada sesión realizada, para que así puedan poner en práctica los aspectos trabajados e interiorice de manera adecuada lo aprendido (Gomar, et al., 2010).

La teoría cognitiva implica un proceso para la solución de problemas en base a la experiencia de aprendizaje del niño, donde descubre y modifica pensamientos o ideas disfuncionales, los cuales influyen directamente en su compartimiento y relaciones con los demás.

En este estudio de caso, las estrategias psicoeducativas cognitivas conductuales utilizadas ayudan a que los menores comprendan y aprendan la importancia de una regulación emocional, influyendo en el área cognitivo, conductual, emocional y fisiológico. Logrando modificar sus respuestas tras situaciones frustrantes o de estrés lo que permite un autocontrol (Gomar, et al., 2010).

#### **1.4.2 Modelo Familiar Sistémico de Intervención Educativa**

Se basa en la teoría general de sistemas, por Karl Ludwig von Bertalanffy, quien afirma que la familia es un sistema con límites y partes que se relacionan e interdependientes, donde si hay un cambio que influya a una de estas partes, afectará también sobre las demás. Es así, que, en el modelo familiar sistémico, generalmente las

dificultades presentadas se perciben como expresiones disfuncionales del sistema familiar, por ello se centra no solo en el niño que tiene el problema, sino también en su familia.

Se prioriza los comportamientos y patrones de interacciones, es decir, el vínculo entre cada uno de los miembros de su hogar. Lo cual, en las sesiones de intervención, se enfatiza solucionar el problema desde los aspectos disfuncionales de interacción entre los padres y el menor (Feixas y Miró, 1993).

Se tiene como objetivo mejorar el funcionamiento de la dinámica familiar y se da la oportunidad de que puedan comprender y entender las necesidades del otro, además de fomentar estrategias de afrontamiento y habilidades para las dificultades que se presenten en el entorno familiar, logrando realizar cambios favorables en sus vidas y relaciones.

#### **1.4.3 Modelo Adleriano de Intervención Educativa**

Adler planteó la psicología individual con el propósito de mejorar las relaciones en el área personal, familiar y social. Desde su perspectiva, la personalidad se forma desde el nacimiento y conforme avanza su desarrollo, la persona tiene la obligación de subsanar sus debilidades por medio de esfuerzos y superando dificultades que se presenten, en este proceso es necesario que se tenga un acompañamiento oportuno por parte de sus padres y su entorno más cercano (Oberst, 2018).

Según Cavazzana (1934) refiere, que la propuesta adleriana considera que el individuo presenta una participación en la toma de sus decisiones, generando un sentimiento de superación, direccionándose hacia un propósito de vida. Asimismo, el ambiente donde se desarrolla es un factor relevante para la realización de sus metas fijadas y según la experiencia, genera un patrón de conductas y hábitos para su logro. Además, se considera que toda persona tiene un interés o responsabilidad social, refiriendo que estar dentro de la sociedad implica responsabilidades que cumplir, una de ellas es la comprensión de que existen más necesidades que las propias, fomentando así la empatía.

Asimismo, Alfred Adler propuso por primera vez la educación para padres, en ese sentido respaldó un trato respetuoso hacia los niños, así como también consideró que si no existen límites o hay una sobreprotección en el hogar, puede causar problemas sociales y conductuales en el menor. Es así, que Adler y su seguidor Rudolf Dreikurs, plantearon una crianza basada en amabilidad y firmeza, además del respeto mutuo, la cual llamaron crianza democrática y de esta forma, se logra que los padres enseñen y guíen a los menores a modificar su conducta priorizando el respeto de sus derechos y fomentando una saludable interrelación, sin usar la violencia; tras esta influencia Jane Nelsen y Lynn Lott plantearon la disciplina positiva (Oberst, 2017).

#### **1.4.4 *Mindfulness en Intervención Educativa***

Según Kabat-Zinn (2013) el mindfulness es la conciencia de atención real, continua e intencional, sin juzgar y vivir del presente, mediante la meditación, donde la respiración cumple el rol más importante, ya que se considera como el medio para estar atentos al presente, acompañándose de las sensaciones corporales. Asimismo, la práctica del mindfulness permite entrenar a que se pueda identificar emociones, sensaciones y pensamientos, aceptándolas y validándolas.

En el contexto escolar, los estudiantes que practican mindfulness, tienen como ventaja el experimentar un mayor bienestar personal, por tener la capacidad de poder desconectar la atención sobre una cosa y dirigirla hacia una que sea más esencial, también mejora la atención y concentración, ya que al practicarlo se estimula para resistir distracciones (Goleman, 2013); además se permite desarrollar una flexibilidad cognitiva, logrando cambiar su atención eficazmente de un objeto a otro y percibir las experiencias desde diferentes perspectivas. Otro punto importante es que fomenta una autorregulación emocional, lo que implica que el menor sea consciente de sus emociones y ser capaz de aceptarlas, diferenciar claramente entre sentir una emoción, expresar, actuar y gestionarla de forma positiva y eficaz por las diferentes técnicas, que principalmente se da por medio

de la meditación. Finalmente, se desarrollan habilidades sociales y mejora las relaciones con sus compañeros, resolviendo situaciones conflictivas asertivamente y esto ayuda a que la convivencia escolar sea agradable (Kaiser-Greenland, 2013).

## **1.5 Pruebas Psicológicas**

### **1.5.1 Escala de Tolerancia a la Frustración**

La escala de tolerancia a la frustración, versión de Caycho, et al. (2018), es derivada de la sub escala Stress Management del Emotional Quotient Inventory (EQ-i, YV) de Bar-On y Parker (2000). Está dirigido para niños y/o adolescentes entre 8 a 12 años, teniendo la finalidad de evaluar la percepción de su capacidad para el manejo de estrés, control de impulsividad y tolerancia al estrés. El cuestionario es unidimensional y presenta 8 ítems, con alternativas de respuesta tipo Likert del 1 al 5 con las opciones: Nunca, Pocas veces, A veces, Muchas veces, Siempre; la escala interpretativa es de muy tolerante menor a 10, tolerante de 11 a 12, medianamente tolerante de 13 a 15, intolerante de 16 a 18 y muy intolerante mayor a 19. Tiene una duración de 5 minutos aproximadamente y se puede aplicar de modo individual o grupal. (Anticona y Vásquez, 2019)

La validez es realizada mediante el análisis factorial exploratorio AFE (n=160) lo cual reveló la unidimensionalidad de la escala. Todas las cargas factoriales oscilaron entre ,51 a ,66, consideradas como fuertes y el análisis factorial confirmatorio AFC (n=636) lo reconoció. La fiabilidad, a través del alfa de omega fue buena ( $\omega = ,80$ ). (Caycho, et al, 2018)

### **1.5.2 Cuestionario de Prácticas Parentales**

El Cuestionario de Prácticas Parentales (Parenting Practices Questionnaire – PPQ), desarrollado por Robinson, et al. (1995) adaptado en Chile por Velásquez y Villouta (2013) y actualmente adaptado en Perú por Vizcarra (2018) aplicado a una población de padres de niños menores de 7 años. Tiene como finalidad el evaluar los tipos de estilos de crianza,

basado en la teoría de Baumrind y también explora las dimensiones y estructura interna de cada tipología, es así que la escala autoritativa presenta 7 factores, que son incentivo a la expresión-reflexión, comunicación-expectativas, consideración, expresión-serenidad, contención-expresividad afectiva, implicación y participación. La escala autoritaria posee 7 factores, siendo castigo físico y verbal, hostilidad-arbitrariedad, arbitrariedad, directividad-amenaza, exigencia-crítica, hostilidad-individualismo y hostilidad-discrepancia. La escala permisiva presenta 6 factores que son inseguridad-inconsecuencia, inconsistencia, ignorar el comportamiento inadecuado, ausencia de límites y normas, falta de regulación y evitamiento-consentimiento

El cuestionario consta de 62 ítems tipo Likert, con 5 alternativas de respuesta, van de Nunca (1) a Siempre (5), asimismo es mediante una autoaplicación, brindando la consigna: "Por favor lea cada frase del cuestionario y piense con qué frecuencia usted actúa de este modo con su niño/a y ponga su respuesta al lado izquierdo de la frase". El tiempo aproximado para la aplicación del test es de 20 minutos. La interpretación se obtiene promediando las puntuaciones de todos los ítems por cada factor, y luego al promediar las puntuaciones de todos los factores de cada escala. El puntaje final mayor equivale al estilo de crianza empleado por el padre.

Según Razarú (2018), explica la validez de constructo mediante el Análisis Factorial Exploratorio, quien verifica la idoneidad de la matriz de correlaciones por medio del coeficiente Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) y se obtuvo un puntaje de .792. Asimismo, se analiza la confiabilidad del instrumento, obteniéndose un alfa de Cronbach total de .787 y por cada escala Autoritativa un valor de .881, Autoritaria .780 ambos con una fuerte confiabilidad; y en la escala Permisiva se alcanza un valor de .672 que corresponde a una confiabilidad moderada.

### **1.5.3 *Inventario de Personalidad Eysenck, Forma A***

El inventario de personalidad de Eysenck para niños y adolescentes de 6 a 16 años es adaptado por Anicama en 1985 y es estandarizado en Perú por Silvana Varela (2014). Evalúa las siguientes dimensiones de personalidad: introversión-extroversión (E), caracterizándose por rasgos de sociabilidad, impulsividad, vivacidad, actividad y excitabilidad; neuroticismo-estabilidad emocional (N), caracterizada por rasgos de cambio de humor (inestabilidad), falta de concentración, preocupaciones, síntomas psicósomáticos, nerviosismo, sensibilidad y sentimientos de inseguridad. Del mismo modo, se establece los tipos de temperamento en función a la reactividad del SNA y el condicionamiento: melancólico, colérico, flemático y sanguíneo.

El test cuenta con 60 ítems y es de tipo dicotómico con las alternativas de sí o no, lo cual si coincide con la clave de respuestas predeterminada se marca 1 punto y si no vale equivale a 0. En cuanto a su calificación, se suman los puntajes por cada dimensión "E" y "N" también la escala "L" de mentiras que va de 0 a 12 puntos, de tener un puntaje mayor a 4 se anula los resultados y se debe aplicar nuevamente después de 15 días. Se puede aplicar de manera individual o grupal. El tiempo aproximado de aplicación son 20 minutos.

Varela (2014) refiere que la validez de contenido oscila entre 0.80 y 0.90. Validez elevada:  $p < .001$  y  $p < .005$ . La confiabilidad de consistencia interna en la dimensión de Introversión-Extroversión de 0.63, en Neuroticismo una confiabilidad de consistencia interna de 0.78 y para la escala "L" de 0.71. La confiabilidad general es de 0.90.

#### **1.5.4 Escala de Inteligencia de Weschler para Niños (WISC-IV)**

El autor de esta prueba es David Weschler, lo cual pasa por una adaptación española de Sara Corral, David Arribas, Pablo Santamaría, Manuel J. Sueiro y Jaime Pereña. Departamento I+D de TEA Ediciones, S.A. (2005). El test tiene como finalidad diagnosticar de forma individual la capacidad cognitiva global y sus cuatro dominios de inteligencia: comprensión verbal, razonamiento perceptivo, memoria de trabajo y velocidad

de procesamiento, para detectar puntos fuertes, débiles y realizar un análisis de procesamiento. Esta prueba permite comparar el rendimiento en los distintos índices y pruebas.

Está dirigido para niños y adolescentes de 6 años 0 meses a 16 años 11 meses y tiene una duración de aplicación aproximadamente 60 minutos. Está constituido por 15 pruebas, 10 principales que son semejanzas, vocabulario y comprensión que son parte del índice de Comprensión verbal; cubos, conceptos y matrices del test de razonamiento perceptivo; dígitos y letras y números conforma la índice memoria de trabajo; por último, claves y búsqueda de símbolos, que pertenecen al índice velocidad de procesamiento. Asimismo, existen 5 pruebas adicionales que son información y adivinanzas para el índice de comprensión verbal; figuras incompletas parte del índice de razonamiento perceptivo; aritmética que pertenece al índice de memoria de trabajo: y animales que es parte del índice velocidad de procesamiento. Mediante el cual se obtiene puntuaciones escalares, CI de los 4 índices y total, siendo el resultado final interpretado por los baremos depende de la edad que tenga el estudiante.

Con respecto a la fiabilidad, la Mediana de los coeficientes de estabilidad para los Índices en la adaptación española oscila entre 0,75 y 0,91. En cuanto a la validez convergente las correlaciones entre pruebas e índice con el Raven son variables y poco consistentes (entre .17 y .64) y en ningún caso la correlación es superior a .64 (Raven y Figuras incompletas)

## II. Presentación del Caso

### 2.1 Historia Psicológica

#### 1. Datos de filiación

Apellidos y Nombres	: MC
Fecha de Nacimiento	: 28 de junio 2012
Lugar de nacimiento	: Caracas, Venezuela
Grado de Instrucción	: 3er. Grado de Primaria (2020)
Derivado por	: Tutora
Responsable del caso	: Ps. Patricia Chávez

#### 2. Observaciones

MC participó en sesiones no presenciales. Se mostró como un niño hábil, comunicativo, espontáneo, sensible, enérgico, con rasgos de impulsividad y dificultad en el manejo de sus emociones. Del mismo modo, se observó que buscaba ambientes donde se desarrolle con más comodidad y así poder complacer sus necesidades; además, se mostraba demandante e insistente para demostrar lo que sabe. MC, durante la clase interrumpía encendiendo su audio y emitía sonidos particulares mientras la docente explicaba un tema o cuando un compañero estaba participando; asimismo, levantaba la voz exigiendo que se le preste atención; no respetaba su turno y emitía comentarios como: “apúrate miss” “ya quiero hablar, apúrense” “no tengo todo el día” interrumpiendo las actividades.

Por otro lado, las docentes referían que es un niño hábil, comunicativo, activo, pero también poco flexible, dependiente, desorganizado, impaciente e intolerante con actitudes

que desafían la autoridad y de no seguir las normas del aula. Observaron, que desarrollaba las actividades sin seguir las pautas que dictaba la docente, mencionando comentarios como “mis papás dejan que haga lo que yo quiera”; cuando no obtenía lo que deseaba, como el no realizar una actividad de su agrado, se retiraba de la clase zoom y no entraba hasta que empezaba otra clase; además emitía comentarios refiriendo que no podía realizar alguna actividad o que no sabía hacerlo, si no recibía el apoyo de su nana o sus padres. Así mismo, se quejaba del corto tiempo establecido para cada actividad, culpabilizaba a sus padres o su nana, si no realizaba bien alguna tarea y cuando se comunicaba a los padres las actitudes/conductas inadecuadas, lo excusaban diciendo que sólo era un niño, sin corregirlo.

Finalmente, sus padres comentaban que MC era un niño muy hábil, ágil, activo, amoroso, persistente, demandante, se engreía constantemente y utilizaba un tono de voz alto para pedir lo que deseaba; así mismo, evitaban que realice responsabilidades o deberes del hogar, debido a que consideraban es muy pequeño, también realizaban la mayoría de veces, sus tareas académicas; no obstante, se mostraron preocupados, ya que observaban a MC tirar objetos que estaban a su alcance cuando perdía un juego o no lograba realizar lo que deseaba, es así que lo complacían para evitarlo.

### **3. Situación actual**

El problema consistía en que MC durante la clase encendía su audio y emitía sonidos, levantaba la voz y exigía cumplimiento inmediato de sus pedidos. Realizaba sus actividades escolares a su propio criterio obviando las pautas que dictaba la docente y si se le contradecía decidía retirarse de la clase zoom mencionando que no sabía ni puede realizar las tareas sin el apoyo de sus padres o nana. Tendía a culpar a sus padres y nana, si no realizaba bien alguna tarea. Asimismo, reportaba comportamientos de intolerancia cuando no lograba realizar lo que deseaba.

Los padres toleraban la conducta porque consideraban que era muy pequeño. Al parecer en el hogar primaba un estilo de crianza permisivo que no permitía que el niño desarrolle tolerancia a la frustración.

#### **4. Planteamiento de hipótesis**

El estilo de crianza permisivo no permitía que el niño desarrolle tolerancia a la frustración, que producía conductas desadaptativas en el aula y el hogar.

El limitado desarrollo de la capacidad de regulación emocional generaba bajo nivel de tolerancia a la frustración, que producía conductas desadaptativas en el aula y el hogar

#### **5. Historia Personal**

La madre refirió que el embarazo fue planificado y deseado por ambos padres sin tener problemas o complicaciones, el periodo de gestación fue de nueve meses. Asimismo, añadió que se dio por parto natural, con respiración normal y llanto inmediato, sin necesidad del uso de oxígeno o incubadora, nació con un peso de 3 kilos con 400 gramos aproximadamente y midió 48 centímetros, además su APGAR se dio de forma normal. Dentro de su desarrollo evolutivo, se conoció que éste se dio dentro de lo esperado, sus primeros pasos fueron a los diez meses y caminó al año, dijo sus primeras palabras a los once meses y habló con mayor fluidez desde los dos años, además, el destete se dio de manera favorable a los 10 meses y el control de esfínteres diurnos y nocturnos desde los 3 años. Con respecto al sueño, desde los 3 años tuvo una habitación propia y se despertaba en las noches a cualquier hora para llamar a uno de sus padres y así podían dormir con él, pero esto disminuyó a los 5 años; los padres asumieron, que debe ser por el cambio de residencia de Venezuela a Perú y el proceso de adaptación. Desde los 6 años de edad, su conciliación de sueño fue estable, sin interrupciones durante la madrugada. Con respecto a

su alimentación, desde pequeño se alimentó de forma saludable, quien estaba acostumbrado a comer todo tipo de comidas, siendo una ventaja para su salud.

Los padres decidieron viajar a Venezuela cuando MC tenía 7 años de edad, para que se identifique culturalmente con su país natal, sin embargo, debido a la situación que pasa el país y las carencias que existen, el niño tuvo una impresión poco favorable. Es así, que actualmente están en proceso de obtener la nacionalización peruana.

A los 8 años de edad, estando ante la coyuntura sanitaria, sus padres trabajaban presencialmente y quedaba bajo el cuidado de su nana. El niño se adaptó rápidamente, debido a que sus padres le compraban todo lo que pedía, como diferentes aparatos tecnológicos y juguetes, además de que vivían en una casa amplia con jardín y piscina; asimismo, al vivir dentro de una urbanización exclusiva y exista menos control policial, salía al parque o visitaba a sus amigos para jugar.

## **6. Historia Familiar**

La familia se trasladó de Venezuela a Perú cuando MC tenía 3 años, debido a la situación económica de su país y además, por una oferta laboral de negocios; el niño al comienzo le afectó, ya que extrañaba constantemente a su abuela, pero trataban de comunicarse todos los días, es así que se fue adaptando, además que fue de gran ayuda la llegada de su nana al mes de permanecer en el país. Un año más tarde, sus familiares más cercanos, tanto abuela, tíos y primos, migraron a Perú, por ello tanto sus padres y él, sentían que su familia estaba completa, además de que contaban con una estabilidad económica, siendo estos factores predominantes para su adaptación que se dio de forma muy favorable con el deseo de quedarse permanentemente en Perú.

En 2020, el niño vivía con ambos padres, quienes tenían 33 años, siendo egresados de la carrera administración. Su padre se mantenía con el cargo de gerente general de una

empresa comercial de productos importados y su madre la administradora general, ellos trabajaban hasta la noche pese a la coyuntura sanitaria; MC quedaba bajo el cuidado de su nana, quien tenía 63 años, con educación Secundaria culminada y mantenían una relación muy cercana, ya que compartían mayor tiempo juntos durante el día, además de que ella asumía un rol protector y lo engrería constantemente. La nana se caracterizaba por ser alegre, enérgica, sociable, noble, amable, atenta, gentil, cuidadosa, preocupada, complaciente; con respecto a sus padres, su madre presentaba características de ser una persona extrovertida, espontánea, sociable, complaciente, cariñosa, amigable, flexible, optimista, le interesaba generar una buena impresión en un ambiente nuevo, buscaba la comodidad; con respecto al padre se caracterizaba por ser igualmente extrovertido, sociable, flexible, complaciente, amoroso, desorganizado, priorizaba su comodidad y le costaba decir no a los demás.

Por otro lado, ambos presentaban una buena relación de pareja, trabajaban de lunes a viernes y llegaban en la noche antes que se vaya a dormir MC, quienes solían leerle un cuento o contar una historia creada por ellos; sólo los días sábados y domingos pasaban mayor tiempo en familia. La relación con ambos padres, consideraban que fue adecuada, siendo muy comprensivos, cariñosos y trataban de satisfacer todas sus necesidades, creyendo que así podían reemplazar el poco tiempo que tienen juntos, debido a su trabajo. Algunos fines de semana, su abuela visitaba a MC, quienes tenían un vínculo afectivo cercano y compartían diversas actividades recreativas e igualmente lo complacía en todo lo que deseaba. Con respecto a las normas en el hogar, había un acuerdo entre los padres y la nana, esta última es quien se encargaba de los quehaceres, además de que cumplía los deseos del niño; porque consideraban que tenía la libertad de decidir lo que quería, no necesitando reglas, ya que creían que así desarrollaba mejor su autonomía.

## **7. Historia Escolar**

En su educación inicial, se conoció que al inicio de cada nivel, lloraba al ingresar y al mes lo dejaba de hacer. La relación con sus docentes fue adecuada, muy cercana y cálida. Su desempeño académico se dio de forma favorable, realizaba fácilmente tareas como pintar, cortar, coordinar sus movimientos, además que reconocía los números del 1 al 20, su izquierda y derecha, las letras de las vocales y podía describir bien un dibujo o afiche, además se mostraba atento al desarrollo de las clases, sin embargo, le costaba seguir las indicaciones para realizar las actividades planteadas, ya que MC tendía hacer lo que él quería, no obstante, tanto su tutora como la auxiliar no establecían límites, incrementado así dichas conductas. En la relación con sus compañeros, asumió el rol de líder, quien dirigía y elegía los juegos a realizar, la mayoría de ellos cedían ante sus deseos.

En su educación primaria, en primer grado, la relación con sus profesoras era igual de cercana, tenían un vínculo afectivo con su tutora, quien era comprensiva y paciente con él. Con sus compañeros era sociable, igualmente asumió el rol de líder en los juegos que realizaban. Dicho año mostró mayor frustración cuando perdía o cuando no tenía la razón. Su rendimiento académico fue favorable y sus cursos preferidos eran matemática e inglés, sin tener alguna dificultad en otras áreas; sin embargo, en algunas ocasiones, presentaba conductas como que se levantaba de su asiento sin pedir permiso durante la realización de las actividades, conversaba con sus compañeros, emitía sonidos cuando la profesora explicaba la clase; pese a dichas conductas, presentaba buenas calificaciones. Se sabe que cuando se citaba a los padres, ellos excusaban dichas conductas refiriendo que era muy pequeño.

En el año 2019, cursó el segundo grado de primaria y siguió con las mismas docentes y tutora, fue así que para MC la adaptación se dio favorable debido al vínculo cercano que mantenían, sin embargo, notaron que incrementaban las conductas

inadecuadas como el que comía durante las clases, tenía tareas incompletas, se levantaba e de su asiento sin pedir permiso, conversaba con sus compañeros, levantaba la voz cuando pedía algo que quería, pese a que se le llamaba la atención, el niño hacía caso omiso. Fue así que las docentes y la psicóloga comunicaron a los padres, sin embargo, no le dieron importancia, justificaban que era sólo un niño y se debía tener paciencia, comprensión, además de que a pesar de comportarse así, mantenía buenas calificaciones, así mismo, autorizaron que reciba un acompañamiento psicológico, no obstante, la psicóloga dejó inconcluso el programa de intervención, debido a que pidió licencia por su embarazo, no viéndose cambios favorables durante el año escolar. Con respecto al área social, el niño se mostró líder en la realización de trabajos en grupo y en los juegos que realizaban en los recesos, era complacido por sus compañeros, evidenciándose que era capaz de influir en ellos.

En el año 2020, cursó el tercer grado de primaria, ya con otra tutora y tras la pandemia, las clases se dieron de forma virtual. El proceso de adaptación fue difícil, ya que el único apoyo era su nana, de quien recibía poca supervisión debido a que realizaba otras actividades del hogar. Es así que se empezó a notar conductas como, al dar las indicaciones de una actividad, él lo hacía a su modo sin seguir las pautas que dictaba la docente, emitía comentarios como “mis papás dejan que haga lo que yo quiera”; cuando no obtenía lo que deseaba, por ejemplo el no realizar una actividad de su agrado, se retiraba de la clase zoom y no entraba hasta que empiece otra clase, además refería que no podía realizar alguna actividad o que no sabía hacerlo, si no recibía el apoyo de su nana o sus padres. Así mismo, se quejaba del corto tiempo establecido para cada actividad, también culpabilizaba a sus padres o su nana, si no realizaba bien alguna tarea. Además, durante el primer bimestre, se decidió que no hay calificaciones, debido al proceso de adaptación a las clases virtuales por lo que no había evidencia de su aprendizaje. Con respecto a sus pares, el niño mantenía poca comunicación con ellos y se observó que, al trabajar en grupo, tenía poca disposición

para seguir la secuencia de la actividad y quería controlar las decisiones que se tomaban en el grupo.

## **8. Hábitos e intereses**

En relación a sus hábitos, de lunes a viernes se despertaba temprano, sus padres desayunaban con él y lo ayudaban a conectarse a las clases, luego se iban al trabajo y MC quedaba bajo supervisión de su nana, quien muchas veces lo dejaba solo, para hacer los quehaceres del hogar, además estaba pendiente de lo que necesitaba en relación a sus intereses personales, sin llamarle la atención cuando no cumplía con alguna indicación, ya que a pedido de sus padres debían darle su espacio para que esté tranquilo y pueda tomar las decisiones por sí solo; al término de las clases, almorzaban juntos y durante toda la tarde, el niño jugaba con la Tablet, Wii, Xbox, Play Station, veía televisión, e imaginaba situaciones y relatos diferentes.

Algunos días pasaba tiempo en la piscina de su casa y salía al parque con su nana o visitaba a sus amigos dentro de la urbanización de donde vivía; llegando la noche cenaba con su nana y aproximadamente a las 9pm sus padres llegaban de trabajar, lo llevaban a la cama para dormir y le contaban un cuento. Los fines de semana, ya que son los únicos días que podían pasar tiempo con sus padres, compartían juegos de mesa, veían películas, salían a pasear por su casa y le compraban lo que MC pedía sin negarle algo. Por otro lado, cabe mencionar que el niño disfrutaba de jugar con sus muñecos, video juegos con sus amigos, estar en la piscina, salir al parque, cantar, bailar, cocinar junto a sus padres y pasar tiempo con su familia.

## **2.2 Evaluación psicológica y psicométrica**

Las técnicas aplicadas para evaluar al niño consistieron en observación, entrevistas y aplicación de pruebas psicológicas. El proceso de la mayoría de las pruebas se llevó a cabo de manera no presencial vía Zoom.

## **1. Observaciones**

MC escuchaba atentamente las indicaciones brindadas durante la aplicación de las pruebas, además que mostraba disposición y actitud colaboradora. La escala de tolerancia la frustración requirió un acompañamiento conjunto durante su ejecución, aunque el desarrollo del test de Eysenck lo hizo de manera más independiente y en algunas preguntas que no entendía, pedía apoyo siendo mínimas. Durante el tiempo que demandó la evaluación, el niño se mantuvo enfocado en la tarea. Al finalizar, comenta que la tarea es sencilla y que le gustaría que todas sean así.

El WISC IV, lo realizó de manera presencial en la primera semana de clases, como parte de una evaluación de entrada para los estudiantes de la Institución. Durante la prueba, se observa una buena disposición, mostrándose tranquilo y atento a las instrucciones, como para la realización de cada actividad.

A los padres se les aplicó el Cuestionario de estilos de crianza. Ellos se mostraron entusiasmados por responder pues querían tener conocimiento de aquello que deben mejorar. Durante la evaluación, se observa que ambos padres se ponen de acuerdo para responder, percibiéndose que tienen en claro cómo se maneja la crianza en el hogar.

## **2. Entrevistas**

Los padres comentan, que son de nacionalidad venezolana y desde hace 5 años se encuentran en Perú junto a MC, además se sabe que sus familiares más cercanos después de un año igualmente migran al país. Asimismo, señalan que tienen una empresa propia donde trabajan de lunes a viernes la mayor parte del día, es así que dejan al cuidado de MC

a su nana y los fines de semana intentan pasar tiempo con el menor. Con respecto a su relación con el niño, manifiestan que es adecuada, siendo muy comprensivos y cariñosos, tratando de satisfacer todas sus necesidades, considerando que así pueden reemplazar el poco tiempo que tienen juntos, debido a su trabajo. Por otro lado, los padres refieren que en relación a las normas en el hogar, hay un acuerdo entre los padres y la nana, quien se encarga de los quehaceres, además de cumplir los deseos del niño, porque consideran tiene la libertad de decidir lo que quiera, no necesita reglas o límites, creyendo que así desarrolla mejor su autonomía. Reconocen, que realizan las tareas académicas del menor, además de costarles y mostrarse inseguros al disciplinar a su hijo, teniendo el temor que sienta menos cariño por ellos, asimismo ser muy consentidores sin importarles si ha realizado una conducta adecuada o inadecuada y también no tener conocimiento de cómo regular las emociones de su menor hijo. Por otro lado, refieren que MC busca satisfacer sus necesidades de forma inmediata y cuando debe enfrentarse a la espera, reacciona enojándose, tirando los objetos que están a su alcance, teniendo ellos como respuesta el complacer lo que pida para que pueda tranquilizarse.

Los docentes refieren, que es un niño hábil, comunicativo, activo; pero poco flexible, con tendencia a pensar sin un punto intermedio, dependiente, desorganizado, impaciente e intolerante, con actitudes que desafían la autoridad, sin seguir las normas del aula. Comentan que durante las clases, desarrolla las actividades sin seguir las pautas, mencionando comentarios como “mis papás dejan que haga lo que yo quiera”, asimismo, cuando no obtiene lo que desea, como por ejemplo realizar una actividad de su agrado, se retira de la clase zoom, no entrando hasta que empiece otra clase; además emite comentarios refiriendo que no puede realizar alguna actividad o que no sabe hacerlo, si no recibe el apoyo de su nana o sus padres. Manifiestan que MC, se queja del corto tiempo establecido para cada actividad, culpabiliza a sus padres o su nana, si no realiza bien alguna

tarea y cuando se comunica a los padres las actitudes/conductas inadecuadas, lo excusan diciendo que sólo es un niño, sin corregirlo.

MC comenta, que sus padres trabajan todo el día, viéndolos solo por las noches antes de dormir, teniendo el deseo de tener más tiempo con sus padres, asimismo, refiere que cuando comparten actividades como jugar, conversar o pasear, es su momento más feliz del día. Pasa mayor tiempo con su nana y lo disfruta, ya que puede hacer lo que él desea sin tener normas o límites a comparación de sus amigos, además que le compra todo lo que pide, así como sus padres también lo hacen y considera merecerlo. Por otro lado, refiere tener dificultades para esperar su turno en participar y que las docentes le llaman la atención o corrigen continuamente y eso le molesta, lo cual le cuesta manejarlo, como también en situaciones que no logra conseguir complacer sus deseos.

### **2.3 Resultados de la Evaluación Psicométrica**

El alumno presenta un nivel muy bajo de tolerancia a la frustración. Tiende a enojarse con facilidad, estado que luego no puede controlar y suele durarle largo tiempo, tendiendo actuar de inmediato, sin previamente pensar. Además, le resulta difícil esperar su turno, lo que evidencia aún más su alto nivel de intolerancia.

El estilo de crianza que emplean los padres es el permisivo, ya que presentan escasa firmeza para regular el comportamiento inadecuado de su hijo. Evitan aplicar medidas disciplinarias y evaden circunstancias donde es preciso mayor firmeza y establecimiento de límites. Asimismo, hay ausencia de pautas y reglas de comportamiento.

MC obtiene un coeficiente intelectual global de 108, que lo ubica en la categoría Promedio. En cuanto a su desempeño por competencias presenta en el índice de Comprensión Verbal, se encuentra en una categoría Promedio, indica la capacidad para formar conceptos, teniendo conocimiento de palabras acorde a su edad y en utilizar la

experiencia pasada transformándola en información práctica. Con respecto al Índice de Análisis Perceptual, está en una categoría Promedio, el cual evidencia poseer la capacidad para el razonamiento abstracto, análisis y síntesis de estímulos visuales abstractos, además de poseer una adecuada percepción y organización visual. Además, en el Índice de Velocidad de Procesamiento, se encuentra en una categoría Promedio, posee una adecuada coordinación visomotriz y organización perceptiva, es decir, capacidad para rastrear, secuenciar y discriminar la información visual simple. Finalmente, en el Índice de Memoria Operante, se ubica en una categoría Promedio, evidenciando capacidad para retener información auditivamente de manera temporal y generar un resultado con ella.

Respecto a su personalidad el estudiante tiende a ser Extrovertido-Estable, esto indica que tiende a ser un niño comunicativo, sociable, caracterizándose por poseer una poca organización y presentar una mayor orientación para actuar de inmediato, antes de pensar, también predomina el ser enérgico, inquieto, espontáneo y activo.

#### **2.4 Análisis del Caso.**

El estudiante presenta conductas desadaptativas como encender su audio y emitir sonidos durante la clase, levantar la voz y exigir cumplimiento inmediato de sus pedidos, realizar sus actividades escolares a su propio criterio obviando las pautas que dicta la docente y si se le contradice decide retirarse de la clase zoom mencionando que no sabe ni puede realizar las tareas sin el apoyo de sus padres o nana, tiende a culparlos, si no realiza bien alguna tarea, asimismo presenta comportamientos de intolerancia cuando no logra realizar lo que desea manifestándose en el hogar y el aula, todo ello es debido al bajo nivel de tolerancia a la frustración, ya que tiende a enojarse con facilidad por un largo tiempo, estado que no puede controlar, además le resulta difícil esperar su turno y cuando se enoja, tiende a actuar sin pensar, dándose mayormente ante situaciones que sus expectativas o demandas no se cumplen de inmediato. Lo cual se ha generado a causa del estilo de crianza permisivo

de los padres, ya que presentan una escasa firmeza para regular el comportamiento inadecuado de su hijo, asimismo, evitan aplicar medidas disciplinarias y evaden circunstancias donde es preciso mayor firmeza y establecimiento de límites. Del mismo modo, hay ausencia de pautas y reglas de comportamiento.

Requiere de una intervención el niño para fortalecer sus capacidades de regulación emocional y con los padres para desarrollar disciplina positiva. Presentando regulación emocional, tendrá la capacidad de identificar, reconocer, validar y manejar su estado emocional, cognitiva y conductual logrando respuestas positivas de afrontamiento, mediante la capacidad de autodominio de la situación frustrante, manejando favorablemente su enojo e intolerancia. Con los padres, se fortalece el estilo de crianza tomando en cuenta los principios de la disciplina positiva, ya que está centrada en establecer orden, estructura y responsabilidad, mediante los límites y consecuencias con una ligera libertad, pretendiendo que el niño aprenda a ser autodisciplinado y así adquiere valores como la, cooperación, proactividad y compromiso, además de favorecer en su autocontrol y autonomía. Además, de tener un equilibrio entre una crianza basada en amabilidad y firmeza.

## **2.5 Informe Psicológico**

### **Datos de Filiación**

Apellidos y Nombres	: MC
Fecha de Nacimiento	: 28 de junio de 2012
Edad	: 7 años 11 meses (junio 2020)
Lugar de nacimiento	: Caracas, Venezuela
Lugar de residencia	: Miraflores, Lima

Grado de Educación : 3er. Grado de Primaria (2020)

Fechas de entrevista : 10/06/20-14/06/20-17/06/20

Fecha de observación : 08/06/20

Fechas de evaluación : 17/06/20-22/06/20-29/06/20-06/07/20

### **Motivo de consulta**

Se realizó la evaluación debido a que MC, encendía su audio y emitía sonidos durante la clase, levantaba la voz y exigía el cumplimiento inmediato de sus pedidos, además realizaba las actividades escolares a su propio criterio obviando las pautas que dictaba la docente y si se le contradecía decidía retirarse de la clase zoom y mencionaba, que no sabía ni podía realizar las tareas sin el apoyo de sus padres o nana, asimismo los culpaba si no realizaba bien alguna tarea y se reportaban comportamientos de intolerancia cuando no lograba realizar lo que deseaba.

### **Antecedentes**

La madre refirió que su embarazo fue planificado y deseado por ambos padres, sin tener problemas o complicaciones y su periodo de gestación fue de nueve meses. Así mismo, añadió que se dio por parto natural, con una respiración normal y llanto inmediato, sin necesidad de usar oxígeno o incubadora, nació con un peso de 3 kilos con 400 gramos aproximadamente y midió 48 centímetros, además su APGAR se dio de forma normal.

Por otro lado, la familia se trasladó de Venezuela a Perú cuando el niño tenía 3 años, debido a la situación económica de su país y además, por una oferta laboral de negocios; el niño al comienzo le afectó, ya que extrañaba constantemente a su abuela, pero trataban de comunicarse todos los días, es así que logró adaptarse, además que fue de gran ayuda la llegada de su nana al mes de permanecer en el país. Un año más tarde, sus familiares

más cercanos, tanto abuela, tíos y primos, migraron a Perú, por lo tanto sus padres y MC, sintieron que su familia estaba completa, además de contar con una estabilidad económica y fueron esos factores predominantes para su adaptación que se dio de forma muy favorable.

En el año 2020, el niño vivió con ambos padres, ellos trabajaban hasta la noche pese a la coyuntura sanitaria; MC quedaba bajo el cuidado de su nana, quienes mantuvieron una relación muy cercana, ya que compartían mayor tiempo juntos durante el día, además de que ella asumió un rol protector y lo engreía constantemente; con respecto a sus padres, presentaron una buena relación de pareja, y trabajaban de lunes a viernes, quienes llegaban en la noche antes que se vaya a dormir MC, solían leerle un cuento o contar una historia creada por ellos; sólo los días sábados y domingos pasaban mayor tiempo en familia los 3. Refirieron que su relación era adecuada, muy comprensiva y cariñosa, trataban de satisfacer todas sus necesidades, ya que creían que así podían reemplazar el poco tiempo que tenían juntos, debido a su trabajo. Algunos fines de semana, su abuela visitaba a MC, teniendo un vínculo afectivo cercano, quienes compartieron diversas actividades recreativas e igualmente lo complacían en todo lo que deseaba. Con respecto a las normas en el hogar, existía un acuerdo entre los padres y la nana, esta última era quien se encargaba de los quehaceres, además de que cumplía los deseos del niño, porque consideraban y priorizaban su libertad de decidir lo que quiera, no necesitaba reglas, ya que creían que así desarrollaba mejor su autonomía.

En su educación inicial, se conocía que al inicio de cada nivel, lloraba al ingresar y al mes lo dejaba de hacer. La relación con sus docentes era adecuada, muy cercana, y cálida, sin embargo, le costaba seguir las indicaciones para realizar las actividades planteadas, ya que tendía a hacer lo que él quería, no obstante, tanto su tutora como la auxiliar no establecían límites, incrementado así dichas conductas.

En su educación primaria, en primer grado, la relación con sus profesoras era igual de cercana, tenía un vínculo afectivo con su tutora, quien era comprensiva y paciente con él. Dicho año mostró mayor frustración cuando perdía o cuando no tenía la razón y en algunas ocasiones presentó conductas como levantarse de su asiento sin pedir permiso durante la realización de las actividades, conversaba con sus compañeros, emitía sonidos cuando la profesora explicaba la clase; pese a dichas conductas, presentó buenas calificaciones. Se sabe, que cuando se citaban a los padres, ellos excusaban dichas conductas por lo que era muy pequeño.

En segundo grado de primaria, siguió con las mismas docentes y tutora, es así que para MC fue favorable la adaptación, debido al vínculo cercano que mantenían, sin embargo, las docentes notaron que incrementaron las conductas inadecuadas como el que comía durante las clases, tenía tareas incompletas, se levantaba de su asiento sin pedir permiso, conversaba con sus compañeros, levantaba la voz cuando pedía algo que quería, pese a que se le llamaba la atención, el niño hacía caso omiso. Es así que las docentes y la psicóloga comunicaron a los padres, sin embargo, no le dieron importancia, justificando que era sólo un niño y se debía tener paciencia, además de que a pesar de comportarse así mantenía buenas calificaciones. Autorizaron que reciba un acompañamiento psicológico, no obstante, la psicóloga dejó inconcluso el programa de intervención, debido a que pidió licencia por su embarazo, por esa razón no se vieron cambios favorables durante el año escolar.

En el año 2020, cursó el tercer grado de primaria, ya con otra tutora y tras la pandemia, las clases se dieron de forma virtual. El proceso de adaptación fue difícil, ya que el único apoyo era su nana, de quien recibía poca supervisión debido a que hacía otras actividades del hogar. Es así, que se empezó a notar conductas como, al dar las indicaciones de una actividad, él lo hacía a su modo sin seguir las pautas que dictaba la docente, emitía comentarios como “mis papás dejan que haga lo que yo quiera”; cuando no

obtenía lo que deseaba, como el realizar una actividad de su agrado, se retiraba de la clase zoom y no entraba hasta que empiece otra clase, además refería que no podía realizar alguna actividad o que no sabía hacerlo, si no recibía el apoyo de su nana o sus padres. Así mismo, se quejaba del corto tiempo establecido para cada actividad, culpabiliza a sus padres o su nana, si no realizaba bien alguna tarea y cuando se comunicaba a los padres las actitudes o conductas inadecuadas, lo excusaban diciendo que sólo era un niño y evitaban corregirlo. Además, durante el primer bimestre, se decidió que no hubiera calificaciones, debido al proceso de adaptación a las clases virtuales.

En relación a sus hábitos, de lunes a viernes se despertaba temprano, sus padres desayunaban con él y lo ayudaban a conectarse a las clases, luego se iban al trabajo y MC quedaba bajo supervisión de su nana, quien muchas veces lo dejaba solo, para hacer los quehaceres del hogar, además estaba pendiente de lo que necesite en relación a sus intereses personales, sin llamarle la atención cuando no cumplía con alguna indicación, ya que a pedido de sus padres debían darle su espacio para que esté tranquilo y pueda tomar las decisiones por sí solo; al termino de las clases, almorzaban juntos y durante toda la tarde, el niño jugaba con la Tablet, Wii, Xbox, Play Station, veía televisión, jugaba con sus muñecos imaginando situaciones y relatos diferentes. Algunos días pasaba tiempo en la piscina de su casa y salía al parque con su nana o visitaba a sus amigos dentro de la urbanización de donde vive; en la noche cenaba con su nana y aproximadamente a las 9pm sus padres llegaban de trabajar y lo llevaban a la cama para dormir, contándole un cuento. Los fines de semana, ya que eran los únicos días que podían pasar tiempo con sus padres, compartían juegos de mesa, veían películas, salían a pasear por su casa y le compraban lo que MC pedía sin negarle algo. Por otro lado, cabe mencionar que el niño disfrutaba jugar con sus muñecos, video juegos con sus amigos, la piscina, salir al parque, cantar, bailar, cocinar junto a sus padres y pasar tiempo con su familia.

### **Técnicas e Instrumentos aplicados**

- Observación en las clases

MC participó en sesiones no presenciales. Se observó que durante las clases interrumpía encendiendo su audio y emitía sonidos particulares mientras la docente explicaba un tema o cuando un compañero estaba participando; además, levantaba la voz exigiendo que se le preste atención; no respetaba su turno y emitía comentarios como: “apúrate miss” “ya quiero hablar, apúrense” “no tengo todo el día” e interrumpía las actividades. Se observó que desarrollaba las actividades sin seguir las pautas que dictaba la docente, mencionando comentarios como “mis papás dejan que haga lo que yo quiera”; cuando no obtenía lo que deseaba, se retiraba de la clase zoom y no entraba hasta que empiece otra clase; además emitía comentarios refiriendo que no podía realizar alguna actividad o que no sabía hacerlo, si no recibía el apoyo de su nana o sus padres. Así mismo, se quejaba del corto tiempo establecido para cada actividad, culpabilizaba a sus padres o su nana, si no realizaba bien alguna tarea y cuando se comunicaba a los padres las actitudes/conductas inadecuadas, lo excusaban diciendo que sólo es un niño, sin corregirlo.

- Entrevista con el estudiante

MC comentó, que sus padres trabajaban todo el día, viéndolos solo por las noches antes de dormir y tenía el deseo de tener más tiempo con sus padres, asimismo, refirió que cuando compartían actividades como jugar, conversar o pasear, era su momento más feliz del día. Pasaba mayor tiempo con su nana y lo disfrutaba, ya que podía hacer lo que él deseaba sin tener normas o límites a comparación de sus amigos, además que le compraba todo lo que pedía, así como sus padres también lo hacían y él consideraba merecerlo. Por otro lado, refería tener dificultades para esperar su turno en participar y que las docentes le llamaban la

atención o corregían continuamente y eso le molestaba, lo cual le costaba manejarlo, como también en situaciones que no lograba conseguir sus deseos.

- Entrevista con los padres

Los padres refirieron, que su relación con el niño era adecuada, siendo muy comprensivos, cariñosos y trataban de satisfacer todas sus necesidades, consideraban que así podían reemplazar el poco tiempo que tenían juntos, debido a su trabajo. Por otro lado, los padres comentaron que en casa estaba una nana que se encargaba de los quehaceres, además de que cumplía los deseos del niño, porque consideraban que tenía la libertad de decidir lo que quería, no necesitaba reglas o límites, creían que así desarrollaba mejor su autonomía. Reconocieron, que realizaban las tareas académicas del menor, además de que les costaba disciplinar a su hijo y tenían el temor que sienta menos cariño por ellos, asimismo consideraban que eran muy consentidores sin importarles si ha realizado una conducta adecuada o inadecuada y refirieron no tener conocimiento de cómo regular las emociones de su menor hijo. Por otro lado, refirieron que MC buscaba satisfacer sus necesidades de forma inmediata y cuando debía enfrentarse a la espera, reaccionaba enojándose y tiraba los objetos que estaban a su alcance; tenían ellos como respuesta el complacer lo que pida para que pueda tranquilizarse.

- Entrevista a la tutora

La tutora refirió, que durante las clases el niño desarrollaba las actividades sin seguir las pautas y mencionaba comentarios como “mis papás dejan que haga lo que yo quiera”, asimismo, cuando no obtenía lo que deseaba, se retiraba de la clase zoom y no entraba hasta que empiece otra clase; además emitía comentarios refiriendo que no podía realizar alguna actividad o que no sabía hacerlo, si no recibía el apoyo de su nana o sus padres. Manifestaron que MC, se quejaba del corto tiempo

establecido para cada actividad, culpabilizaba a sus padres o su nana, si no realizaba bien alguna tarea y cuando se comunicaba a los padres las actitudes/conductas inadecuadas, lo excusaban diciendo que sólo es un niño, sin corregirlo.

### **Pruebas Aplicadas**

- Escala de Inteligencia de Weschler – WISC IV
- Escala de Tolerancia a la Frustración
- Inventario de Personalidad Eysenck, Forma A
- Cuestionario de Prácticas Parentales

### **Resultados**

#### **Área Cognitiva**

MC obtuvo un coeficiente intelectual global de 108, que lo ubicó en la categoría **Promedio**. En cuanto a su desempeño por competencias presenta:

En el índice de **Comprensión Verbal**, se encontró en una categoría **Promedio**, indicó la capacidad para formar conceptos, teniendo conocimiento de palabras acorde a su edad y en utilizar la experiencia pasada transformándola en información práctica.

Con respecto al Índice de **Análisis Perceptual**, alcanzó una categoría **Promedio**, el cual evidenció poseer la capacidad para el razonamiento abstracto, análisis y síntesis de estímulos visuales abstractos, además de una adecuada percepción y organización visual.

Además, en el Índice de **Velocidad de Procesamiento**, se encontró en una categoría **Promedio**, lo que significó una adecuada coordinación visomotriz y organización perceptiva, es decir, capacidad para rastrear, secuenciar y discriminar la información visual simple.

Finalmente, en el Índice de **Memoria Operante**, se ubicó en una categoría **Promedio**, evidenciando capacidad para retener información auditivamente de manera temporal y generar un resultado con ella. Así mismo, implicó mantener una atención sostenida y adecuada concentración.

### **Área Familiar**

En la evaluación, tuvo como resultado el estilo de crianza permisivo, lo que significó una escasa firmeza para regular el comportamiento inadecuado de su hijo, además del evitar aplicar medidas disciplinarias y evadir circunstancias, siendo preciso mayor firmeza y establecimiento de límites. Asimismo, indicó la ausencia de pautas y reglas de comportamiento.

### **Área Emocional**

El alumno presentó un nivel muy bajo de tolerancia a la frustración. Lo que significó que se enojaba con facilidad, estado que luego no podía controlar, durando largo tiempo. También presentó una tendencia de actuar de inmediato, sin previamente pensar. Además, le resultaba difícil esperar su turno, lo que se evidencia aún más su alto nivel de intolerancia.

### **Área Personalidad**

El estudiante presentó una tendencia a ser Extrovertido-Estable, esto indicó que tiende a ser un niño comunicativo, sociable, caracterizándose por poseer una poca

organización y presentar mayor orientación para actuar de inmediato sin antes pensar, también predomina el ser enérgico, inquieto, despreocupado, espontáneo y activo.

## **Conclusiones**

El alumno presentó conductas desadaptativas en el aula y hogar, debido a que se identificó un bajo nivel de tolerancia a la frustración por lo que no regulaba adecuadamente sus emociones, lo cual se generó a causa del estilo de crianza permisivo de los padres.

## **Recomendaciones**

Para el niño:

- Asistir a un programa de intervención de regulación emocional

Para los padres:

- Asistir a un programa de intervención de disciplina positiva.
- Establecer normas y horarios en casa. (mutuo acuerdo)
- Sancionar (acuerdo entre los padres y nana) cuando el niño deja de cumplir las reglas.

Para la tutora:

- Mediante una canción y un baile, hacerle mención todos los días, antes de empezar la clase y al finalizar, las normas del salón.
- Registro de sus conductas por día y comunicación constante con los padres.
- Utilizar y recordar al menor las técnicas que se pongan en práctica durante el programa de intervención.

## **2.6 Diagnóstico**

El estudiante presenta conductas desadaptativas en el hogar y el aula debido al bajo nivel de tolerancia a la frustración, lo cual se ha generado a causa del estilo de crianza permisivo de los padres. Como consecuencia tiene poco desarrollo en su regulación emocional, afectando en sus relaciones interpersonales.

El niño requiere de una intervención para fortalecer sus capacidades de regulación emocional y con los padres para desarrollar disciplina positiva.

## **III. Programa de Intervención**

### **3.1 Diseño General de Intervención: Modalidad**

El programa está dirigido a un niño de 8 años y sus padres; busca superar conductas desadaptativas del hijo caracterizada por renuencia a aceptar límites en el hogar o cumplir normas de convivencia en el aula; lo cual se evidencia en su escaso autocontrol para afrontar situaciones donde no se cumplan sus expectativas o demandas.

El programa tiene una duración de 11 sesiones virtuales y se ejecuta por medio de la plataforma Zoom; la frecuencia es 2 veces por semana durante 2 meses. La intervención educativa propone desarrollar las capacidades de regulación emocional del niño, favoreciendo su repertorio conductual y desenvolvimiento social para una sana convivencia

con sus pares, ya que será capaz de ser más empático, paciente, comprensivo, tolerante a las frustraciones, tener mayor autocontrol, autoconocimiento, gestionar de forma adecuada los conflictos y generar aprendizajes de sus errores, que influirá positivamente en su comportamiento (Hervás y Moral, 2017); a su vez, fomentar disciplina positiva en la crianza de los padres, a fin de que asuman roles que permitan al niño ser autodisciplinado, responsable, autónomo, asertivo y para reforzar los vínculos con sus padres (Ministerio de Educación, 2021).

Teniendo en cuenta, que durante la infancia es fundamental el desarrollo socio-emocional, que es un proceso integrativo y gradual, donde los niños adquieren la capacidad de que entiendan, experimenten, expresen y gestionen emociones propias y del resto de forma positiva, además de ser empáticos y tolerantes con las deficiencias de su entorno, lo que ayuda a desarrollar relaciones favorables con los demás, es así que podemos enfatizar la importancia de fomentar una autorregulación emocional desde una temprana edad (Whitebread & Basilio, 2012). Asimismo, esto es influido por los ambientes donde se desenvuelve, en especial dentro de su hogar, ya que los padres son el primer contacto con los infantes, quienes transmiten valores, comportamientos, actitudes, normas, destrezas personales, sociales, roles, que son aprendidos y replicados (Cuervo, 2010) es así que es importante una crianza saludable, que priorice el bienestar integral del menor, por ello es que la disciplina positiva es ideal para que los padres sean capaces de promover habilidades socioemocionales y de autorregulación, que favorezca en su desarrollo, además de establecer una dinámica familiar adecuada, siendo firmes y amables a la vez, estableciendo límites y consecuencias, donde el menor sea consciente y genere un aprendizaje de ello. Además, se implica al niño a ser responsable, disciplinado, autónomo, empático, respetuoso, asertivo y capaz de tener autocontrol (Siegel y Bryson, 2017).

Este programa educativo, tiene como finalidad que el niño adquiera habilidades de afrontamiento, de autocontrol y aprenda identificar, reconocer, validar, regular y expresar

adecuadamente sus emociones, relacionando con sus comportamientos y pensamientos, propiciando una autorregulación emocional, lo que además permite que desarrolle tolerancia a la frustración. Además de fomentar en los padres una crianza respetuosa, mediante la disciplina positiva, lo que contribuye a desarrollar habilidades socioemocionales para un mayor autocontrol del menor.

La intervención se basa en un modelo integrativo, porque se guía desde diferentes enfoques para adecuarse a las necesidades del estudiante y así ampliar las posibilidades de intervención, siendo más dinámica, efectiva y agilizando el programa educativo. (Mascarúa, 2008).

Es así, que se considera al mindfulness, lo cual tiene como objetivo el enseñar la atención plena, brindándoles habilidades para el desarrollo de consciencia sobre lo que siente y piensa, logrando que pueda reconocerlos y entenderlos, generando estrategias para el control de sus impulsos, asimismo aumenta los niveles de atención, por ello favorece también en su rendimiento académico.

El modelo cognitivo conductual ayuda en que el niño sea capaz de identificar y gestionar sus pensamientos, sentimientos, comportamientos y reacciones fisiológicas, propiciando estrategias para que pueda reemplazar pensamientos negativos por pensamientos más realistas y positivos, además de saber manejar sus reacciones del cuerpo, lo que también favorece en su repertorio conductual y emocional.

Además, el modelo sistémico beneficia durante las sesiones que se encuentren los padres y el menor, se genere un trabajo en equipo, mejorando la comunicación y ayudando a empatizar y comprenderse mutuamente. Se genera un espacio de escucha activa, permitiendo que cada uno pueda expresar sus sentimientos y favorezca en la resolución de conflictos dentro de su dinámica familiar, además de brindarles herramientas y mecanismos

de solución ante situaciones conflictivas que se puedan presentar, basándose en habilidades interpersonales y entrenamiento de asertividad.

Y el modelo adleriano, que tiene como base la disciplina positiva, lo cual trae como ventajas el establecer una crianza basada en el respeto mutuo con firmeza y amabilidad, además se pretende obtener soluciones a largo plazo que desarrollen autodisciplina, autocontrol, autorregulación, autonomía y autoconfianza para manejar distintas situaciones de la vida diaria, así como promover la cortesía, no violencia, empatía, amor propio y respeto a los otros (Durant, 2013).

Las actividades de la sesión 1, surgieron de los libros: “El gato valiente-Cuaderno de actividades” y de “Terapia Cognitiva en niños y adolescentes. Aportes técnicos”, asimismo otras actividades por creación de la psicóloga desde el modelo cognitivo conductual. Las actividades de la sesión 2, tienen como base los modelos cognitivo conductual y mindfulness, así como en las sesiones 3 y 4, además de que otras actividades surgen del libro “Terapia Cognitiva en niños y adolescentes. Aportes técnicos”. Finalmente las sesiones 5 y 6 son actividades creadas por la psicóloga, guiándose del modelo cognitivo conductual y del libro “Terapia Cognitiva en niños y adolescentes. Aportes técnicos”.

Las actividades de las sesiones 7, 8, 9, 10 y 11, surgen del “Manual para facilitador Disciplina Positiva en familias”. En la sesión 2 tiene como base también los modelos cognitivo conductual y sistémico, asimismo, las sesiones 9 y 11 tienen como base el modelo sistémico.

### **3.2 Diseño de Programas de Intervención**

#### **PROGRAMA EDUCATIVO**

##### **DATOS GENERALES**

Colegio	:	CAM
Dirección EDUC	:	Lima
Área o Departamento	:	Departamento Psicológico
Denominación	:	“Me siento mejor”
Responsable	:	Patricia Angelina Chávez Bravo

### **OBJETIVO GENERAL**

Propiciar habilidades en el menor para gestionar de forma apropiada las emociones.

Promover una crianza basada en disciplina positiva, priorizando el respeto, amabilidad y la firmeza.

### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

Los objetivos específicos buscan que el niño logre:

Generar comportamientos adaptativos en el contexto educativo y familiar.

Identificar las emociones de los demás.

Desarrollar tolerancia a la frustración.

Desarrollar autocontrol ante diversas situaciones en contexto familiar y social.

Facilitar las relaciones interpersonales, mediante habilidades sociales y asertividad.

Fomentar mayor autonomía.

Por otra parte, se busca que los padres logren:

Adquirir y transmitir habilidades socioemocionales a su hijo.

Establecer normas y límites en el hogar.

Fomentar vínculos saludables en la familia.

## **AREA**

Emocional y familiar. Psicoeducativa

## **RESPONSABLE**

Patricia Angelina Chávez Bravo

## **DURACIÓN**

Fecha de Inicio : 08/07/2020

Fecha de Término : 19/08/2020

## **JUSTIFICACIÓN**

El estudio de caso se realiza debido a la derivación de un niño de 8 años, que presenta conductas desadaptativas, no aceptando los límites o normas de convivencia presentadas en el aula y en el hogar, lo cual se evidencia por su escaso autocontrol para afrontar situaciones donde no se cumplan sus expectativas, además de que sus padres emplean una crianza permisiva. Es así que se busca desarrollar habilidades de regulación emocional en el menor, permitiendo que desarrolle tolerancia a la frustración y favoreciendo en su desenvolvimiento social. Asimismo, con los padres emplear una crianza respetuosa basada en disciplina positiva, aportando a contribuir el bienestar socioemocional para un mayor autocontrol del menor.

## **DESCRIPCIÓN**

**DISEÑO:** Con el niño se emplea estrategias basadas desde una perspectiva integrativa, en los modelos cognitivo conductual, mindfulness, adleriano y sistémico. Con los padres se emplea estrategias basadas desde el modelo adleriano-disciplina positiva.

**TÉCNICAS EMPLEADAS:** Desde el modelo cognitivo conductual, se emplean técnicas de relajación, autocontrol, modelado, entrenamiento en habilidades sociales y reestructuración cognitiva. Modelo de mindfulness, mediante técnicas de respiración y atención plena. Modelo sistémico, mediante la técnica de preguntas circulares y el modelo adleriano, por medio de la disciplina positiva y sus diferentes herramientas para trabajar desde una crianza basada en firmeza y amabilidad.

**PROCEDIMIENTOS:** Son 2 módulos, 11 sesiones y frecuencia de dos días por semana tanto con niños y padres.

**SEGUIMIENTO:** Ingresando a las clases virtuales y observar el comportamiento del menor, además de entrevistas con las docentes, padres, el niño y evaluaciones post test.

**RESULTADOS:** El resultado esperado es que el menor adquiera habilidades de autorregulación emocional, favoreciendo en su desenvolvimiento en el hogar y las clases. Asimismo, que los padres empleen una crianza basada en disciplina positiva, contribuyendo al desarrollo socioemocional del menor y fortaleciendo sus vínculos familiares.

## **Módulo General**

### Módulo I: Regulación emocional

**Propósito:** Que el niño adquiera la capacidad para manejar las emociones de forma apropiada y estrategias de autocontrol ante diversas situaciones en contexto familiar y social.

- Sesión 1. Psicoeducación

- Sesión 2: Autocontrol 1
- Sesión 3: Autocontrol 2
- Sesión 4: Tolerancia a la frustración
- Sesión 5: Autonomía
- Sesión 6: Habilidades sociales y asertividad

#### Módulos II: Disciplina positiva

*Propósito:* Que los padres adquieran y transmitan habilidades socioemocionales al menor, además de establecer una crianza basada en respeto, amabilidad y firmeza.

- Sesión 7: Disciplina positiva
- Sesión 8: Dinámica familiar
- Sesión 9: Normas y límites
- Sesión 10: Autonomía
- Sesión 11: Desarrollo socioemocional

#### **Módulos Específicos**

##### **Módulo I. Regulación emocional**

##### **Sesión 1. Descubro mis emociones (Psicoeducación)**

##### **Actividad 1**

**Propósito:** Brindar psicoeducación para el reconocimiento de emociones.

**Materiales:** Imágenes de caras expresando emociones (Figura 1) y cuadro de: Situación-Pensamientos-Sentimientos-Conductas en archivo Word. (Figura 2)

**Actividad:** Se muestran diversas expresiones de emociones a través de imágenes virtuales. Se pide al niño identificar el tipo de emoción y luego narrar episodios donde las vivenció. Asimismo, completar el cuadro con la situación expresada por cada emoción y preguntar ¿En qué pensabas? ¿Qué sentiste? “¿Cómo te comportaste?”

## **Actividad 2**

**Propósito:** Explicar sobre la emoción del enojo.

**Materiales:** Lectura “El control del enojo” (Figura 3) y Ficha “Volcán” (Figura 4) del libro: “Terapia Cognitiva con niños y adolescentes. Aportes técnicos”

**Actividad:** Leer la ficha junto al niño, lo cual se da una explicación del por qué nos enojamos y la importancia del por qué debemos controlarlo. Asimismo, se pide al menor que exprese su opinión sobre la emoción del enojo y si considera posible manejarlo. Luego, se muestra la ficha del volcán, haciéndole la pregunta si puede ganarle al volcán y se menciona que en la siguiente sesión vamos a saber cómo lograrlo, agregando que somos ya unos ganadores.

## **Actividad 3**

**Propósito:** Identificar las señales previas de enojarse.

**Materiales:** Ficha de ejemplo “señales de alarma” (Figura 5) y Ficha para completar “señales de alarma” (Figura 6) del libro: “Terapia Cognitiva con niños y adolescentes. Aportes técnicos”

**Actividad:** Explicar al menor, que cuando el volcán está por explotar existirán señales de alarma, por ejemplo, en el caso de Fran (ficha), se menciona que está identificando sus

pensamientos, cómo reacciona su cuerpo y su forma de hablar. Luego, se pide que identifique (ficha) sus propias señales antes de enojarse, al terminar se le dice que ahora ya sabe identificarlas, podrá prevenir y “ganar al volcán, antes que explote”

#### **Actividad 4**

**Propósito:** Reconocer y comprender las emociones de los demás, a través de las expresiones de sus rostros y posturas del cuerpo.

**Materiales:** Fichas “Reconociendo emociones” (Figura 7) del libro: “El gato valiente: Cuaderno de actividades”

**Actividad:** La psicóloga presenta las fichas para trabajar y el niño debe resolverlo de forma autónoma. Al finalizar la actividad, se le pregunta ¿Qué es lo que ha aprendido y cómo lo relaciona con las demás actividades de la sesión?

### **Sesión 2. ¡Le ganamos al volcán! (Autocontrol 1)**

#### **Actividad 1**

**Propósito:** Enseñar técnicas que propicien reducir el nivel de activación y lograr que se encuentre en un estado de relajación, a través de la técnica de visualización.

**Materiales:** Video interactivo de la plataforma: Disney Plus: “El arrecife de Dory”

**Actividad:** Preguntar al niño si recuerda la película de Nemo (se sabe previamente que es su favorita) y se propone ver un video por 3 minutos, mencionando que aparecen Nemo y Dory. Luego, se le pide que se sienta cómodo y esté atento al video; al terminarlo, se le pide acostarse, cerrando los ojos e imaginar la misma escena, como si él estuviera ahí flotando con los peces, después debe imaginar que hay una escalera hecha de algas, que comienza donde él se encuentra y termina en la casa de Nemo donde se siente mucha tranquilidad y

se pide, que construya un escondite secreto, donde podrá ir cada vez que esté molesto o se sienta mal, acompañado de una respiración lenta.

## **Actividad 2**

**Propósito:** Enseñar técnicas que propicien reducir el nivel de activación y lograr que se encuentre en un estado de relajación, a través de la técnica “Muñeco de nieve”

**Materiales:** Imagen del muñeco de nieve (Figura 8).

**Actividad:** Se proyecta la imagen del muñeco de nieve y se le pide que agregue detalles al dibujo, preguntándole ¿Quieres convertirte por unos minutos como él?, es así que se le pide que imagine ser un muñeco de nieve, lo cual debe tensar todos sus músculos, estando inmóvil. Después, se le dice que poco a poco llega la primavera y aparecen los primeros rayos del sol; mientras siente más calor, debe imaginar cómo sus músculos se van relajando, ya que el muñeco está descongelándose hasta convertirse en un charco de agua. La actividad se realiza junto a la psicóloga, para que el niño visualice cómo se hace.

## **Actividad 3**

**Propósito:** Enseñar técnicas que propicien reducir el nivel de activación y lograr que se encuentre en un estado de relajación, a través de la técnica “La hormiga y el león”

**Materiales:** Imágenes de una hormiga y un león (Figura 9) y burbujas.

**Actividad:** Se muestra al niño la imagen de la hormiga y se le pregunta ¿Qué sonido hace? así como también del león, reconociendo que uno es más fuerte que el otro. Luego se pide que respire lento y profundo como una hormiguita junto a las burbujas, logrando hacer una de tamaño grande lo cual requiere de una respiración lenta y después, como lo haría un león rápido y fuerte, logrando que salgan burbujas pequeñas. Seguidamente, se pregunta ¿Cuál le gusto y tranquilizó más?

#### **Actividad 4**

**Propósito:** Enseñar técnicas que propicien un estado de relajación y desarrollar la atención consciente del momento presente, a través de la técnica “Compañero de respiración”

**Materiales:** Juguete favorito del niño

**Actividad:** Se le pide echarse boca arriba y colocar su juguete favorito encima de su barriga, luego debe fijar su atención en la respiración y lograr que cuando inhale, el juguete suba y cuando exhale, baje. Finalmente, se recuerda que puede realizar la actividad cuando quiera relajarse.

#### **Actividad 5**

**Propósito:** Enseñar técnicas que propicien un estado de relajación y desarrollar la atención consciente del momento presente, a través de la técnica “Respiración de la abeja”

**Materiales:** -

**Actividad:** Se pide al niño concentrarse en su respiración y taparse las orejas con sus dos manos e imite el sonido de cómo hace una abeja “mmmm”, mientras va exhalando. Se le pregunta ¿Cómo se siente al hacer el ejercicio? Y se recomienda que lo realice cuando quiera relajarse.

#### **Actividad 6**

**Propósito:** Enseñar técnicas que propicien reducir el nivel de activación y lograr que se encuentre en un estado de relajación, a través de la técnica “Abrazar a un peluche”

**Materiales:** Peluche favorito (de preferencia grande)

**Actividad:** Pedir al niño que imagine al peluche como alguien que quiere mucho y debe abrazarlo con mucha fuerza por 30 segundos y luego ir soltando poco a poco, logrando disminuir la tensión muscular. Finalmente, se recomienda que pueda realizarlo cuando quiera relajarse.

### **Sesión 3. ¡Le ganamos al volcán! (Autocontrol 2)**

#### **Actividad 1**

**Propósito:** Enseñar técnicas que propicien reducir el nivel de activación y lograr que se encuentre en un estado de relajación, a través de la técnica de “Relajación de Koeppen”

**Materiales:** <https://www.youtube.com/watch?v=o9uaRmHiAwc> y  
[https://www.youtube.com/watch?v=\\_9y2sKXDrr0](https://www.youtube.com/watch?v=_9y2sKXDrr0)

**Actividad:** Se le pide que vea el video y siga las indicaciones atentamente junto a la psicóloga para realizar el ejercicio de relajación. Al finalizar, se le pregunta ¿Cómo se siente? Y se le recuerda, que puede utilizar de forma independiente cualquier paso del ejercicio en situaciones que deba relajarse.

#### **Actividad 2**

**Propósito:** Enseñar técnicas que propicien reducir el nivel de activación y lograr que se encuentre en un estado de relajación, a través de la técnica “Freezer del enojo”

**Materiales:** Ficha “El Freezer del enojo” (Figura 10) del libro: “Terapia Cognitiva con niños y adolescentes. Aportes técnicos”

**Actividad:** Se lee el ejemplo de la ficha para saber cómo hacer las “palabras mágicas” que ayudarán a tranquilizarlo cuando está enojado, acompañado de una respiración lenta.

Luego, debe imprimir la ficha y pegarla en un lugar que esté a su alcance para que pueda acordarse de las palabras o frases.

### **Actividad 3**

**Propósito:** Enseñar técnicas que propicien un estado de relajación y desarrollar la atención consciente del momento presente, a través de la técnica “Corazón bum bum”

**Materiales:** Canción según preferencia del niño:

[https://www.youtube.com/watch?v=n8JF\\_VfbSFA](https://www.youtube.com/watch?v=n8JF_VfbSFA)

**Actividad:** Se pide al niño que inhale y exhale 10 veces, luego debe ponerse la mano sobre el pecho, sintiendo sus latidos del corazón y ser consciente de su respiración, que tiene un ritmo suave y lento. Después, debe empezar a saltar al ritmo de una canción que le guste, para que de nuevo sienta sus latidos, reconociendo que está más rápido, así como su respiración. Finalmente se expresa, que cuando nos enojamos, pasa la misma situación y podemos controlarlo mediante los ejercicios de respiración.

### **Actividad 4**

**Propósito:** Aprender a relajarse y controlarse cuando se sienta enojado, además expresar la emoción de forma adecuada, mediante la “técnica de la tortuga”

**Materiales:** Imagen de los pasos para imitar a una tortuga (Figura 11) e Imagen de los pasos para realizar la técnica (Figura 12)

**Actividad:** Recordamos al niño que cuando nos enojamos, nuestro cuerpo tiene cambios y los músculos se ponen más tensos o también, motiva a gritar, botar cosas, entre más. Después, se menciona que estas respuestas son parte de la emoción, pero es importante tener que controlarlos y el ejercicio de la tortuga ayudará a eso. Se invita al niño sentarse sobre una manta en el suelo y debe observar la imagen de los pasos para convertirse en

una tortuga (imagen), manteniéndose en esa posición durante 30 segundos. Finalmente, se proyecta los pasos de la técnica (imagen) y se menciona que en una situación, donde le cueste controlar su enojo, primero debe reconocer la emoción, luego realiza el ejercicio de la tortuga y a su vez, respirar y contar hasta 10 (inhalar 1, exhalar 2, inhalar 3, exhalar 4, inhalar 5, exhalar 6, inhalar 7, exhalar 8, inhalar 9 y exhalar 10), después cuando se sienta más tranquilo sale del caparazón, piensa en una solución y actúa. Se recomienda que imprima las imágenes para recordar los pasos del ejercicio.

### **Actividad 5**

**Propósito:** Aprender a relajarse y controlarse cuando se sienta enojado, además expresar la emoción de forma adecuada, mediante la “técnica del semáforo”

**Materiales:** Ficha “El semáforo” (Figura 13) del libro: “Terapia Cognitiva con niños y adolescentes. Aportes técnicos”, Imagen de un semáforo (Figura 14) y un peluche.

**Actividad:** El niño debe observar el semáforo proyectado en la pantalla; luego se le menciona que debe ayudar al peluche, ya que se encuentra enojado porque le han quitado su juguete. Después, se explica la técnica cada paso; al decir “rojo”, debe cerrar los ojos, respirar e identificar la emoción; “amarillo”, debe pensar en soluciones para la situación planteada; y color verde, poner en práctica la alternativa más viable. Luego, debe realizar la ficha, pintando el semáforo y completando los pasos con alguna situación que ha pasado a él, que le ha generado mucho enojo. Finalmente, se le pide que imprima el semáforo y pegarlo en un lugar cercano a él.

## **Sesión 4. ¿Cómo saber esperar? (Tolerancia a la frustración)**

### **Actividad 1**

**Propósito:** Identificar otro punto de vista positivo ante situaciones en clases, que le generen intolerancia.

**Materiales:** Muñeco, Fichas “Registro de Pensamientos” (Figura 15) del libro: “Terapia Cognitiva con niños y adolescentes. Aportes técnicos”

**Actividad:** Se muestra un muñeco al niño y se menciona que ha pasado por una situación complicada, pero ha podido sentirse mejor con una técnica que ahora le enseñará, la cual es como el ejemplo planteado en la ficha. La psicóloga por medio de la ficha expresa la situación, pensamientos, emociones y conductas que le genera y las respuestas brindadas al pensamiento “negativo”, mediante otra positiva y más realista, logrando que se sienta mejor. Se invita al niño que realice lo mismo con las situaciones que le generen intolerancia en las clases como: “No querer realizar las tareas solo”, “Querer tener la razón siempre”, “No poder conseguir todo lo que quiere”

## **Actividad 2**

**Propósito:** Brindar psicoeducación de la tolerancia a la frustración y cómo manejarlo.

**Materiales:** Cuento virtual: “El silencio de la lola” y oso de peluche.

**Actividad:** Junto a un peluche se lee el cuento: “El silencio de la lola”. Se pide al niño identificar qué emociones presenta Pepe, si tiene alguna similitud con él y qué le ha enseñado tras leer su historia.

## **Actividad 3**

**Propósito:** Reconocer y diferenciar sus necesidades y deseos, para saber posponerlos si es necesario.

**Materiales:** Plantilla de dos columnas en Documento Word (Figura 16) y cuento virtual “Así es la vida”

**Actividad:** Se muestra el cuadro comparativo y se pide al niño que diferencie todos los deseos que tiene usualmente tanto con sus padres y docentes, en la otra columna colocar junto a la psicóloga las necesidades que realmente se requieren, además de brindar una reflexión junto a él, consistiendo en que no siempre se puede tener lo que se quiere cuando se desea, poniendo ejemplos mediante la lectura “Así es la vida”

#### **Actividad 4**

**Propósito:** Propiciar que se involucre a situaciones donde el resultado deseado no sea inmediato e interiorizar la importancia del esfuerzo y responsabilidad.

**Materiales:** Video de explicación: <https://www.youtube.com/watch?v=EV6oQCPfnhw> , vasito descartable, algodón, agua en chisguete y semillas alverjitas (previamente se ha pedido los materiales)

**Actividad:** Explicar al niño cómo se realiza la actividad mediante un video, repitiendo las indicaciones de: Colocar al fondo del vasito descartable el algodón, luego extender otra parte del algodón y dentro van las semillas de alverjitas, se cierra y se coloca en el vasito; se echa el agua con chisguete para humedecer el algodón y empieza el proceso de germinación. Se recomienda colocar en un lugar visible para el niño y tomar en cuenta que debe aplicar el agua por día. Terminando la actividad se pide que cada semana exprese cómo va creciendo su plantita y qué cuidados está dándole, además de reforzar su eficacia en realizar solo la actividad.

#### **Actividad 5**

**Propósito:** Desarrollar paciencia, perseverancia y constancia en el menor, además de estimular su atención en una actividad fija.

**Materiales:** Fichas de mándalas de sus personajes favoritos (previamente impresas), colores y música relajante: <https://www.youtube.com/watch?v=ZzEXobyuyOQ&t=2305s>

**Actividad:** Se colorea junto al niño las mándalas y al finalizar la actividad, se le pregunta ¿Cómo lo ha hecho sentir? Y recomendarle que pueda hacerlo de forma continua por los beneficios que trae, mencionándole que: ayuda a relajarse, tener mayor autocontrol, mejora nuestra atención, reduce niveles de estrés, entre más.

### **Actividad 6**

**Propósito:** Emplear las técnicas aprendidas de autocontrol ante una situación de perder en un juego, además de emplear la técnica “modelado”

**Materiales:** Juego ajedrez virtual: <https://aprendeconrey.com/>

**Actividad:** Empieza jugando la psicóloga, donde tiene que perder y al comienzo enojarse, pero aplica una técnica de respiración, pidiendo al niño que la ayude a recordar (enseñada en el módulo autocontrol), asimismo, expresa “que mal, ahora estaré sin jugar un turno, pero así aprovecharé en servirme más agua y galletas”, se pide al niño también que realice una frase similar según sus gustos y deseos que puede realizar, mientras espera su turno. Logrando que el menor observe y aprenda como poder modificar el pensamiento de “soy un perdedor” a “saber perder y aprovecharlo”. Finalmente, le toca al niño jugar primero se pone un nivel fácil para que gane y luego difícil para que pierda y así practique técnicas aprendidas de autocontrol y de este ejercicio.

### **Actividad 7**

**Propósito:** Saber medir la importancia de las situaciones que generan enojo y permitir verla con otra perspectiva.

**Materiales:** Ficha “Medir la importancia” (Figura 17) del libro: “Terapia Cognitiva con niños y adolescentes. Aportes técnicos”

**Actividad:** Se lee junto al niño el ejemplo propuesto en la ficha y luego, se pide que realice la actividad pensando en una situación que le genera molestia. Finalmente, se pide al menor que imprima las indicaciones de la técnica y así pueda recordar, para practicarlo cuando deba controlar su enojo, logrando que tenga otra perspectiva y se sienta mejor.

### **Sesión 5: ¡Yo soy capaz! (Autonomía)**

#### **Actividad 1**

**Propósito:** Cambiar pensamientos negativos a pensamientos positivos y realistas, reconociendo sus ventajas.

**Materiales:** Fichas “Espirales” (Figura 18) del libro: “Terapia Cognitiva con niños y adolescentes. Aportes técnicos”

**Actividad:** Se muestra al niño el ejemplo y luego se le pide que realice lo mismo con el pensamiento de “no puedo realizar las tareas solo” y otro que si puede lograrlo, reconociendo lo que está impidiendo que logre el objetivo propuesto, además de ver las ventajas de la última mencionada.

#### **Actividad 2**

**Propósito:** Lograr que el niño reconozca que puede ser capaz de hacer actividades por sí solo, que ayuden en su bienestar.

**Materiales:** 2 globos deshinchados, arroz, harina.

**Actividad:** Se plantea al menor que realice una bola antiestrés con 3 materiales, que le servirá para apretar o presionar en los momentos de enfado o frustración. Al finalizar la actividad, se le comenta que él ha sido capaz de realizarlo sin ayuda y que puede contribuir a su bienestar por sí solo.

### **Actividad 3**

**Propósito:** Aplicar y reconocer la importancia de realizar una rutina diaria.

**Materiales:** Música de su preferencia: <https://www.youtube.com/watch?v=GjbGZj6xqys> y música instrumental:

[https://www.youtube.com/watch?v=IS6P\\_VchEko&t=42s](https://www.youtube.com/watch?v=IS6P_VchEko&t=42s)

**Actividad:** Se invita a jugar al menor, donde cada uno debe enseñar cómo se viste (chalina, corbata, polera, zapatillas), lavarse los dientes, tender la cama, lavar sus platos de comida postre con una música de fondo y bailar si desea. Después de realizar las actividades, se invita la reflexión al menor que puede ser divertido hacer los deberes y se le reconoce su disposición con palabras motivadores tanto la psicóloga, la nana, los padres y su tutora en la clase al día siguiente. Se recomienda reforzar la misma actividad con la nana y los padres. Asimismo, durante la sesión, se pide al niño que realice las tareas sin ayuda y subirlo al classroom, es así que lo hace, acompañado de música instrumental (logra atender de la misma forma el niño), con un jugo y galletas. Se le felicita y se da cuenta que es capaz de realizarlo muy bien.

## **Sesión 6. Buena interacción con los demás (Habilidades sociales y asertividad)**

### **Actividad 1**

**Propósito:** Psicoeducar e identificar la importancia de poseer habilidades sociales.

**Materiales:** Cuadro de hhss básicas (Figura 19)

**Actividad:** Se presenta al niño el cuadro y debe identificar si presenta lazos afectivos con los demás (apego), capacidad de ponerse en el lugar de la otra persona (empatía), capacidad de defender sus opiniones sin ofender a los demás (asertividad), capacidad de lograr un objetivo en equipo (cooperación), capacidad de controlar sus impulsos (autocontrol), capacidad de expresar y escuchar a los demás (comunicación) y resolución de conflictos. Luego de ello, debe proponer qué puede hacer para lograr o mantener cada uno de ellos.

### **Actividad 2**

**Propósito:** Reflexión y conocer la importancia de una comunicación respetuosa con los demás.

**Materiales:** Lectura “Formas de decir las cosas para que los otros te entiendan” (Figura 20) del libro: “Terapia Cognitiva con niños y adolescentes. Aportes técnicos”

**Actividad:** Se pide al menor leer la lectura y mencione lo más importante.

### **Actividad 3**

**Propósito:** Dar cumplidos y servicial con los demás.

**Materiales:** Ficha lectura (Figura 21) y Ficha de ejercicio (Figura 22).

**Actividad:** Leer con el niño la lectura, luego se le propone que de cumplidos y ayude en alguna actividad a otra persona. El niño debe empezar con la psicóloga, es así que la apoya buscando imágenes de animales y copiándolo en un documento Word, además de darle un cumplido y viceversa. Luego, se pide que el niño registre por día en un horario como en el ejemplo, cada vez que da un cumplido a los demás (familia, docentes, compañeros) y ayude

en algo que necesiten. Al final de cada semana, colocar cómo se ha sentido por realizar la actividad.

#### **Actividad 4**

**Propósito:** Reconocer las habilidades sociales y practicarlas.

**Materiales:** Fichas "Habilidades sociales"(Figura 23-26) del libro: "Terapia Cognitiva con niños y adolescentes. Aportes técnicos"

**Actividad:** Se pide al niño que lea y resuelva los ejercicios de las fichas y luego hacer roleplaying con la psicóloga imaginando una situación incómoda (un compañero nuevo no quiere darle una respuesta de alguna actividad). Luego, se pide aplicar las recomendaciones de la lectura.

#### **Actividad 5**

**Propósito:** Retroalimentación

**Materiales:** Apuntes de las sesiones.

**Actividad:** Se pide al niño que mencione todo lo que ha aprendido durante los módulos y que reconozca los cambios positivos que nota en el colegio y casa.

### **Módulo II. Disciplina Positiva**

#### **Sesión 7. Crianza respetuosa (Disciplina Positiva)**

##### **Actividad 1**

**Propósito:** Psicoeducar y comprender la finalidad de la disciplina positiva.

**Materiales:** Lectura e imagen de un iceberg (Figura 27) del libro “Manual para el facilitador de talleres de disciplina positiva”

**Actividad:** Se lee junto a los padres la lectura, pidiendo su opinión sobre qué les parece la crianza basada en disciplina positiva, asimismo, se muestra una imagen del iceberg en base a una situación cuando hay una atención excesiva por parte de los padres y de igual manera, se les pide una reflexión sobre ello.

## **Actividad 2**

**Propósito:** Reflexionar sobre la lucha de poder, mediante la técnica: “Haz un puño”

**Materiales:** -

**Actividad:** Uno de los padres hace un puño. La otra persona debe intentar abrir su mano. Después de 30 segundos se le pregunta: "¿Qué sentiste? ¿Qué notaste de tu propio comportamiento? ¿Le pediste que abra su puño? ¿Qué nos enseña este ejercicio sobre una crianza efectiva? ¿Qué nos enseña acerca de sobrellevar la resistencia?"

## **Actividad 3**

**Propósito:** Demostrar que el niño puede prestar más atención a lo que hace el padre que a lo que dice, mediante la técnica “haz lo que digo”

**Materiales:** -

**Actividad:** Se pide a los padres que hagan un círculo con su dedo índice y el pulgar, formando un círculo. La psicóloga pide que pongan su círculo en el mentón (mientras pone los dedos en su mejilla, solo unos segundos antes de decir "mentón") Luego, se pide que miren atentamente a la cámara y se fijen dónde están sus dedos. Se les pregunta:

¿Escucharon lo que dije?, ¿Hicieron lo que yo hice en lugar de lo que yo dije? Finalmente, se pregunta cómo reflexión: ¿Qué es más poderoso, lo que decimos o lo que hacemos?

#### **Actividad 4**

**Propósito:** Enseñar a los padres cómo evitar ser demasiado firmes o amables y propiciar la capacidad de expresar enunciados para ser amables y firmes al mismo tiempo.

**Materiales:** Ficha “Enunciados firmes y amables al mismo tiempo” (Figura 28) del libro “Manual para el facilitador de talleres de disciplina positiva” y hoja papel bond

**Actividad:** Se pide a los padres que escriban en un papel una situación reciente con su hijo que se resistía a hacer lo que deseaban. Se les pregunta: quién hizo qué, dijo qué y luego qué pasó. Después revisan lo que han escrito y subrayan lo que dijeron o hicieron que puede ser interpretado como firme, pero no amable. Luego se les pide que encierren en un círculo lo que pudo ser interpretado como amable, pero no firme. Finalmente, se les pide que se pongan en el lugar de su hijo y adivinen que pensó, sintió y decidió hacer en respuesta a lo que dijeron. Deben reescribir la escena de modo que sean amables Y firmes, se pueden guiar de los enunciados de ejemplo.

#### **Actividad 5**

**Propósito:** Ayudar a los padres a pensar en lo que realmente desean para sus hijos, mediante la técnica: “Las dos listas ¿Dónde estamos y a dónde queremos llegar?”

**Materiales:** Cuadro de dos columnas.

**Actividad:** Se pide a los padres que completen una de las columnas con los retos/desafíos que tienen con su hijo, se da algunos ejemplos para que se guíen: responden irrespetuosamente, no escuchan, pelean, tienen berrinches, están desmotivados, no hacen los deberes, hacen problemas en las mañanas, hacen problemas a la hora de acostarse,

etc. Luego en la otra columna se pregunta ¿Qué características y habilidades de vida creen que necesita tu hijo para ser una persona feliz y miembro contribuyente de la sociedad?, se da los ejemplos de: tener una sana autoestima, responsabilidad, amabilidad, compasión, respeto por uno mismo y los demás, habilidades de resolución de problemas, sentido del humor, resiliencia, amor, honestidad, etc. Se pide a los padres que puedan imprimir la actividad y lo pongan en un lugar visible como recordatorio constante de lo que desean para su hijo y de cómo pueden usar los desafíos para llegar a ello.

### **Actividad 6**

**Propósito:** Psicoeducar y comprender la diferencia entre los tres estilos de crianza: autoritario, permisivo y respetuoso (Disciplina Positiva).

**Materiales:** Cuadro de amable y firme (Figura 29) e imágenes de ladrillo, bola koosh y bloques flexibles (Figura 30).

**Actividad:** Se pide a los padres que opinen en cuál columna (amable o firme) pondrían un check para un padre autoritario (firme), luego en qué columna va un padre permisivo (amable) y finalmente, dónde pondrían el visto para un padre que utiliza disciplina positiva (amable y firme). Se proyecta las imágenes del ladrillo, bola koosh y bloques flexibles, se les pide que observen y analicen cuál objeto pertenece a un padre autoritario (ladrillo), padre permisivo (bola koosh) y para uno que utilice disciplina positiva (bloques), luego que brinden características de cada uno. Finalmente, se les pregunta ¿Cuál estilo de crianza les parece que mejor ayudaría a desarrollar las características y habilidades de vida que plantearon anteriormente y por qué?

## **Sesión 8. Mi familia es lo MC (Dinámica familiar)**

### **Actividad 1**

**Propósito:** Conversar con los padres y el niño sobre sus deseos como familia, mediante la técnica “preguntas circulares”.

**Materiales:** Documento en blanco para apuntar.

**Actividad:** Conversar con la madre, padre y el niño, preguntando ¿Qué piensa usted si en 4 años todo permanece tal como está?, ¿Cómo desea que sean en el futuro? Luego, se menciona que ante la situación sobre que el niño no sigue indicaciones ¿Qué cree usted que pueda estar sintiendo la otra persona? al dar una respuesta cada uno, se debe hacer una reflexión y plantear soluciones

## **Actividad 2**

**Propósito:** Cambiar los pensamientos negativos de los padres a uno positivo y realista.

**Materiales:** Ficha “Registro de pensamientos” (Figura 31) del libro: “Terapia Cognitiva con niños y adolescentes. Aportes técnicos”

**Actividad:** Se muestra el ejemplo de la actividad y luego se pide a cada uno que identifique pensamientos, donde le generen angustia en relación a su hijo y así puedan realizar el cuadro, para que finalmente puedan responder al primer pensamiento con uno más positivo y realista, además de brindar alternativas de solución.

## **Actividad 3**

**Propósito:** Experimentar el valor del aliento como un motivador positivo, mediante la técnica: “Influencia positiva”

**Materiales:** -

**Actividad:** Se invita a los padres que piensen en alguna persona que tuvo una influencia positiva en ellos y respondan: quién fue esa persona y cómo marcó una diferencia positiva

en su vida. Finalmente preguntar: ¿Y ustedes quieren ser esa persona que influencia de forma positiva en su hijo?

#### **Actividad 4**

**Propósito:** Lograr que los padres experimenten lo que sus hijos sienten cuando se les pide que “no hagan”, mediante la técnica “Hacer vs no hacer”

**Materiales:** Ficha “Hacer vs No Hacer” (Figura 32) del libro “Manual para el facilitador de talleres de disciplina positiva”

**Actividad:** Se expresa a los padres que la actividad consiste en demostrar la importancia de decirles a los niños qué hacer en lugar de decirles que NO hacer. La psicóloga da las siguientes órdenes: “No te sientes. No me mires. No pongas tus manos a los costados. No te quedes quieto. No cierres la boca. No te pongas de pie. No abras la boca” Luego, se les pregunta a los padres: ¿Qué estás pensando? ¿Qué estás sintiendo? ¿Qué estás decidiendo? Luego, se les dirá otro tipo de pedidos: “Párate. Mira a otra persona. Levanta tu mano. Abre la boca. Cierra tu boca. Aplaudes. Siéntate” y se les pregunta nuevamente: ¿Qué estás pensando? ¿Qué estás sintiendo? ¿Qué estás decidiendo? Asimismo, se muestra más ejemplos de la ficha.

#### **Actividad 5**

**Propósito:** Brindar un espacio de escucha y apertura a su hijo, por medio de la técnica “Reuniones familiares eficaces”

**Materiales:** Ficha “9 pasos para reuniones familiares eficaces” (Figura 33) del libro “Manual para el facilitador de talleres de disciplina positiva”

**Actividad:** Se pide a los padres que lean la ficha y comenten sobre qué les parece, además se les recuerda que debe realizarlo por cada semana. Se repiten las indicaciones más

generales, mencionando que primero consiste en dar agradecimientos y apreciaciones a cada uno, segundo evaluar las soluciones pasadas propuestas, tercero tratar los temas de la agenda (realizadas previamente por cada integrante durante la semana) lo cual pueden compartir sus sentimientos, invitar a una discusión y proponer lluvia de ideas para encontrar soluciones, cuarto se realiza el calendario de la semana para los eventos en familia o planear las comidas y finalmente, realizar una actividad divertida y comer un postre (opcional, depende de cada la familia).

### **Actividad 6**

**Propósito:** Fomentar espacios para compartir en familia, mediante la técnica “Tiempo especial”

**Materiales:** -

**Actividad:** Se propone que puedan programar momentos de tiempo especial, diferentes a los de tiempo normal. Se recomienda desconectar el teléfono, elaborar juntos una lista de actividades y tomar turnos para elegir una que todos disfruten por semana.

## **Sesión 9. Firmeza y amabilidad (Normas y límites)**

### **Actividad 1**

**Propósito:** Experimentar alternativas efectivas para manejar situaciones problemáticas, mediante la técnica “Poniendo límites”

**Materiales:** Ficha de ejemplo de casos y ficha de resolución (Figura 34)

**Actividad:** Se muestra la ficha de ejemplo, preguntando ¿qué harían en cada situación?, luego se propone la siguiente estrategia: Actuar sin hablar, dar una opción limitada, decir

cómo te sientes y usar señal no verbal. Se muestra la ficha de resolución de los casos del ejemplo y se le pide que hagan una reflexión sobre la actividad.

## **Actividad 2**

**Propósito:** Promover una comunicación entre amabilidad y firmeza, mediante la técnica “Lenguaje de la firmeza”

**Materiales:** Ficha “Comunicar con firmeza” (Figura 35) del libro “Manual para el facilitador de talleres de disciplina positiva”

**Actividad:** Se pide a los padres que lean la ficha e imaginen una situación problemática con su hijo y así puedan emplear la estrategia. Finalmente, se recomienda que deben imprimir la ficha para que lo recuerden y practiquen.

## **Actividad 3**

**Propósito:** Fomentar la importancia de establecer límites en el hogar, mediante el juego “semáforo”

**Materiales:** -

**Actividad:** Se pide a los padres que llamen al niño para realizar una actividad. La psicóloga brinda las instrucciones, consistiendo en que cuando se expresa un color, deberán actuar en consecuencia de la consigna designada previamente; es así que cuando se dice color verde deben correr, amarillo caminar y rojo detenerse. Se menciona que puedan moverse con libertad en el espacio y siguiendo las reglas determinadas. Finalmente, se hace una reflexión: que se puede aplicar límites y divertirnos, así como en casa, los padres deben mencionar ¿Qué quisieran cumplir en casa? (horas para jugar, realizar las tareas solo, cumplir con deberes). Finalmente, cada uno debe expresar lo que aprendió del juego.

#### **Actividad 4**

**Propósito:** Entender la diferencia entre enunciados que son desalentadores (no permiten a los niños sentirse capaces) y los empoderadores (ayudan a los niños a sentirse capaces).

**Materiales:** Lectura reflexiva (Figura 36) y Fichas “Enunciados desalentadores para niños de 6-12 años” y “Enunciados empoderadores para niños de 6-12 años” (Figura 37) del libro “Manual para el facilitador de talleres de disciplina positiva”

**Actividad:** Se muestra la lectura a los padres como reflexión y se les pide una opinión sobre ello. Luego, se les proyecta los enunciados desalentadores más comunes y se invita a que hagan role playing, imaginando que uno es el niño y otro el padre, comentando el niño cómo se siente con esas frases y luego el mismo procedimiento con los enunciados empoderadores.

#### **Actividad 5**

**Propósito:** Aplicar y reflexionar sobre la importancia de las señales no verbales.

**Materiales:** -

**Actividad:** Se menciona a los padres que “mayormente los padres hablan demasiado” y que “una señal no verbal puede decir más que mil palabras”. Es así que se da ejemplos y recomendaciones para aplicarlo, como el “señalar los zapatos que esperan ser recogidos”. Junto al niño, decidir qué señales funcionarían mejor que las palabras durante un conflicto o como un recordatorio de buenos modales. Asimismo, cuando esté alterado, intente llevar su mano al corazón como señal de "Te amo", sintiéndose mejor ambos.

#### **Actividad 6**

**Propósito:** Aplicar y reflexionar sobre la importancia de las opciones limitadas.

**Materiales:**

**Actividad:** Se expresa a los padres que “las opciones limitadas son pequeños pasos hacia el poder compartido”, es así como se brinda los siguientes ejemplos: “Es hora de irse a la cama ¿Quieres brincar como un conejo o pisar fuerte como un elefante?” En caso el menor no quiere irse, se dice amable y firmemente: "Quedarse no es una opción" y repite las dos opciones. Asimismo, ayuda a empoderarlo diciendo: "Tú decides", después de haberle ofrecido dos opciones. Se pide a los padres que den otro ejemplo, aplicando la estrategia.

**Sesión 10. Mi hijo puedo lograrlo (Autonomía)****Actividad 1**

**Propósito:** Generar autodisciplina en el menor, mediante la técnica “Rutina”

**Materiales:** Lectura “Consentir genera debilidad en los niños “(Figura 38) y Ficha de ejemplo “Rutina para la hora de dormir “(Figura 39) del libro “Manual para el facilitador de talleres de disciplina positiva”

**Actividad:** Se muestra la lectura a los padres y deben leerlo en voz alta, luego deben responder a ¿Qué reflexión les deja? Luego, la psicóloga expresa la estrategia de rutinas: “Primero deben pedirle a su hijo que piense en lo que necesita hacer para cada actividad”, por ejemplo, alistarse para ir a dormir, consistiendo en lavarse los dientes, tomar un baño, ponerse el pijama, leer un cuento, etc. Si se le olvida algo, se le puede decir “¿Qué tal alistar la ropa para mañana?” Luego, pedirle que ponga un número de orden, según la necesidad de hacer primero hasta la última. Finalmente, preguntar al menor si desea hacer un dibujo junto a cada tarea o si prefiere tomarse una foto haciendo cada tarea. Se muestra el ejemplo del cuadro, para que puedan guiarse y se les recuerda que “el cuadro de rutinas mandará”, de ser el caso que el niño no realice alguna actividad, se puede preguntar: ¿Qué dice o qué toca en tu cuadro de rutinas?, ¿Qué sigue después de bañarse?, lo ideal es hacerlo

mediante preguntas. Por último, se mencionan las siguientes frases "Amor significa lograr que otros cuiden de mí" o "Yo soy capaz. Puedo cuidarme a mí mismo y disfruto al cooperar con los demás", dejando que los padres lo interioricen y reflexionen lo que quieren para su hijo.

## **Actividad 2**

**Propósito:** Ayudar a su hijo a sentirse respetado y capaz para resolver las cosas por sí mismo, mediante la técnica "Preguntas de curiosidad".

**Materiales:** -

**Actividad:** Se menciona a los padres que es mejor no realizar preguntas capciosas (las que son dirigidas a ciertas respuestas) ante una situación problemática, sino hacer preguntas directas y luego escuchar: ¿Qué paso?, ¿Qué crees que hizo que pasara?, ¿Cómo te sientes al respecto? ¿Y los demás? y ¿Cómo podrías solucionar este problema? Los padres deben dar un ejemplo.

## **Actividad 3**

**Propósito:** Preguntas motivacionales. Ayudar a los niños a sentirse respetados y capaces para resolver las cosas por sí mismos.

**Materiales:** Ficha "Órdenes y preguntas" (Figura 40) del libro "Manual para el facilitador de talleres de disciplina positiva"

**Actividad:** Los padres deben leer los enunciados y se pide que uno actúe como un niño y el otro, como padre. Se le pregunta al niño cómo le hace sentir las "órdenes" y luego las "preguntas". Se hace la reflexión que "preguntar" en vez de decirles "qué hacer" a los niños, motiva a pensar y tomar decisiones.

#### **Actividad 4**

**Propósito:** Propiciar estrategias para manejar los miedos que interfieren en el camino de empoderar a su hijo, mediante la técnica “Soltar”

**Materiales:** -

**Actividad:** Se expresa los 5 pasos para soltar a los hijos y los padres deben responder: 1. Piensa en un área en la que se te dificulta soltar (un área en la que, dentro de ti, sabes que te estás aferrando demasiado). 2. ¿Cuáles son los problemas? a. Tuyos (por lo general tus miedos) b. Suyos (por lo general lo que desean) 3. ¿Estás dispuesto/a a soltarlo/a? 4. ¿Qué primer paso podrías dar para soltar a tu hijo? Sé específico. 5. ¿Cuándo estarías dispuesto/a a dar tu primer paso para soltar a tu hijo? y ¿Cuánto tiempo estás dispuesto/a a hacerlo, aunque pueda parecer un poco incómodo para ti? Al finalizar, se pide una reflexión sobre la actividad.

#### **Actividad 5**

**Propósito:** Limitar el tiempo frente a la pantalla

**Materiales:** -

**Actividad:** Mencionar a los padres que “Las pantallas son adictivas e interfieren con las relaciones” y se debe evitar computadoras, televisores o teléfonos celulares en el cuarto del menor. Hacer acuerdos con el niño sobre cuántas horas de TV, video juegos y uso de internet son razonables. Finalmente, se hace una lluvia de ideas sobre actividades alternativas divertidas para reemplazar las de uso tecnológico, junto al menor.

#### **Actividad 6**

**Propósito:** Aplicar y reflexionar la importancia de realizar los quehaceres del hogar.

**Materiales:** -

**Actividad:** Se comenta a los padres que los niños aprenden habilidades de la vida, desarrollan interés social y se sienten capaces cuando apoyan en casa. Es así como se propone elaborar juntos una lista de los quehaceres del hogar, además generar formas divertidas de rotar los trabajos, como una ruleta, un tablero o una jarra con papelitos escritos para que "pesquen" dos quehaceres a la semana. Se enfatiza que de ser la situación que el niño no sepa hacer una actividad, los padres pueden apoyar al comienzo para entrenarlo y cuando esté preparado, pueda hacerlo solo

### **Sesión 11. Mi hijo y sus emociones (Desarrollo socioemocional)**

#### **Actividad 1**

**Propósito:** Ayudar a los padres que sepan cómo manejar el enojo de su hijo y puedan ayudarlo a validar su emoción y encontrar la manera más aceptable de expresarlo, mediante la técnica "REPESA".

**Materiales:** Ficha "Repesa"(Figura 41) del libro "Manual para el facilitador de talleres de disciplina positiva"

**Actividad:** Se enseña a los padres la ficha, pidiendo que puedan leer la primera columna y preguntar ¿cómo se sentirían si fueran un niño como la edad de su hijo y le dijeran eso cuando se sienten muy enojados? Luego, se pide a uno de ellos que le exprese al otro lo que dice en la otra columna y aplique la técnica "REPESA", consistiendo en reconocer, permitir y buscar soluciones aceptables. Se recomienda que en las soluciones, puedan aplicar al niño lo enseñado por la psicóloga, para reforzar las técnicas.

#### **Actividad 2**

**Propósito:** Permitir que el menor se calme y sienta mejor tomando un tiempo para que pueda autorregularse, mediante la técnica “tiempo fuera positiva”.

**Materiales:** Cuento: “El espacio tranquilo de Jaime” e Imágenes de ejemplo (Figura 42)

**Actividad:** Se pide a los padres que en un espacio tranquilo puedan leer el cuento junto al niño y le propongan realizar la misma actividad, dando ideas que puede llamarse: “Rincón de la calma”, “Mi guarida”, “El fuerte” u otra opción que el niño elija. En este espacio, el niño decide junto a los padres, cómo se vería y qué le gustaría tener, la psicóloga brinda ejemplos como tener un peluche para abrazar, mandalas, slime, squishy, popit, plastilina, cuaderno vacío, colores, crayolas, pictogramas de técnicas de respiración, imágenes impresas de sus personajes o lugares favoritos, entre más opciones. Se enseña ejemplos de cómo puede verse el espacio. Finalmente, se menciona que cuando el niño se sienta enojado o triste, pueden preguntar: ¿Te gustaría ir a tu lugar especial?, asimismo, pueden dar el ejemplo los padres cuando se sientan molestos y usar su propio espacio “tiempo fuera positivo”.

### **Actividad 3**

**Propósito:** Propiciar estrategias al menor para su regulación emocional, mediante la técnica “Rueda de opciones para la ira”

**Materiales:** Imágenes de ejemplos (Figura 43) del libro “Manual para el facilitador de talleres de disciplina positiva”, paleógrafo, plumones, colores, lápiz, borrador e imágenes de internet (opcional)

**Actividad:** Se pide a los padres llamar al menor para que realicen juntos la actividad, es así que el menor debe recordar las alternativas para expresar y regular su enojo (enseñadas en los módulos 2 y 3) u otras que pueden guiarse del ejemplo proyectado. Después, deben realizarla con los materiales disponibles y como opción en vez de dibujar, se puede imprimir imágenes de internet. Se recuerda a los padres que cuando llegue la situación que su hijo

se enoje, deben validar sus sentimientos y luego proponerle que escoja: ¿Qué te ayudaría ahora de las opciones que hicimos juntos en la rueda de opciones?, tratar que la actividad se encuentre en un lugar visible para el menor.

#### **Actividad 4**

**Propósito:** Propiciar estrategias para redirigir su atención hacia actividades que los padres esperan que haga el menor, mediante la técnica “Distraer y redirigir”

**Materiales:** -

**Actividad:** Se plantea un ejemplo que si el niño quiere ver tv, pero se considera que ya no es hora, los padres deben alejar los controles de la TV y desviar su atención diciendo: “Puedes jugar con los bloques”. También se recomienda que pueden distraerlo, mediante cosquillas.

#### **Actividad 5**

**Propósito:** Fomentar que el niño vea los errores como oportunidades de aprendizaje.

**Materiales:** -

**Actividad:** Se recomienda a los padres, responder los errores con compasión y amabilidad, más que con vergüenza, culpa o sermones. Cuando sea oportuno, se pueden usar “preguntas de curiosidad” (anteriormente enseñadas) para ayudar al menor a explorar las consecuencias de su elección. Finalmente, se sugiere que, en la hora de la cena, inviten a todos compartir un error que cometieron durante el día y qué aprendieron.

#### **Actividad 6**

**Propósito:** Reconocer los logros y avances, así sean mínimos de su hijo, mediante cumplidos y agradecimientos.

**Materiales:**

**Actividad:** Expresar a los padres que los cumplidos, agradecimientos y expresiones de aprecio crean cercanía, es así que se recomienda puedan enfocarse en los logros y muestras de buena disposición hacia los demás de su hijo. Se brinda ejemplos: "Aprecio la rapidez con la que te vistes y te preparas para ir al colegio", "Vi lo amable que fuiste con Ana cuando estuvo triste. Seguro que después de eso se sintió mejor" "Gracias por poner la mesa". Finalmente, se llama al menor y los padres deben dar ejemplos de acciones que su hijo ha realizado durante la semana, mediante cumplidos o agradecimientos.

**Resultados por módulos****Sesión 1 - Descubro mis emociones (Psicoeducación)**

**Propósito:** Brindar psicoeducación para reconocer las emociones propias y de los demás.

**Narrativa:** El niño ingresa a la sesión virtual con buena disposición y emocionado por compartir un espacio con la psicóloga, expresando "ya te extrañaba mis". Durante la sesión el menor se muestra dispuesto y atento a las indicaciones, logrando reconocer y expresar lo que se pide con las emociones presentadas de la primera actividad, dando las respuestas sin pausas ni distracciones. En la segunda actividad, logra entender a primera instancia el propósito y comenta que él es capaz de manejar su enojo y ganarle al volcán, evitando así que en clases le llamen la atención. En la tercera actividad, lee el caso de Fran y comenta que así se llama su prima de Venezuela, queriendo también reconocer cuáles son las señales, logra reconocerlo después de 5 minutos aproximadamente y refiere "estoy más cerca de ganar al volcán". Finalmente, en la última actividad el niño se muestra dispuesto a completar la ficha, expresando sus respuestas verbalmente y escribiendo por la plataforma zoom en "apuntes", se muestra emocionado porque considera que ahora tiene el poder de

identificar las emociones de los demás y propias. Al cierre de la sesión, expresa querer realizar más actividades y que estará esperando los días para la siguiente sesión.

**Resultado:** El niño logra identificar y reconocer sus emociones, asociándolo a diferentes situaciones de su vida, como cuando no sabe controlar su enojo en las clases, porque la miss no acepta sus demandas, asimismo, el considerar que sus padres dediquen más tiempo al trabajo que a su cuidado, generándole tristeza, también percibe que el pasar tiempo en familia, recibir elogios y reconocimientos por sus docentes y compañeros, le genera felicidad y tranquilidad. Además de entender las emociones de los demás.

## **Sesión 2 - ¡Le ganamos al volcán! (Autocontrol 1)**

**Propósito:** Enseñar técnicas que desarrollen la capacidad para regular de forma consciente y voluntaria sus emociones y comportamientos de forma apropiada.

**Narrativa:** Al inicio de la sesión, el menor se muestra emocionado por realizar más actividades, comentando que durante la semana ha logrado reconocer emociones de sus padres y compañeros. En la primera actividad, el niño se muestra muy emocionado de ver a sus personajes favoritos en el vídeo y al darle la indicación que debe mostrarse atento, de inmediato acepta y se recuesta en el asiento concentrado mirando la pantalla; al realizar el ejercicio de visualización, comenta que se siente más tranquilo y quiere volver a realizarlo. En la segunda actividad, se muestra atento a las indicaciones y muy activo con cada paso que realiza del ejercicio, expresando que parece una gelatina que se derrite. En la tercera actividad, se muestra muy expresivo al hacer el sonido de los animales y reflexiona sobre la respiración que tiene la hormiga es mejor y lo tranquiliza más, además de divertirse haciendo una burbuja más grande, mediante una respiración lenta. En la cuarta actividad, expresa sentirse muy relajado después de realizar el ejercicio y que fue capaz de concentrarse en su juguete spiderman. En la quinta actividad, imita a la abeja yendo de un lado a otro y cuando se le pide que pueda atender más al sonido que realiza se queda quieto y se sienta;

al finalizar, expresa que lo relajó y sentía su cerebro de cerca, llamándole la atención ello. Finalmente, en la última actividad, expresa que lo tranquiliza mucho abrazar a su peluche, refiriendo que lo hará siempre que se sienta triste, ya que tiene la sensación de que alguien lo abraza muy fuerte. Al cierre de la sesión, comenta sentirse tranquilo y que tiene el deseo de aprender más “secretos” para manejar sus emociones.

**Resultado:** El niño aprende las técnicas descritas, como la de visualización en un ambiente agradable, el abrazar un peluche y ejercicios de respiración, mediante juegos, para así regular su enojo, evitando comportamientos inapropiados que afecte en su interacción social de las clases y el hogar.

### **Sesión 3 - ¡Le ganamos al volcán! (Autocontrol 2)**

**Propósito:** Enseñar técnicas que desarrollen la capacidad para regular de forma consciente y voluntaria sus emociones y comportamientos de forma apropiada.

**Narrativa:** Al inicio de la sesión, el niño expresa que ha utilizado algunas técnicas durante las clases y han funcionado, ya que evitó que llamaran su atención y escriban a sus padres. Se muestra contento y dispuesto para seguir aprendiendo, siendo así que, en la primera actividad, está atento a las indicaciones del video y lo hace con buena disposición y expresa que siente como si estuviera volando, gustándole mucho los ejercicios. En la segunda actividad, el menor identifica de inmediato las frases de “tranquilidad, pana tú puedes, suave amigo, MC puede, soy un power ranger” comentando que le genera motivación para manejar su emoción. En la tercera actividad, expresa gustarle sentir sus latidos de corazón, ya que parece como “si estuviera tocando un tambor”, interiorizando que es importante la respiración para relajarse. En la cuarta actividad, pensó en la situación de no tolerar el esperar recibir lo que desea, queriendo todo de inmediato, es así como aplica la técnica y considera que puede ser útil para esas situaciones. En la última actividad, la situación que elige el menor para realizar la técnica es cuando la miss no lo llama para participar y tiene

el deseo de hacerlo, asimismo, en el paso del color amarillo reconoce todas las técnicas de relajación aprendidas durante las sesiones. Expresando finalmente, que está emocionado por aprender técnicas para manejar su enojo, siendo consciente que le ha traído consecuencias negativas, además de comentar "ya puedo ganarle al volcán"

**Resultado:** El niño aprende diversas técnicas, como el reconocer frases que le generen tranquilidad, ejercicios de respiración, mediante juegos para regular su enojo, evitando comportamientos inapropiados que afecte en su interacción social de las clases y el hogar.

#### **Sesión 4 - ¿Cómo saber esperar? (Tolerancia a la frustración)**

**Propósito:** Psicoeducar la importancia de la tolerancia a la frustración y propiciar habilidades para regular el malestar que genera la no consecución de los deseos.

**Narrativa:** Al inicio de la sesión, el niño se muestra motivado en realizar las actividades y refiere que sus padres están más tiempo con él y se siente feliz. En la primera actividad logra identificar pensamientos como "si realizo tareas solo, puedo equivocarme" "no me gusta equivocarme" "ya no podré divertirme si no consigo lo que quiero", como emociones reconoció molestia, frustración, tristeza y como conductas que suele levantar la voz, reaccionar sin pensar, tirar objetos a veces. Es así como reflexiona lo que debe mejorar y se compromete hacerlo. En la segunda actividad, el niño lee atentamente el cuento y considera parecerse a él y le aconseja que debe aplicar técnicas de relajación y que es importante saber controlar el enojo y las palabras que decimos. En la actividad 3, lee el cuento y reflexiona la importancia de lo que realmente necesita, enfatizando que el amor de sus padres es lo mejor y que algunos deseos como comprar dulces pueden esperar. Durante la actividad 4 está muy contento de tener su propia planta y está muy comprometido a cuidarla y protegerla. En la actividad 5 comenta que se realizará lo que más le gusta hacer que es pintar y al reconocer que las mándalas tienen forma de sus personajes favoritos se emociona y se concentra en pintarlas. En la actividad 6 se juega virtualmente ajedrez y

cuando observa que la psicóloga se enoja porque perdió él expresa "miss respiremos juntos y cierre los ojos o agarre a su peluche" Asimismo, cuando pierde se evidencia ligera molestia, pero logra controlarse refiriendo " aprovecharé en ir al baño mientras espero mi turno, puedo tranquilizarme y repite 6 veces: Vamos pana". En la última actividad, el niño interioriza que hay situaciones donde puede reaccionar de mejor manera y comenta que esta sesión ha sido para reflexionar y aprender más

**Resultado:** El niño logra entender la importancia de ser tolerante y aprende estrategias, como el identificar sus pensamientos, cambiar la perspectiva ante determinadas situaciones que le generen malestar y saber modificarlas a unas más realistas y positivas, pintar mandalas generando en él paciencia y control al realizarlo y emplear las técnicas aprendidas en las sesiones anteriores en un juego, donde pierde. Es así que adquiere la capacidad de gestionar su malestar al no obtener lo que desea.

### **Sesión 5 - ¡Yo soy capaz! (Autonomía)**

**Propósito:** Lograr que reconozca ser capaz de realizar actividades por sí solo.

**Narrativa:** Al inicio de la sesión, se muestra con buena disposición y motivación para realizar las actividades. En la primera, reconoce que lo que puede influir en que no realice las tareas por sí solo, es que no se ha dado la oportunidad porque sus padres siempre le proponían que ellos podían hacerlo, sin embargo, expresa que en las últimas semanas ya está haciéndolo solo y en el "espiral positiva" responde que eso favorece en sus clases, recibe elogios por sus docentes y padres, además de sentirse capaz. En la actividad 2, se muestra emocionado por realizar su "bola antiestrés", se le hizo fácil hacerlo y al finalizar, fue directamente a sus padres para mencionar que no requirió de ayuda y lo logró. En la última actividad, se emociona por conocer el ambiente donde se encuentra la psicóloga, así como el poder compartir sus espacios y actividades diarias. Al tender su cama, empezó a bailar y expresó: "es lo más divertido que he hecho", generando reflexión en que puede divertirse y

cumplir los deberes. Luego, realiza por sí solo sus tareas y envía al classroom con tiempo anticipado, lo cual sus padres y nana lo felicitan y refieren estar muy orgullosos de él, generando un ambiente cálido y de aprendizaje.

**Resultado:** El menor logra interiorizar la importancia de realizar actividades por sí solo, además de creer que es capaz de hacerlo.

### **Sesión 6 - Buena interacción con los demás (Habilidades sociales y asertividad)**

**Propósito:** Psicoeducar y desarrollar habilidades sociales, que favorezca en su convivencia escolar y familiar.

**Narrativa:** Al inicio de la sesión, el menor expresa sentirse triste porque sabe que es la última sesión con la psicóloga, sin embargo, se le comenta que seguirán conversando para saber cómo va y se alegra. En la primera actividad, el menor reconoce presentar lazos afectivos con los demás, empatía y está en proceso de ser más cooperativo, asertivo y tener mayor autocontrol, pero siente que después del programa de intervención ha mejorado. En la segunda actividad, reflexiona sobre la lectura y reconoce que es importante ser asertivo, ya que cuando converse con los demás, podrá entenderlos mejor y generar un ambiente cómodo para ambos. En la tercera actividad, muestra buena disposición y está atento a las indicaciones, está emocionado por realizar el reto y comenta que empezará haciéndolo con sus amigos, para que ellos sean de los primeros que se dan cuenta que ha mejorado y que “pudo ganarle al volcán”. En la cuarta actividad, emplea las habilidades sociales ante la situación de que un compañero no le da la respuesta de una actividad, logrando escucharlo activamente, ser asertivo cuando se comunica, manteniendo un tono de voz y gestos adecuados, ser respetuoso y tolerar los deseos del compañero, expresar lo que siente de forma positiva: “Me gustaría que puedas apoyarme en la actividad, pero entiendo que por el momento no será así” e interesarse por el otro sobre su sentir.

Finalmente, el niño enseña todos los apuntes que tiene de cada sesión, donde rescata lo más importante de cada uno. Además, está muy agradecido con la psicóloga, ya que siente más tranquilidad y reconoce ser capaz de controlar sus emociones y ser más tolerante.

**Resultado:** El menor logra desarrollar habilidades sociales e interioriza la importancia y ventajas de emplearlas en su vida cotidiana.

### **Sesión 7 - Crianza respetuosa (Disciplina Positiva)**

**Propósito:** Psicoeducar sobre una crianza basada en disciplina positiva.

**Narrativa:** Al inicio de la sesión, los padres se muestran muy colaboradores y dispuestos en escuchar las recomendaciones. En la primera actividad expresan que por primera vez escuchan sobre disciplina positiva, sin embargo, les pareció muy interesante. Además, de reconocer que es válido la idea de tomar en cuenta lo que piensa y siente el niño, para saber el porqué de sus acciones. En la segunda actividad, la madre comenta que, al intentar abrir su mano, sentía mucha dureza y fuerza, notando que estaba forzándolo. Reflexionando que es importante la comunicación para lograr lo que buscan con su hijo, evitando una resistencia por su parte. En la tercera actividad, imitaron lo que hizo la psicóloga, es así que no se percataron que estaban colocando sus dedos en otro lado, entendiendo la actividad y considerando que es muy importante la acción y deben estar relacionado lo que uno dice y hace con su hijo. En la cuarta actividad, los padres se muestran atentos a la lectura y realizan la actividad con buena disposición, reflexionando que una crianza basada en firmeza, pero también con amor, genera resultados positivos en los niños y se comprometen a poder aplicarlo con su hijo. En la quinta actividad, los padres se muestran dispuestos y atentos a fomentar las habilidades que quieren para su hijo y aprovechar de los desafíos que tienen para motivarlo a mejorar. En la última actividad, reconocen que tienen una crianza permisiva, es así que le convence seguir más una crianza respetuosa, ya que se fomenta habilidades que desarrollan su autonomía, autoconfianza y control emocional.

**Resultado:** Los padres tienen el deseo de basar su crianza en disciplina positiva, considerando que es el mejor modelo para priorizar la gestión emocional del menor de una forma apropiada.

### **Sesión 8 - Mi familia es lo máximo (Dinámica familiar)**

**Propósito:** Promover un ambiente saludable y cálido en la familia

Narrativa: La sesión inicia con los padres y el niño, teniendo buena disposición para realizar las actividades. En la primera actividad, el niño expresa que desea pasar más tiempo en familia y los padres agradecen su sinceridad y se comprometen a organizar mejor sus tiempos. Asimismo, los padres le piden que pueda seguir las normas de la casa para entablar un clima familiar agradable, así como las normas de la clase para que demuestre el excelente niño que es, quien también se compromete a mejorar. Ante la situación expresada de cómo consideran que siente cada uno, el niño expresa “se sienten tristes porque no obedezco” y los padres “siente que puede hacer lo que quiera porque nosotros no le llamamos la atención”. Luego se retira el menor y en la segunda actividad, se encuentran solo los padres, logrando responder al pensamiento que tienen sobre su hijo, que es “no dejar que haga las actividades solo”, a un pensamiento que “ser capaz de que el niño desarrolle habilidades y capacidades por sí solo”. En la tercera actividad, reflexionan que deben darle su propio espacio y generar al niño aprendizajes nuevos y así ellos, puedan ser solo su guía y orientador para lograr los objetivos propuestos. En la cuarta actividad, expresan que mientras más escuchan la palabra “no”, tienen más ganas de hacerlo, sin embargo, cuando se le dice en forma positiva, logran entender mejor, lo cual les genera menos presión para realizarlo, se comprometen a practicarlo en casa. En la quinta actividad, los padres se muestran contentos y emocionados por realizar la reunión familiar, considerando que será muy útil también para unirlos y compartir tiempo de calidad en familia, en algunos días piensan considerar a la nana para que también participe de la

actividad y esté al tanto de los acuerdos. Finalmente, se muestran atentos a las recomendaciones y contentos con la idea de tener un “tiempo especial”, comprometiéndose a tener mayor organización en su trabajo y priorizando pasar tiempo con su hijo.

**Resultado:** Los padres adquieren habilidades para afianzar los vínculos en su dinámica familiar y compartir más tiempo.

### **Sesión 9 - Firmeza y amabilidad (Normas y límites)**

**Propósito:** Psicoeducar la importancia de establecer límites y propiciar técnicas para ello.

**Narrativa:** Los padres refieren que están aplicando varias técnicas enseñadas y consideran que está siendo útiles para la mejoría de su hijo y actualmente, comparten más tiempo con el menor. En la primera actividad, los padres al responder en cada caso mostraban mucha permisividad, dejando que realice conductas inadecuadas con tal que no les genere molestia. Es así que al aplicar la técnica y se dan cuenta que hay otras formas de no molestar al niño, pero también marcando límites. En la segunda actividad, se muestran atentos a la lectura y quieren aplicar la estrategia en la situación donde su hijo “no quiere hacer las actividades por sí solo” es así que logran ser firmes y amables, comentando que se sienten cómodos expresándose así. En la tercera actividad, se invita al niño que participe, lo cual los 3 se muestran atentos y dispuestos a las indicaciones del juego, logrando que al final el papá se dé cuenta de la intención, es así que refuerza a su hijo que se puede divertir siguiendo normas, donde el niño responde que sí y les da un abrazo. En la cuarta actividad, los padres expresan que es importante ayudar a su hijo a sentirse capaz de realizar las cosas por sí solo y mediante los enunciados empoderadores, consideran que fomentaran ello, además de sentirse cómodos hablándole así a su niño. En las últimas actividades, se muestran dispuestos y con ansias de aplicar las técnicas, ya que consideran que su hijo interiorizará así mejor la indicación.

**Resultado:** Los padres reconocen y se comprometen en aplicar las estrategias, como el establecer límites, utilizar lenguaje con firmeza, juego “semáforo”, emplear enunciados empoderadores para ayudar al niño que se sienta capaz, importancia de las señales no verbales y opciones limitadas, lo que ayudó a que los padres establezcan normas y límites a su hijo, mediante amabilidad y firmeza.

### **Sesión 10 - Mi hijo puedo lograrlo (Autonomía)**

**Propósito:** Propiciar al niño espacios donde se sienta capaz y autónomo.

**Narrativa:** En la primera actividad, los padres se muestran dispuestos para realizar la actividad, siguiendo cada recomendación que se les da, además de expresar que al ponerse en el lugar del niño los motiva en seguir una rutina. En la segunda y tercera actividad, se muestran atentos al ejemplo y expresan que lo pondrán en práctica, ya que consideran así el niño se sentirá que es capaz de dar una solución, además de validar sus sentimientos. En la cuarta actividad, reconocen que les cuesta dejar al niño decidir por sí solo, que el problema viene por parte de ellos y están dispuestos a soltar dicho miedo, consideran que el primer paso es brindarles espacios que realice de forma autónoma sus responsabilidades de las clases y el hogar, comprometiéndose en hacerlo. En las últimas actividades, los padres se muestran muy interesados para realizar ambos ejercicios, ya que consideran que su hijo pasa mucho tiempo tras las pantallas y es importante que realice otras actividades, además de poder fomentar otras actividades (deberes del hogar)

**Resultado:** Padres interiorizan la importancia que el menor sea autónomo en sus actividades, comprometiéndose en aplicar las técnicas, como la de establecer una rutina, utilizar preguntas de curiosidad y motivacionales con el menor, saber soltar para lograr autonomía en el menor, limitar tiempo frente a la pantalla y compartir en familia los quehaceres.

## **Sesión 11 - Mi hijo y sus emociones (Desarrollo socioemocional)**

**Propósito:** Desarrollar habilidades emocionales en el menor.

**Narrativa:** Al inicio de la sesión, los padres expresan sentirse contentos con el avance de las sesiones tanto con su menor hijo y ellos, ya que ha traído beneficios en su dinámica familiar y en el desarrollo emocional del niño. En la primera actividad, se muestran muy atentos a la actividad, comentando entre ellos que es importante el aceptar la emoción de su hijo, para que lo valide y regule, ya que anteriormente trataban de que solo esté alegre, evitando las demás emociones. En la segunda actividad, se muestran muy entusiasmados por realizar la actividad de “rincón de la calma”, ya que la consideran muy ingeniosa y dinámica, además que le gusta leer cuentos y podrá identificar con el personaje y tendrá mayores deseos de aplicarlo. En la tercera actividad, se invita al menor, expresando que les parece una excelente técnica, asimismo, se dan cuenta que el niño ha interiorizado las estrategias de los módulos trabajados con él, quienes lo felicitan y comentan que debe estar muy orgulloso de él, esto hace que el niño los abrace y se genere un ambiente muy cálido. Avanzan la actividad escribiendo las opciones y dejan para después, el pegar imágenes y esté más creativo. En la cuarta actividad, los padres se muestran con disposición a practicarlo en casa, además refieren que se han dado cuenta la importancia de establecer límites para realizar las actividades de casa y la estrategia ayudará a que sea más llevadero el cambio para su hijo. En la quinta actividad, expresan sentirse conformes con las sesiones y consideran que es fundamental aprender de los errores, siendo necesario hacerlo, para ser más consciente de lo que uno hace. Asimismo, se comprometen a practicarlo con toda la familia. Finalmente, los padres se muestran muy agradecidos por las recomendaciones, comentando que están de acuerdo con todas las ideas propuestas en el módulo y se comprometen a seguir en contacto con la psicóloga para recibir mayor información de la disciplina positiva, ya que ha traído beneficios en su familia.

**Resultado:** Los padres adquieren herramientas de disciplina positiva para poder desarrollar y reforzar en su hijo regulación emocional, considerando las consecuencias positivas que trae en el ambiente escolar y familiar.

### **3.3 Resultados General: Interpretación de resultados**

El módulo de regulación emocional trae como resultados que el niño desarrolle habilidades emocionales, identificando y gestionando de forma adecuada sus emociones, teniendo mayor tolerancia a la frustración, evidenciándose en las conductas presentadas en sus clases y hogar. Además, establece mejores relaciones sociales con sus compañeros, reconociendo, validando y comprendiendo el sentir de los demás, obteniendo mejores resultados en los trabajos en equipo.

El módulo de disciplina positiva permitió que los padres logren adquirir herramientas para basar su crianza en el respeto, la amabilidad y la firmeza, influyendo de forma positiva en un adecuado desarrollo emocional de su hijo, orientándole para que adquiriera habilidades de regulación emocional. Asimismo, se pudo establecer normas, límites y consecuencias en su hogar, favoreciendo la autonomía y autodisciplina. Además, comparten mayor tiempo con su hijo y supervisan su desenvolvimiento en las clases, ya que tienen mayor organización entre su trabajo y familia.

### **3.4 Seguimiento: Diseños y sesiones**

Se observa que el menor ha mejorado notablemente su desenvolvimiento en las clases y hogar, por medio de observaciones, entrevistas y evaluaciones post test. Ha logrado seguir las indicaciones de las docentes para el trabajo en clases, permanece en las clases sin necesidades de retirarse sin autorización, mantiene su audio apagado y lo utiliza solo cuando es necesario, utiliza las técnicas enseñadas en los módulos para gestionar sus

emociones ante situaciones que no obtiene lo que desea. Asimismo, el menor realiza las tareas académicas de forma autónoma.

### **Sesión de seguimiento 1:**

**Narrativa:** La tutora menciona que el menor mantiene conductas adecuadas según las normas de las clases y ha mejorado la forma de cómo expresa sus emociones, logrando gestionarlas apropiadamente, observándose que utiliza técnicas de respiración o relajación. Además, las tareas se evidencian que está realizándolas solo.

### **Sesión de seguimiento 2:**

**Narrativa:** El menor expresa sentirse mejor ante situaciones donde no obtiene lo que desea y sabe cómo manejarlos, considera que desde que emplea las técnicas, le va mejor en las clases y tiene más amigos, quienes lo invitan constantemente para jugar virtualmente por las tardes, reforzándolo a seguir manteniendo dichos cambios. Finalmente, se realiza la Escala de Tolerancia a la Frustración como Post Test y se evidencia un resultado favorable, significando que ahora presenta medianos niveles de tolerancia.

### **Sesión de seguimiento 3:**

**Narrativa:** Los padres expresan que notan al niño con mejor disposición en las clases y mayor control de sus emociones y comportamientos. Desde que basan su crianza en disciplina positiva, comparten mayor tiempo en familia; y el niño se ha ido adaptando a las nuevas normas de forma favorable, ya que lo hacen muy lúdico y propician espacios de reflexión en el niño para concientizarlo que es para su bienestar, manifestándole las ventajas para su hogar las clases y la relación con sus amigos. Finalmente, se realiza el Cuestionario de Dimensión y Estilos de Crianza como Post Test y se evidencia un resultado favorable, significando que ahora predomina en ellos un estilo de crianza autoritativo.

#### **Sesión de seguimiento: 4**

**Narrativa:** Los padres y el menor expresan tener mayor adaptación con las estrategias de disciplina positiva, la cual ha traído como beneficio, que los padres se organicen mejor en el trabajo y puedan regresar más temprano a casa para compartir actividades recreativas con él. El menor refiere que las normas que han establecido sus padres, al comienzo le costó adaptarse, sin embargo, se dio cuenta que son fáciles de cumplir y hace que comparta mayor tiempo con los padres.

Los padres comentan que la nana también ha estado al tanto de las sesiones y apuntes que realizaron, para emplear las mismas estrategias con el menor y así trabajarlo en equipo para contribuir a desarrollar una crianza respetuosa. Finalmente, están dispuestos a seguir investigando sobre el modelo para adquirir más herramientas y sigan favoreciendo su dinámica familiar.

## **IV. Resumen, Conclusiones Y Recomendaciones**

### **4.1 Resumen**

El presente estudio de caso fue desarrollado desde la modalidad virtual y consistió en una intervención educativa desde la perspectiva integrativa. Fue dirigida a un niño de 8 años, que presentaba conductas desadaptativas durante la interacción con sus padres y el desarrollo de las clases no presenciales. En las clases, encendía su micrófono y emitía sonidos que interrumpía las actividades; cuando no se le complacía, levantaba la voz y exigía cumplimiento inmediato de sus pedidos; además, realizaba sus actividades escolares a su propio criterio obviando las pautas que dictaba la docente y si se le contradecía se retiraba de la clase zoom, argumentando que no sabe ni puede realizar las tareas sin el apoyo de sus padres o nana y culpándoles a ellos si no realizaba bien alguna tarea indicada. Por otro lado, durante la interacción con sus padres, se reportaron comportamientos de intolerancia cuando no lograba realizar lo que deseaba y los padres toleraban la conducta porque se justificaban diciendo que era muy pequeño.

Tras la derivación del caso a psicología, se evaluó áreas de inteligencia, personalidad, emocional y familiar, además se utilizó técnicas de observación y entrevistas a los padres, docentes y al niño. Los resultados de las evaluaciones mostraron que el estudiante tiene un coeficiente intelectual global de 108, que lo ubica en la categoría Promedio. Asimismo, presentó un nivel muy bajo de tolerancia a la frustración, a ello se le sumó que el estilo de crianza que empleaban los padres era permisivo. Con respecto a su personalidad se evidenció tendencia a la extroversión-inestabilidad. Sobre su familia, el niño reconoció a sus padres y nana, teniendo un aprecio por ellos; sin embargo, también se percibió distanciamiento físico por parte de sus padres y que deseaba tenerlos cerca.

En conjunto con todos los datos obtenidos, se concluyó en que el niño presentaba conductas desadaptativas en el hogar y el aula debido al bajo nivel de tolerancia a la

frustración, lo cual se generó a causa del estilo de crianza permisivo de los padres. Como consecuencia tenía poco desarrollo en su regulación emocional, lo que afectó en sus relaciones interpersonales. Es así que requirió de una intervención dividida en dos módulos, una de ellas fue la regulación emocional que se trabajó con el niño para que adquiriera la capacidad en manejar las emociones de forma apropiada, estrategias de autocontrol ante diversas situaciones, además de habilidades sociales que favorezca su desenvolvimiento en contexto familiar y social. Y la otra fue disciplina positiva que se abordó con los padres, lo que promovió una crianza basada en respeto, amabilidad y firmeza, además que se fomentó habilidades socioemocionales y de autonomía. El programa de intervención consistió en 11 sesiones, 6 con el niño y 5 con los padres, la frecuencia fue 2 veces por semana durante 2 meses; se realizó desde una perspectiva integrativa, basándose en los modelos cognitivo conductual, mindfulness, adleriano y sistémico.

Al finalizar el programa, se realizó el seguimiento de un mes y medio mediante observaciones y entrevistas, donde se observó que el estudiante mejoró notablemente su desenvolvimiento en las clases y hogar. Logró eliminar sus conductas desadaptativas, siguiendo las indicaciones de las docentes para el trabajo en clases, permanecía en las clases, mantuvo su micrófono apagado utilizándolo solo cuando era necesario. Se observó que utilizaba las técnicas para gestionar sus emociones abordadas durante los módulos en situaciones donde no obtenía lo que deseaba. Asimismo, se pudo apreciar que el menor realizaba las tareas académicas de forma autónoma. Por otro lado, los padres emplean una crianza basada en disciplina positiva, contribuyendo en el bienestar emocional del menor y reconocieron la importancia de emplear límites, normas y consecuencias en su hogar, además de fomentar su independencia.

## **4.2 Conclusiones**

- La perspectiva integrativa, utilizando técnicas de los modelos cognitivo conductual, mindfulness, adleriano y sistémico, produce resultados óptimos y favorece a la problemática de presentar conductas desadaptativas en el colegio y hogar, a causa de un estilo de crianza permisivo y poca regulación emocional.
- En el módulo de regulación emocional, el niño logra adquirir habilidades socioemocionales y de autocontrol, por lo que aumenta sus niveles de tolerancia a la frustración, además de ser más autónomo y mejorar su repertorio conductual.
- En el módulo de disciplina positiva, los padres logran emplear una crianza basada en disciplina positiva, favoreciendo eficazmente en su dinámica familiar y estableciendo límites, normas y consecuencias en su hogar desde una mirada amable, respetuosa y firme.

#### **4.3 Recomendaciones**

- Realizar un seguimiento de los avances y cambios positivos del menor en las clases.
- Los padres deben seguir aplicando e informándose de una crianza basada en disciplina positiva.
- Continuar el programa de intervención con el menor y padres, fortaleciendo su regulación emocional y una crianza basada en disciplina positiva.
- Compartir más tiempo y actividades recreativas en familia.
- Propiciar espacios de autorregulación en el hogar y las clases, por parte de los padres y docentes.

#### **Referencias**

- Anticona Martell, D. Y., & Vásquez Rodríguez, E. E. (2019). *Propiedades psicométricas de la escala tolerancia a la frustración en estudiantes de secundaria de las instituciones educativas de Nuevo Chimbote* (Tesis de licenciatura). Universidad Cesar Vallejo, Chimbote. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/40665>
- Baumrind, D. (1966). Effects of authoritative parental control on child behavior. *Child Development*, 37(4), 887-907.
- Baumrind, D. (1991). La influencia del estilo de crianza en la competencia y el uso de sustancias de los adolescentes. *La revista de la adolescencia temprana*, 11 (1), 56-95.
- Beck, A. T. (2003). *Prisioneros del odio: las bases de la ira, la hostilidad y la violencia*. Paidós Ibérica
- Benito, E. (2009). Las psicoterapias. Psiencia. *Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica*, 1(1), 1-9. <https://www.redalyc.org/pdf/3331/333127084005.pdf>
- Berger, K. (2006). *Psicología del desarrollo infancia y adolescencia. Estilos de crianza*. (7ma Ed). Medica Panamericana.
- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, 21(1), 7-43. <https://revistas.um.es/rie/article/view/99071>
- Cavazzana, J. (1934). "La psicología individual" de Alfred Adler. *Revista de la Universidad Católica*, 276-286.
- Cole, P.M., Michel, M. K., & O'Donnell, L. (1994). The Development of Emotion Regulation and Dysregulation: A Clinical Perspective. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59 (2), 73-100. <https://doi.org/10.1111/j.1540-5834.1994.tb01278.x>

- Corman, L. (1961). *Manual del test del dibujo de la familia*. Kapelusz.
- Cuervo, Á. (2010). Pautas de crianza y desarrollo socioafectivo en la infancia. *Diversitas*, 6(1), 111-121. <https://doi.org/10.15332/s1794-9998.2010.0001.08>
- Durrant, J. (2013). *Disciplina positiva en la crianza cotidiana* (3ª ed.). Save the Children. [https://resourcecentre.savethechildren.net/node/7509/pdf/positive\\_discipline\\_in\\_everyday\\_parenting\\_sp\\_hi-res\\_final\\_2017.pdf](https://resourcecentre.savethechildren.net/node/7509/pdf/positive_discipline_in_everyday_parenting_sp_hi-res_final_2017.pdf)
- Feixas, G., & Miró, M. T. (1993). *Aproximaciones a la psicoterapia*. Editorial Paidós.
- Franco, N., Pérez, M. A., & De Dios, M. J. (2014). Relación entre los estilos de crianza parental y el desarrollo de ansiedad y conductas disruptivas en niños de 3 a 6 años. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 1(2), 149-156. [http://www.revistapcna.com/sites/default/files/6-rpcna\\_vol.2.pdf](http://www.revistapcna.com/sites/default/files/6-rpcna_vol.2.pdf)
- Fray, D. X. Á., & Guadalupe, A. P. (2016). Tolerancia a la frustración y distorsiones cognitivas en estudiantes con consumo de alcohol. *Revista Eugenio Espejo*, 10(2), 13-22. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7092896>
- Friedberg, R., & McClure, J. (2005). *Práctica clínica de terapia cognitiva con niños y adolescentes*. Ediciones Paidós Ibérica
- German, M. (2015). *Estrategias de afrontamiento en conductas desadaptativas de adolescentes de los segundos años de bachillerato de las instituciones educativas urbano-fiscales del distrito 1 parroquia La Merced de la ciudad de Ambato* (Tesis de licenciatura). Universidad Técnica de Ambato, Ecuador. <http://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/12611>
- Goleman, D. (2013). *Focus*. Editorial Kairós

- Gomar, M., Mandil, J. & Bunge, E. (2010). *Manual de Terapia Cognitiva- Comportamental con niños y adolescentes*, Editorial Polemos
- Gomar, M., Mandil, J., & Bunge, E. (2009). *Terapia cognitiva con niños y adolescentes. Aportes técnicos*, Segunda edición. Editorial Akadia
- Gross, J. (1998). El campo emergente de la regulación de las emociones: una revisión integradora, *Revisión de Psicología General* 2(3), 271-299.  
<https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.271>
- Hervás, G., & Moral, G. (2017). *Regulación emocional aplicada al campo clínico. . PDF. Manual*. Universidad de Complutense de Madrid
- Instituto Nacional de Salud Mental. (2009). Confiabilidad y Validez de los Cuestionarios de los Estudios Epidemiológicos de Salud Mental de Lima y de la Selva Peruana. *Anales de Salud Mental*, 25(Suplemento 1), 1-20.  
<http://www.conadisperu.gob.pe/observatorio/images/PDFs/S1-CVC2009.pdf>
- Jorge, E., & González, C. (2017). Estilos de crianza parental: una revisión teórica. *Informes Psicológicos*, 17(2), 39-66 <http://dx.doi.org/10.18566/infpsic.v17n2a02>
- Kabat-Zinn, J. (2013). *Mindfulness para principiantes*. Kairos.
- Kaiser-Greenland, S. (2013). *El niño atento*. Editorial Desclée de Brouwer
- Kerguelén, A., & Henao, F. (2010). Estrategias de afrontamiento, tolerancia a la frustración, satisfacción con el trabajo y su relación con el síndrome de Burnout en docentes universitarios. *Memorias I congreso internacional Psicología y educación Psychology investigation*. Universidad pontificia Bolivariana.

- López, S., Calvo, J., & Méndez, M. (2008). *Estilos Educativos Parentales. Revisión Bibliográfica Y Reformulación Teórica*. Edición Universidad Salamanca. [https://gredos.usal.es/jspui/bitstream/10366/71805/1/Estilos\\_educativos\\_parentales\\_revision\\_b.pdf](https://gredos.usal.es/jspui/bitstream/10366/71805/1/Estilos_educativos_parentales_revision_b.pdf).
- Lott, L., & Nelsen, J. (2020) Manual para el facilitador de talleres de disciplina positiva. 7ma edición. Positive Discipline Association
- Mascarúa, G. M. N. (2008). La psicoterapia integrativa multidimensional en el tratamiento de los trastornos de ansiedad. *Psicología Iberoamericana*, 16(1), 44-51. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=133915922007>
- Ministerio de Educación (2021). *Guía de disciplina positiva para el desarrollo de habilidades socioemocionales en la escuela y trabajo con las familias*. MINEDU. <http://repositorio.minedu.gob.pe/handle/20.500.12799/7634>
- Moreno, L., Hernández, J., García, O., & Santacruce, J. (2000). Un test informatizado para la evaluación de la Tolerancia a la frustración. *Anales de Psicología*, 16 (2), 143- 155. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=16716204>
- Namuche, C., & Vasquez, k. (2017). *Calidad de vida y tolerancia a la frustración en deportistas de un club de fútbol, Chiclayo*. (Tesis de licenciatura) Universidad Señor de Sipán. Chiclayo, Perú. <https://hdl.handle.net/20.500.12802/4109>
- Namuche, C., & Vasquez, k. (2017). *Calidad de vida y tolerancia a la frustración en deportistas de un club de fútbol* (Tesis de licenciatura). Universidad Señor de Sipán, Chiclayo. <https://hdl.handle.net/20.500.12802/4109>

- Navarrete Acuña, L. y Ossa C., C. (2011). *Estilos de crianza y calidad de vida en padres de preadolescentes que presentan conductas disruptivas en el aula* (Tesis de maestría). Universidad del Bío, Chillán. <http://repobib.ubiobio.cl/jspui/handle/123456789/2110>
- Navarrete, L. & Ossa, C. (2013). Parent styles and family quality of life in adolescents presenting disruptive behavior. *Ciencias Psicológicas*, 7(1). <http://dx.doi.org/10.22235/cp.v7i1.1177>
- Nelsen, J. (2006) *Disciplina Positiva: Guía Clásica para desarrollar en los niños habilidades de Autodisciplina, responsabilidad, cooperación y resolución de problemas*. Ediciones Ruz.
- Nelsen, J., Erwin, C., & Duffy, R. (2007) *Disciplina Positiva para Preescolares. Para los primeros años—Criando niños que son Responsables, Respetuosos y Recursivos*. Random House Publishing Books.
- Oberst, U (2018), La aportación de Rudolf Dreikurs a la Psicología Adleriana, *Revista de la Universidad Ramon Llull*, 19, <https://studylib.es/doc/6949215/la-aportaci%C3%B3n-de-rudolf-dreikurs-a-la-psicolog%C3%ADa-adleriana>
- Perera, C. (2017). *Conciencia Emocional y Regulación Emocional* (Tesis de licenciatura) Universitat de Barcelona. <http://hdl.handle.net/2445/118533>
- Pérez, L. E. (2019). *Estilos de crianza de los padres según adaptación del Parenting styles and dimensions questionnaire en una institución educativa inicial de Chiclayo, 2018* (Tesis de maestría). Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo. Perú, Chiclayo. <http://hdl.handle.net/20.500.12423/2723>

- Perlman, S. B., Luna, B., Hein, T. C., & Huppert, T. J. (2014). fNIRS evidencia de regulación prefrontal de la frustración en la primera infancia, *Neuroimage*, 85(1), 326-334. <https://doi:10.1016/j.neuroimage.2013.04.057>
- Rázuri Tapia, K. V. (2018). *Actitudes hacia la maternidad y estilos de crianza parental en madres de organizaciones sociales de la ciudad de Lima Metropolitana* (Tesis de maestría) Universidad San Martín de Porres, Lima. <https://hdl.handle.net/20.500.12727/4146>
- Remache, E. C. (2014). *Estilos de crianza en niños y niñas de 0 a 3 años de edad* (Tesis de licenciatura). Universidad de Cuenca, Cuenca, Ecuador. <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/20945>
- Ribé, J. M. (2008). Regulación emocional. Influencias del cuidador y socialización de la regulación emocional en la familia. *Aperturas Psicoanalíticas: Revista de psicoanálisis*, 29. <https://www.aperturas.org/articulo.php?articulo=538>
- Rosenzweig, S. (1972). *Test de frustración: PFT: manual*. Paidós.
- Siegel, D., Bryson, T. (2017) *Disciplina sin lágrimas*. Ediciones B. S. A.
- Thompson, RA (1994). Regulación de las emociones: un tema en busca de definición. *Monografías de la sociedad para la investigación en desarrollo infantil*, 59 (2-3), 25-52. <https://doi.org/10.2307/1166137>
- Torío, S., Peña, J., & Rodríguez (2008). Estudios Educativos Parentales. Revisión Bibliográfica y Reformulación Teórica. *Teoría de la educación. Revista Interuniversitaria*, 20, 151-178. <https://doi.org/10.14201/988>

- Valencia, L. I., & Henao L. G. (2012). Influencia del clima sociofamiliar y estilos de interacción parental sobre el desarrollo de habilidades sociales en niños y niñas. *Persona*, (15), 253-271. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=147125259015>
- Varela Guevara, S.G. (2014). *Estandarización del inventario de personalidad-Eysenck para niños y adolescentes de 6 a 16 años de Lima Sur* (Tesis de licenciatura). Universidad Autónoma del Perú, Lima. <http://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/AUTONOMA/97>
- Ventura, J., Caycho, T., Vargas, D., & Flores, G. (2018). Adaptación y validación de la Escala de Tolerancia a la Frustración (ETF) en niños peruanos. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 5(2), 23-29. <https://www.researchgate.net/publication/324779588/download>
- Wechsler D. (2007). *WISC-IV Escala Wechsler de inteligencia para niños-IV [Wechsler intelligence scale for children]*. (T. A. A. M. P. Padilla Sierra, Eds.) (Cuarta ed.). México.
- Whitebread, D., & Basilio, M. (2012). Emergencia y desarrollo temprano de la autorregulación en niños preescolares. *Profesorado. Revista de Currículum y Formación de Profesorado*, 16(1), 15-34. <https://www.redalyc.org/pdf/567/56724377002.pdf>
- Zambrano, L. (2018). *Estrategias de intervención psicológica dirigida a niños y niñas de 6 a 11 años con problemas de conducta* (Tesis de licenciatura). Universidad Técnica de Ambato, Ecuador. <http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/35560>

# Anexos

## Anexo A. Evidencia de las Entrevistas

### ENTREVISTA AL TUTOR

#### 1. Datos Generales:

Docente: Miss K  
Nombres y apellidos del estudiante: MC  
Grado y sección: 3º A Primaria  
Encargada: Ra, Patricia Chávez  
Fecha: 10/06/20

#### 2. Entrevistas

-¿Qué conductas ha observado al estudiante? desarrolla las actividades sin seguir las pautas que dicta la docente, mencionando comentarios como "mis papás dejan que haga lo que yo quiera", cuando no obtiene lo que desea (no realizar una actividad de su agrado) se retira de la clase zoom y no entra hasta la siguiente clase, emite comentarios refiriendo que no puede realizar alguna actividad o que no sabe hacerlo, si no recibe el apoyo de su nana o sus padres. Se queja del corto tiempo establecido para cada actividad, culpabiliza a sus padres o su nana, si no realiza bien alguna tarea y cuando se comunica a los padres las actitudes/conductas inadecuadas, lo excusan diciendo que sólo es un niño, sin corregirlo.  
-¿Por qué crees que presente dichas conductas? falta de límites en casa, crianza muy permisiva, niño no se controla emocionalmente  
-¿Qué medidas toma? llamar la atención, decir que se citará a los padres, conversar con él en un espacio a solas.  
-¿Cómo describe al estudiante? hábil, comunicativo, activo, pero también poco flexible, dependiente, desorganizado, impaciente e intolerante con actitudes que desafían la autoridad y no sigue las normas del aula

#### RELACIÓN CON EL ESTUDIANTE

-¿Cómo es su relación con el estudiante? buena  
-¿Cómo es la relación del estudiante con sus compañeros del aula? en clases virtuales, distante. Quiere ser siempre líder  
-¿Cómo es la participación del estudiante en las clases virtuales? constante

#### RESULTADOS ACADÉMICOS

-¿Cómo son sus calificaciones? actualmente no hay calificaciones  
-¿Cómo es la forma de trabajar del estudiante? le gusta dominar al grupo, quiere participar siempre, demostrar lo que sabe.  
-¿Cómo es su atención en las actividades escolares? adecuada  
-¿Cómo es su comunicación y lenguaje? no presenta dificultades en el lenguaje, presenta un vocabulario promedio a su edad, estructura oraciones correctamente, se le facilita comunicarse con los demás, es sociable.  
-¿Cumple con la realización de tareas? "Sí, pero se nota que sus padres lo ayudan"

-Estado de salud del menor y familia: estables, sin covid.  
-Expectativas como tutor en relación al niño: considera que el niño puede mejorar sus comportamientos, mientras en casa establezcan más límites y den mayor atención al menor. Refiere que es un niño bueno, risueño y hábil, es capaz de lograrlo.

## ENTREVISTA AL DOCENTE

### 1. Datos Generales:

Docente: Miss Ly miss C

Nombres y apellidos del estudiante: MC

Grado y sección: 3º A Primaria

Encargada: Es. Patricia Chávez

Fecha: 10/05/20

### 2. Entrevista

-¿Qué conductas han observado al estudiante? no sigue indicaciones, papás hacen el trabajo por él, se retira del zoom si no se le complace, se evidencia que es muy intolerante. Comparten la idea de la tutora.

-¿Por qué creen que presente dichas conductas? no sabe controlar su enojo, impaciente, por los padres que trabajan mucho.

-¿Qué medidas toman? conversar con él y tratar de calmarlo.

-¿Cómo describen al estudiante? es muy hábil, risueño, alegre, pero impaciente, intolerante, se enoja muy rápido

### RELACIÓN CON EL ESTUDIANTE

-¿Cómo es su relación con el estudiante? buena

-¿Cómo es la relación del estudiante con sus compañeros del aula? asume rol de líder

-¿Cómo es la participación del estudiante en las clases virtuales? constante

### RESULTADOS ACADÉMICOS

-¿Cómo es su atención en las actividades escolares? buena

-¿Cumple con la realización de tareas? sí, pero recibe ayuda

## ENTREVISTA A PFFF

### 1. Datos Generales:

Nombres y apellidos del estudiante: MC

Grado y sección: 3º A Primaria

Encargada: Ms. Patricia Chavez

Fecha: 14/06/2021

Tiempo: 60 minutos

### 2. Entrevista

#### HISTORIA PERSONAL

-Embarazo deseado y planificado **SI/NO**

-¿Tuvo control médico adecuado durante el embarazo? **SI/NO**

-¿Presento alguna enfermedad o accidente durante el embarazo? **SI/NO**

-¿Se presentaron problemas durante el parto? **SI/NO**

-Tiempo de gestación: 9 meses, parto natural, respiración normal y llanto de inmediato.

-Peso y estatura: 3 kilos con 400 gramos aproximadamente y mide 48 centímetros

-APGAR: normal

-Desarrollo (caminar, hablar, control de esfínteres, etc): fue adecuado. Primeros pasos a los diez meses llegando a caminar al año, dice sus primeras palabras a los once meses y habla con fluidez desde los dos años y el destete se da de manera favorable a los 10 meses. Control de esfínteres diurnos y nocturnos desde los 3 años de edad.

-Problema de lenguaje, dificultad física o de salud: **SI/ NO**

-Sueño y alimentación: Sueño-desde los 3 años tiene una habitación propia y se despierta en las noches a cualquier hora para llamar a uno de sus padres y ya no se da a los 5 años (creen que fue por cambio de país) Desde los 6 años, su conciliación de sueño es estable. Alimentación-es saludable y se ha acostumbrado comer cualquier tipo de comidas desde pequeño.

-Algún evento de importancia con relación a su infancia o desarrollo: viaje a Venezuela cuando tenía 7 años, tenían la finalidad que se identifique culturalmente, pero no fue así por los problemas de Maduro. Comentan que están en proceso de nacionalizarse.

-Cómo está siendo la adaptación a la coyuntura sanitaria: Padres trabajan presencialmente y el niño se queda con la nana. Se ha adaptado fácilmente, porque le han comprado todo lo que ha pedido (celular, tablet, Nintendo, juguetes). Su casa es amplia con jardín y piscina. Comentan que viven en una zona exclusiva y no hay muchos policías, por eso el niño puede salir al parque o visitar a sus vecinos.

#### HISTORIA FAMILIAR

-¿Con quienes vive en casa? Mamá, papá y nana desde los 3 años

-¿Qué eventos importantes ha presentado durante los primeros años de vida? Retienen ser de Venezuela y cuando Maximo tenía 3 años migraron a Perú, por una oferta laboral. Al comienzo, le afectó al niño porque extrañaba a su abuela, así que tenían comunicación constante. Nana se incorpora a la familia en ese tiempo y ayudó para una adaptación favorable. Al año, su abuela, tios y primos también migraron al país. Familia más unida. Estabilidad económica

-Información del padre: 33 años, administración, gerente general de una empresa comercial productos importados, trabaja hasta la noche de forma presencial (coyuntura) extrovertido, sociable, flexible, complaciente, amoroso, desorganizado, prioriza su comodidad, le cuesta decir no a los demás.

-Información de la madre: 33 años, administración, administradora general de la empresa, trabaja hasta la noche (coyuntura) extrovertida, espontánea, sociable, complaciente, cariñosa, amigable, flexible, optimista, le interesa generar una buena impresión en un ambiente nuevo, busca la comodidad.

-Información de la nana: 63 años, educación ~~seg~~ culminada, relación cercana, asume rol protector y engreñe. Alegre, energética, sociable, noble, amable, atenta, gentil, cuidadosa, preocupada, complaciente.

-Relación de padres: buena, estable, comunicación.

-Relación padres y niño: leen cuento o historia creada a Maxi. Solo sábados y domingos, pasan tiempo en familia, adecuada, comprensivo y cariñoso, satisfacen sus necesidades (creencia de reemplazar el poco tiempo que pasan)

-Relación con abuela: Visita a Máximo fines de semana, vínculo afectivo cercano, comparten actividades recreativas, lo complace en todo.

-Normas del hogar: existe un acuerdo entre los padres y la nana (se encarga de los quehaceres, además de cumplir los deseos del niño) consideran tiene la libertad de decidir lo que quiera, no necesita reglas, ya que creen que así desarrolla mejor su autonomía y porque aún es niño.

-¿Que conductas ha observado en su menor hijo? Las observaciones de las misas están de acuerdo y también tira objetos que están a su alcance cuando pierde un juego o no logra realizar lo que desea, es así que lo complacen para evitarlo.

-¿Como describe a su hijo?: muy habil, agil, activo, amoroso, persistente, demandante, se engreñe constantemente y utiliza un tono de voz alto para pedir lo que desea

-¿Cómo corrige al menor? No lo corrigen, ni hay consecuencias. Comentan considerar que su crianza es muy permisiva y reconocen que deben cambiarlo, pero les cuesta

-¿Le ayudan a realizar los deberes? Si, muchas veces hacen sus tareas académicas.

#### HISTORIA ESCOLAR

-¿Conversan con el menor para saber como va en sus clases virtuales?: a veces, la verdad es que tenemos poco tiempo, pero estamos haciendo un esfuerzo por mejorar ello.

Educación inicial: Al comienzo de cada grado, lloraba y al mes dejaba de hacer.

-Relación con docentes: adecuada, cercana, cálida, cariñoso con ellas

-Desempeño académico: buena, rápido en cumplir las tareas

-Logros académicos: pintar, cortar, coordinar sus movimientos, además reconocer -los números del 1 al 20, su izquierda y derecha, las letras de las vocales, poder describir bien un dibujo o afiche

-Atención: adecuada, pero le costaba seguir indicaciones

-Referentes tutora: cariñoso, hábil, pero quería hacer lo que él quería y la auxiliar y mis no establecían límites.

-Relación compañeros: líder, niños ceden

## Educación primaria:

### Primer grado

- Relación con docentes: cercana, vínculo afectivo, miss comprensiva y paciente
- Desempeño académico: favorable, matemática e inglés cursos favoritos, sin dificultades
- Atención: adecuada
- Referentes tutora: hábil, pero se levantaba de su asiento sin pedir permiso, conversaba, emitía sonidos (como ahora) se frustra rápidamente cuando pierde o no tiene la razón, podían manejarlo. Considerábamos que era parte de la edad
- Relación compañeros: líder

### Segundo grado

- Relación con docentes: cercana, vínculo afectivo, miss comprensiva y paciente (misma tutora)
- Desempeño académico: favorable, matemática e inglés cursos favoritos, sin dificultades
- Atención: adecuada
- Referentes tutora: comía durante las clases, tareas incompletas, levantaba del asiento sin pedir permiso, conversaba más, levantaba la voz al pedir lo que quería, llamaban su atención las mises pero hacía caso omiso. La psicóloga y docente se comunicaron con los padres, pero aún manteníamos la idea que era solo un niño y debían ser más comprensivos. Autorizan acompañamiento psicológico, pero deja inconcluso el programa de intervención, debido a que pide licencia por su embarazo, no viéndose cambios favorables durante el año escolar.
- Relación compañeros: líder, influye en sus compañeros

### Tercer grado

- Relación con docentes: nueva tutora, clases virtuales.
- Desempeño académico: la nana apoya en las clases, pero tiene poca supervisión por cumplir deberes del hogar. No hay calificaciones este bimestre, no evidencia de aprendizaje.
- Atención: Adecuada
- Referentes docentes: no sigue las pautas de las indicaciones, emite comentarios como: "mis papás dejan que haga lo que yo quiera", cuando no obtiene lo que desea y se retira del zoom, dice que no sabe realizar las tareas y necesita apoyo de padres o la nana, se queja del corto tiempo para hacer cada actividad, culpabiliza.
- Relación compañeros: Poca interacción, al trabajar en grupo le cuesta seguir indicaciones y desea controlarlo (según miss)

## HÁBITOS E INTERESES

- Lunes a viernes: despierta temprano, desayunan en familia, lo conectan a clases, van al trabajo y queda bajo supervisión de su nana, pero muchas veces lo deja solo por cumplir deberes, pero trata de satisfacer sus necesidades personales, reconocen que no llama su atención cuando no cumple con alguna indicación, ya que a pedido de sus padres deben darle su espacio para que esté tranquilo y pueda tomar las decisiones por sí solo. Terminando clases, almuerzan y juega con la tablet, Wii, Xbox, Play Station, ve televisión, juega con sus muñecos imaginando situaciones y relatos diferentes, también va a la piscina

de su casa, sale al parque con su nana o visita a sus amigos dentro de la urbanización donde vive. En la noche cena con su nana y a las 9pm llegan sus padres de trabajar y lo llevan a la cama para dormir, leen un cuento.

-Los fines de semana, únicos días niño puede pasar tiempo con sus padres, comparten juegos de mesa, ven películas, salen a pasear por su casa y le compran lo que pide sin negarle algo.

## ENTREVISTA AL ESTUDIANTE

### 1. Datos Generales:

**Nombres y apellidos del estudiante:** MC

**Grado y sección:** 3º Primaria

**Encargada:** Ps. Patricia Chávez

**Fecha:** 17/06/20

### 2. Entrevista

-¿Con quienes vives? padres y nana

-¿Sabes en qué trabajan tus padres? "son dueños de una empresa grande, pero trabajan todo el día y solo nos vemos en las noches antes de dormir, me gustaría que pasen más tiempo conmigo"

-¿Con quién consideras relacionarte mejor en tu casa? "mi nana porque pasamos más tiempo juntos y es divertido" nana y papás le compran todo lo que él quiere.

-¿Quién establece las normas en tu casa?: "nadie, soy especial así dicen mis papas, mis amigos sí tienen"

-¿Tus padres se preocupan por tu desempeño escolar?

-¿Qué es lo que más te gusta hacer por las tardes? jugar con sus muñecos, video juegos con sus amigos, estar en la piscina, salir al parque, cantar, bailar, cocinar junto a sus padres y pasar tiempo con su familia (momento favorito)

-¿Qué expectativas tienes en tus clases virtuales? "Mis mises dicen que debo mejorar y creo que sí, porque me llaman mucho la atención (le molesta eso). Me cuesta manejar cuando me enoja y cuando no logro conseguir lo que quiero, no lo soporto"

-¿Cómo te has adaptado a la coyuntura actual? "Bien, porque tengo todo lo que quiero"

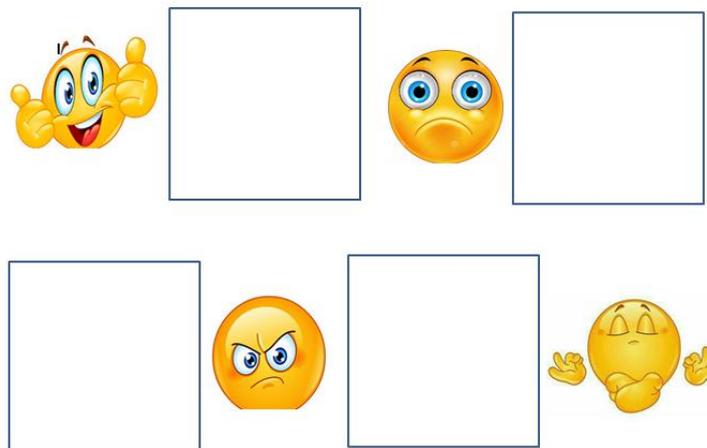
-¿Tienes amigos en el colegio? "Sí, me gusta que me hagan caso"

-¿Qué asignaturas te gustan más y menos? "Me gustan todos, pero más matemática e inglés"

## Anexo B. Evidencia de las Sesiones Aplicadas

Figura 1

*Caras expresando emociones*



*Nota:* Elaboración propia

Figura 2

Situación-Pensamientos-Sentimientos y Conductas



<i>Situación</i>	<i>¿En qué pensabas?</i>	<i>¿Qué sentiste?</i>	<i>¿Cómo te comportaste?</i>
★			
★			
★			
★			
★			
★			
★			

*Nota:* Elaboración propia

Figura 3

Ficha "Control del enojo" I

**El control del enojo**



Tal vez notaste que últimamente te estás **peleando mucho**, con los compañeros del cole, con los maestros, con tus papás, con tus hermanos, con amigos. Si estas discusiones se repiten a menudo y con diferentes personas, sería bueno que te fijes si tu enojo se va de control y se transforma en furia.

**El enojo**, a los seres humanos, nos sirve mucho: es como una **alarma** que, cuando funciona bien, nos avisa que estamos viviendo situaciones injustas, que nuestras necesidades no son tenidas en cuenta, que deberíamos hacer algo para luchar (de maneras apropiadas, firmes pero no agresivas) por aquello que necesitamos y pensamos que es justo y correcto.

La idea es que, cuando vos estés enojado con alguien, entiendas que lo mejor es **resolver el problema, pedir cambios o hacer acuerdos** con esa persona.

Descargarte, vengarte, descontrolarte, podría hacer que logres un **alivio momentáneo**, pero a la larga, te va generar más bronca con esa persona, ya que ella también puede reaccionar y empeorar la situación. Cuando la alarma del enojo funciona mal, suele activarse a menudo y con una intensidad demasiado grande, dificultándonos ver las cosas con claridad, y en ocasiones, haciéndonos reaccionar por demás.

- Algunas personas creen que la bronca es algo que hay que descargar y entonces les parece bien explotar.
- En realidad la bronca es una bomba que conviene desactivar.
- porque cuando explota todos salimos lastimados.



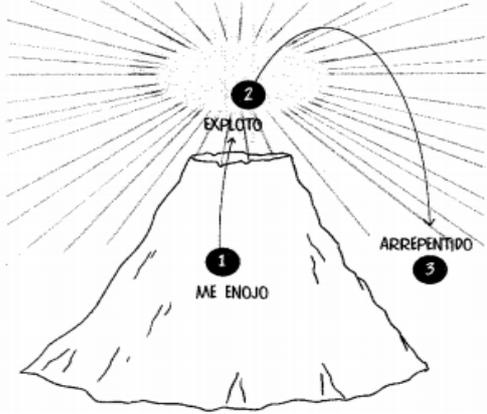
**Nota:** Tomado de Gomar, M., Mandil, J. y Bunge, E. (2009). *Terapia cognitiva con niños y adolescentes. Aportes técnicos*. (2° ed.). Editorial Akadia.

Figura 4

Ficha "El volcán"

**El volcán**

Algunos chicos sienten que se van enojando cada vez más, hasta explotar como un volcán, y por lo general después se arrepienten.



¿Te interesaría poder ganarle a la bomba o al volcán?

**Nota:** Tomado de Gomar, M., Mandil, J. y Bunge, E. (2009). *Terapia cognitiva con niños y adolescentes. Aportes técnicos*. (2° ed.). Editorial Akadia.

Figura 5

Ficha "Señales de alarma" I

Mirá las señales que tenía Fran antes de explotar. Se hizo un dibujo para acordárselas bien:



**Nota:** Tomado de Gomar, M., Mandil, J. y Bunge, E. (2009). *Terapia cognitiva con niños y adolescentes. Aportes técnicos*. (2° ed.). Editorial Akadia.

Figura 6

Ficha "Señales de alarma" II

Estas señales u otras parecidas pueden ser tus típicas "alarmas del enojo". A continuación, podés escribir cuales tenés cuando estás por explotar:

Señales de Alarma 	
Pensamientos	
Cuerpo	
Forma de Hablar	

**Nota:** Tomado de Gomar, M., Mandil, J. y Bunge, E. (2009). *Terapia cognitiva con niños y adolescentes. Aportes técnicos*. (2° ed.). Editorial Akadia

Figura 7

Ficha "Reconociendo emociones"

**sesión 2: Reconociendo emociones**

Cómo te fue en la actividad DOP de la vez pasada?  
(Mostrárala luego registra tus puntos en el "Tablero" de la página 72.)



**menú de actividades**

★ **Qué emociones tiene la gente?**  
Esta semana nos divertiremos aprendiendo las diferentes emociones que la gente puede sentir y cómo reconocer esas sensaciones en nosotros mismos y en los demás. Empecamos por hacer una lista con las distintas emociones que se te ocurren en las líneas debajo:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**buen trabajo!**

★ **Cómo sabes cuando...**

alguien está enojado? \_\_\_\_\_

alguien está triste? \_\_\_\_\_

alguien está feliz? \_\_\_\_\_

alguien está sorprendido? \_\_\_\_\_

Ahora que estamos pensando en emociones, piensa en esto: además de que nos diga cómo se siente, de qué otro modo puedes saber cómo se encuentra alguien?

Pregunta: ¿Cómo sabes cuándo alguien se encuentra enojado? Puedes pensar en dos maneras? Escribe las en las líneas debajo:

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_

5. \_\_\_\_\_

6. \_\_\_\_\_

7. \_\_\_\_\_

8. \_\_\_\_\_

9. \_\_\_\_\_

10. \_\_\_\_\_

11. \_\_\_\_\_

12. \_\_\_\_\_

13. \_\_\_\_\_

14. \_\_\_\_\_

15. \_\_\_\_\_

16. \_\_\_\_\_

17. \_\_\_\_\_

18. \_\_\_\_\_

19. \_\_\_\_\_

20. \_\_\_\_\_

21. \_\_\_\_\_

22. \_\_\_\_\_

23. \_\_\_\_\_

24. \_\_\_\_\_

25. \_\_\_\_\_

26. \_\_\_\_\_

27. \_\_\_\_\_

28. \_\_\_\_\_

29. \_\_\_\_\_

30. \_\_\_\_\_

31. \_\_\_\_\_

32. \_\_\_\_\_

33. \_\_\_\_\_

34. \_\_\_\_\_

35. \_\_\_\_\_

36. \_\_\_\_\_

37. \_\_\_\_\_

38. \_\_\_\_\_

39. \_\_\_\_\_

40. \_\_\_\_\_

41. \_\_\_\_\_

42. \_\_\_\_\_

43. \_\_\_\_\_

44. \_\_\_\_\_

45. \_\_\_\_\_

46. \_\_\_\_\_

47. \_\_\_\_\_

48. \_\_\_\_\_

49. \_\_\_\_\_

50. \_\_\_\_\_

51. \_\_\_\_\_

52. \_\_\_\_\_

53. \_\_\_\_\_

54. \_\_\_\_\_

55. \_\_\_\_\_

56. \_\_\_\_\_

57. \_\_\_\_\_

58. \_\_\_\_\_

59. \_\_\_\_\_

60. \_\_\_\_\_

61. \_\_\_\_\_

62. \_\_\_\_\_

63. \_\_\_\_\_

64. \_\_\_\_\_

65. \_\_\_\_\_

66. \_\_\_\_\_

67. \_\_\_\_\_

68. \_\_\_\_\_

69. \_\_\_\_\_

70. \_\_\_\_\_

71. \_\_\_\_\_

72. \_\_\_\_\_

73. \_\_\_\_\_

74. \_\_\_\_\_

75. \_\_\_\_\_

76. \_\_\_\_\_

77. \_\_\_\_\_

78. \_\_\_\_\_

79. \_\_\_\_\_

80. \_\_\_\_\_

81. \_\_\_\_\_

82. \_\_\_\_\_

83. \_\_\_\_\_

84. \_\_\_\_\_

85. \_\_\_\_\_

86. \_\_\_\_\_

87. \_\_\_\_\_

88. \_\_\_\_\_

89. \_\_\_\_\_

90. \_\_\_\_\_

91. \_\_\_\_\_

92. \_\_\_\_\_

93. \_\_\_\_\_

94. \_\_\_\_\_

95. \_\_\_\_\_

96. \_\_\_\_\_

97. \_\_\_\_\_

98. \_\_\_\_\_

99. \_\_\_\_\_

100. \_\_\_\_\_

101. \_\_\_\_\_

102. \_\_\_\_\_

103. \_\_\_\_\_

104. \_\_\_\_\_

105. \_\_\_\_\_

106. \_\_\_\_\_

107. \_\_\_\_\_

108. \_\_\_\_\_

109. \_\_\_\_\_

110. \_\_\_\_\_

111. \_\_\_\_\_

112. \_\_\_\_\_

113. \_\_\_\_\_

114. \_\_\_\_\_

115. \_\_\_\_\_

116. \_\_\_\_\_

117. \_\_\_\_\_

118. \_\_\_\_\_

119. \_\_\_\_\_

120. \_\_\_\_\_

121. \_\_\_\_\_

122. \_\_\_\_\_

123. \_\_\_\_\_

124. \_\_\_\_\_

125. \_\_\_\_\_

126. \_\_\_\_\_

127. \_\_\_\_\_

128. \_\_\_\_\_

129. \_\_\_\_\_

130. \_\_\_\_\_

131. \_\_\_\_\_

132. \_\_\_\_\_

133. \_\_\_\_\_

134. \_\_\_\_\_

135. \_\_\_\_\_

136. \_\_\_\_\_

137. \_\_\_\_\_

138. \_\_\_\_\_

139. \_\_\_\_\_

140. \_\_\_\_\_

141. \_\_\_\_\_

142. \_\_\_\_\_

143. \_\_\_\_\_

144. \_\_\_\_\_

145. \_\_\_\_\_

146. \_\_\_\_\_

147. \_\_\_\_\_

148. \_\_\_\_\_

149. \_\_\_\_\_

150. \_\_\_\_\_

151. \_\_\_\_\_

152. \_\_\_\_\_

153. \_\_\_\_\_

154. \_\_\_\_\_

155. \_\_\_\_\_

156. \_\_\_\_\_

157. \_\_\_\_\_

158. \_\_\_\_\_

159. \_\_\_\_\_

160. \_\_\_\_\_

161. \_\_\_\_\_

162. \_\_\_\_\_

163. \_\_\_\_\_

164. \_\_\_\_\_

165. \_\_\_\_\_

166. \_\_\_\_\_

167. \_\_\_\_\_

168. \_\_\_\_\_

169. \_\_\_\_\_

170. \_\_\_\_\_

171. \_\_\_\_\_

172. \_\_\_\_\_

173. \_\_\_\_\_

174. \_\_\_\_\_

175. \_\_\_\_\_

176. \_\_\_\_\_

177. \_\_\_\_\_

178. \_\_\_\_\_

179. \_\_\_\_\_

180. \_\_\_\_\_

181. \_\_\_\_\_

182. \_\_\_\_\_

183. \_\_\_\_\_

184. \_\_\_\_\_

185. \_\_\_\_\_

186. \_\_\_\_\_

187. \_\_\_\_\_

188. \_\_\_\_\_

189. \_\_\_\_\_

190. \_\_\_\_\_

191. \_\_\_\_\_

192. \_\_\_\_\_

193. \_\_\_\_\_

194. \_\_\_\_\_

195. \_\_\_\_\_

196. \_\_\_\_\_

197. \_\_\_\_\_

198. \_\_\_\_\_

199. \_\_\_\_\_

200. \_\_\_\_\_

201. \_\_\_\_\_

202. \_\_\_\_\_

203. \_\_\_\_\_

204. \_\_\_\_\_

205. \_\_\_\_\_

206. \_\_\_\_\_

207. \_\_\_\_\_

208. \_\_\_\_\_

209. \_\_\_\_\_

210. \_\_\_\_\_

211. \_\_\_\_\_

212. \_\_\_\_\_

213. \_\_\_\_\_

214. \_\_\_\_\_

215. \_\_\_\_\_

216. \_\_\_\_\_

217. \_\_\_\_\_

218. \_\_\_\_\_

219. \_\_\_\_\_

220. \_\_\_\_\_

221. \_\_\_\_\_

222. \_\_\_\_\_

223. \_\_\_\_\_

224. \_\_\_\_\_

225. \_\_\_\_\_

226. \_\_\_\_\_

227. \_\_\_\_\_

228. \_\_\_\_\_

229. \_\_\_\_\_

230. \_\_\_\_\_

231. \_\_\_\_\_

232. \_\_\_\_\_

233. \_\_\_\_\_

234. \_\_\_\_\_

235. \_\_\_\_\_

236. \_\_\_\_\_

237. \_\_\_\_\_

238. \_\_\_\_\_

239. \_\_\_\_\_

240. \_\_\_\_\_

241. \_\_\_\_\_

242. \_\_\_\_\_

243. \_\_\_\_\_

244. \_\_\_\_\_

245. \_\_\_\_\_

246. \_\_\_\_\_

247. \_\_\_\_\_

248. \_\_\_\_\_

249. \_\_\_\_\_

250. \_\_\_\_\_

251. \_\_\_\_\_

252. \_\_\_\_\_

253. \_\_\_\_\_

254. \_\_\_\_\_

255. \_\_\_\_\_

256. \_\_\_\_\_

257. \_\_\_\_\_

258. \_\_\_\_\_

259. \_\_\_\_\_

260. \_\_\_\_\_

261. \_\_\_\_\_

262. \_\_\_\_\_

263. \_\_\_\_\_

264. \_\_\_\_\_

265. \_\_\_\_\_

266. \_\_\_\_\_

267. \_\_\_\_\_

268. \_\_\_\_\_

269. \_\_\_\_\_

270. \_\_\_\_\_

271. \_\_\_\_\_

272. \_\_\_\_\_

273. \_\_\_\_\_

274. \_\_\_\_\_

275. \_\_\_\_\_

276. \_\_\_\_\_

277. \_\_\_\_\_

278. \_\_\_\_\_

279. \_\_\_\_\_

280. \_\_\_\_\_

281. \_\_\_\_\_

282. \_\_\_\_\_

283. \_\_\_\_\_

284. \_\_\_\_\_

285. \_\_\_\_\_

286. \_\_\_\_\_

287. \_\_\_\_\_

288. \_\_\_\_\_

289. \_\_\_\_\_

290. \_\_\_\_\_

291. \_\_\_\_\_

292. \_\_\_\_\_

293. \_\_\_\_\_

294. \_\_\_\_\_

295. \_\_\_\_\_

296. \_\_\_\_\_

297. \_\_\_\_\_

298. \_\_\_\_\_

299. \_\_\_\_\_

300. \_\_\_\_\_

301. \_\_\_\_\_

302. \_\_\_\_\_

303. \_\_\_\_\_

304. \_\_\_\_\_

305. \_\_\_\_\_

306. \_\_\_\_\_

307. \_\_\_\_\_

308. \_\_\_\_\_

309. \_\_\_\_\_

310. \_\_\_\_\_

311. \_\_\_\_\_

312. \_\_\_\_\_

313. \_\_\_\_\_

314. \_\_\_\_\_

315. \_\_\_\_\_

316. \_\_\_\_\_

317. \_\_\_\_\_

318. \_\_\_\_\_

319. \_\_\_\_\_

320. \_\_\_\_\_

321. \_\_\_\_\_

322. \_\_\_\_\_

323. \_\_\_\_\_

324. \_\_\_\_\_

325. \_\_\_\_\_

326. \_\_\_\_\_

327. \_\_\_\_\_

328. \_\_\_\_\_

329. \_\_\_\_\_

330. \_\_\_\_\_

331. \_\_\_\_\_

332. \_\_\_\_\_

333. \_\_\_\_\_

334. \_\_\_\_\_

335. \_\_\_\_\_

336. \_\_\_\_\_

337. \_\_\_\_\_

338. \_\_\_\_\_

339. \_\_\_\_\_

340. \_\_\_\_\_

341. \_\_\_\_\_

342. \_\_\_\_\_

343. \_\_\_\_\_

344. \_\_\_\_\_

345. \_\_\_\_\_

346. \_\_\_\_\_

347. \_\_\_\_\_

348. \_\_\_\_\_

349. \_\_\_\_\_

350. \_\_\_\_\_

351. \_\_\_\_\_

352. \_\_\_\_\_

353. \_\_\_\_\_

354. \_\_\_\_\_

355. \_\_\_\_\_

356. \_\_\_\_\_

357. \_\_\_\_\_

358. \_\_\_\_\_

359. \_\_\_\_\_

360. \_\_\_\_\_

361. \_\_\_\_\_

362. \_\_\_\_\_

363. \_\_\_\_\_

364. \_\_\_\_\_

365. \_\_\_\_\_

366. \_\_\_\_\_

367. \_\_\_\_\_

368. \_\_\_\_\_

369. \_\_\_\_\_

370. \_\_\_\_\_

371. \_\_\_\_\_

372. \_\_\_\_\_

373. \_\_\_\_\_

374. \_\_\_\_\_

375. \_\_\_\_\_

376. \_\_\_\_\_

377. \_\_\_\_\_

378. \_\_\_\_\_

379. \_\_\_\_\_

380. \_\_\_\_\_

381. \_\_\_\_\_

382. \_\_\_\_\_

383. \_\_\_\_\_

384. \_\_\_\_\_

385. \_\_\_\_\_

386. \_\_\_\_\_

387. \_\_\_\_\_

388. \_\_\_\_\_

389. \_\_\_\_\_

390. \_\_\_\_\_

391. \_\_\_\_\_

392. \_\_\_\_\_

393. \_\_\_\_\_

394. \_\_\_\_\_

395. \_\_\_\_\_

396. \_\_\_\_\_

397. \_\_\_\_\_

398. \_\_\_\_\_

399. \_\_\_\_\_

400. \_\_\_\_\_

401. \_\_\_\_\_

402. \_\_\_\_\_

403. \_\_\_\_\_

404. \_\_\_\_\_

405. \_\_\_\_\_

406. \_\_\_\_\_

407. \_\_\_\_\_

408. \_\_\_\_\_

409. \_\_\_\_\_

410. \_\_\_\_\_

411. \_\_\_\_\_

412. \_\_\_\_\_

413. \_\_\_\_\_

414. \_\_\_\_\_

415. \_\_\_\_\_

416. \_\_\_\_\_

417. \_\_\_\_\_

418. \_\_\_\_\_

419. \_\_\_\_\_

420. \_\_\_\_\_

421. \_\_\_\_\_

422. \_\_\_\_\_

423. \_\_\_\_\_

424. \_\_\_\_\_

425. \_\_\_\_\_

426. \_\_\_\_\_

427. \_\_\_\_\_

428. \_\_\_\_\_

429. \_\_\_\_\_

430. \_\_\_\_\_

431. \_\_\_\_\_

432. \_\_\_\_\_

433. \_\_\_\_\_

434. \_\_\_\_\_

435. \_\_\_\_\_

436. \_\_\_\_\_

437. \_\_\_\_\_

438. \_\_\_\_\_

439. \_\_\_\_\_

440. \_\_\_\_\_

441. \_\_\_\_\_

442. \_\_\_\_\_

443. \_\_\_\_\_

444. \_\_\_\_\_

445. \_\_\_\_\_

446. \_\_\_\_\_

447. \_\_\_\_\_

448. \_\_\_\_\_

449. \_\_\_\_\_

450. \_\_\_\_\_

451. \_\_\_\_\_

452. \_\_\_\_\_

453. \_\_\_\_\_

454. \_\_\_\_\_

455. \_\_\_\_\_

456. \_\_\_\_\_

457. \_\_\_\_\_

458. \_\_\_\_\_

459. \_\_\_\_\_

460. \_\_\_\_\_

461. \_\_\_\_\_

462. \_\_\_\_\_

463. \_\_\_\_\_

464. \_\_\_\_\_

465. \_\_\_\_\_

466. \_\_\_\_\_

467. \_\_\_\_\_

468. \_\_\_\_\_

469. \_\_\_\_\_

470. \_\_\_\_\_

471. \_\_\_\_\_

472. \_\_\_\_\_

473. \_\_\_\_\_

474. \_\_\_\_\_

475. \_\_\_\_\_

476. \_\_\_\_\_

477. \_\_\_\_\_

478. \_\_\_\_\_

479. \_\_\_\_\_

480. \_\_\_\_\_

481. \_\_\_\_\_

482. \_\_\_\_\_

483. \_\_\_\_\_

484. \_\_\_\_\_

485. \_\_\_\_\_

486. \_\_\_\_\_

487. \_\_\_\_\_

488. \_\_\_\_\_

489. \_\_\_\_\_

490. \_\_\_\_\_

491. \_\_\_\_\_

492. \_\_\_\_\_

493. \_\_\_\_\_

494. \_\_\_\_\_

495. \_\_\_\_\_

496. \_\_\_\_\_

497. \_\_\_\_\_

498. \_\_\_\_\_

499. \_\_\_\_\_

500. \_\_\_\_\_

501. \_\_\_\_\_

502. \_\_\_\_\_

503. \_\_\_\_\_

504. \_\_\_\_\_

505. \_\_\_\_\_

506. \_\_\_\_\_

507. \_\_\_\_\_

508. \_\_\_\_\_

509. \_\_\_\_\_

510. \_\_\_\_\_

511. \_\_\_\_\_

512. \_\_\_\_\_

513. \_\_\_\_\_

514. \_\_\_\_\_

515. \_\_\_\_\_

516. \_\_\_\_\_

517. \_\_\_\_\_

518. \_\_\_\_\_

519. \_\_\_\_\_

520. \_\_\_\_\_

521. \_\_\_\_\_

522. \_\_\_\_\_

523. \_\_\_\_\_

524. \_\_\_\_\_

525. \_\_\_\_\_

526. \_\_\_\_\_

527. \_\_\_\_\_

528. \_\_\_\_\_

529. \_\_\_\_\_

530. \_\_\_\_\_

531. \_\_\_\_\_

532. \_\_\_\_\_

533. \_\_\_\_\_

534. \_\_\_\_\_

535. \_\_\_\_\_

536. \_\_\_\_\_

537. \_\_\_\_\_

538. \_\_\_\_\_

539. \_\_\_\_\_

540. \_\_\_\_\_

541. \_\_\_\_\_

542. \_\_\_\_\_

543. \_\_\_\_\_

544. \_\_\_\_\_

545. \_\_\_\_\_

546. \_\_\_\_\_

547. \_\_\_\_\_

548. \_\_\_\_\_

549. \_\_\_\_\_

550. \_\_\_\_\_

551. \_\_\_\_\_

552. \_\_\_\_\_

553. \_\_\_\_\_

554. \_\_\_\_\_

555. \_\_\_\_\_

556. \_\_\_\_\_

557. \_\_\_\_\_

558. \_\_\_\_\_

559. \_\_\_\_\_

560. \_\_\_\_\_

561. \_\_\_\_\_

562. \_\_\_\_\_

563. \_\_\_\_\_

564. \_\_\_\_\_

565. \_\_\_\_\_

566. \_\_\_\_\_

567. \_\_\_\_\_

568. \_\_\_\_\_

569. \_\_\_\_\_

570. \_\_\_\_\_

571. \_\_\_\_\_

572. \_\_\_\_\_

573. \_\_\_\_\_

574. \_\_\_\_\_

575. \_\_\_\_\_

576. \_\_\_\_\_

577. \_\_\_\_\_

578. \_\_\_\_\_

579. \_\_\_\_\_

580. \_\_\_\_\_

581. \_\_\_\_\_

582. \_\_\_\_\_

583. \_\_\_\_\_

584. \_\_\_\_\_

585. \_\_\_\_\_

586. \_\_\_\_\_

587. \_\_\_\_\_

588. \_\_\_\_\_

589. \_\_\_\_\_

590. \_\_\_\_\_

591. \_\_\_\_\_

592. \_\_\_\_\_

593. \_\_\_\_\_

594. \_\_\_\_\_

595. \_\_\_\_\_

596. \_\_\_\_\_

597. \_\_\_\_\_

598. \_\_\_\_\_

599. \_\_\_\_\_

600. \_\_\_\_\_

601. \_\_\_\_\_

602. \_\_\_\_\_

603. \_\_\_\_\_

604. \_\_\_\_\_

605. \_\_\_\_\_

606. \_\_\_\_\_

607. \_\_\_\_\_

608. \_\_\_\_\_

609. \_\_\_\_\_

610. \_\_\_\_\_

611. \_\_\_\_\_

612. \_\_\_\_\_

613. \_\_\_\_\_

614. \_\_\_\_\_

615. \_\_\_\_\_

616. \_\_\_\_\_

617. \_\_\_\_\_

618. \_\_\_\_\_

619. \_\_\_\_\_

620. \_\_\_\_\_

621. \_\_\_\_\_

622. \_\_\_\_\_

623. \_\_\_\_\_

624. \_\_\_\_\_

625. \_\_\_\_\_

626. \_\_\_\_\_

627. \_\_\_\_\_

628. \_\_\_\_\_

629. \_\_\_\_\_

630. \_\_\_\_\_

631. \_\_\_\_\_

632. \_\_\_\_\_

633. \_\_\_\_\_

634. \_\_\_\_\_

635. \_\_\_\_\_

636. \_\_\_\_\_

637. \_\_\_\_\_

638. \_\_\_\_\_

639. \_\_\_\_\_

640. \_\_\_\_\_

641. \_\_\_\_\_

642. \_\_\_\_\_

643. \_\_\_\_\_

644. \_\_\_\_\_

645. \_\_\_\_\_

646. \_\_\_\_\_

647. \_\_\_\_\_

648. \_\_\_\_\_

649. \_\_\_\_\_

650. \_\_\_\_\_

651. \_\_\_\_\_

652. \_\_\_\_\_

653. \_\_\_\_\_

654. \_\_\_\_\_

655. \_\_\_\_\_

656. \_\_\_\_\_

657. \_\_\_\_\_

658. \_\_\_\_\_

659. \_\_\_\_\_

660. \_\_\_\_\_

661. \_\_\_\_\_

662. \_\_\_\_\_

663. \_\_\_\_\_

664. \_\_\_\_\_

665. \_\_\_\_\_

666. \_\_\_\_\_

667. \_\_\_\_\_

668. \_\_\_\_\_

669. \_\_\_\_\_

670. \_\_\_\_\_

671. \_\_\_\_\_

672. \_\_\_\_\_

673. \_\_\_\_\_

674. \_\_\_\_\_

675. \_\_\_\_\_

676. \_\_\_\_\_

677. \_\_\_\_\_

678. \_\_\_\_\_

679. \_\_\_\_\_

680. \_\_\_\_\_

681. \_\_\_\_\_

682. \_\_\_\_\_

683. \_\_\_\_\_

684. \_\_\_\_\_

685. \_\_\_\_\_

686. \_\_\_\_\_

687. \_\_\_\_\_

688. \_\_\_\_\_

689. \_\_\_\_\_

690. \_\_\_\_\_

691. \_\_\_\_\_

692. \_\_\_\_\_

693. \_\_\_\_\_

694. \_\_\_\_\_

695. \_\_\_\_\_

696. \_\_\_\_\_

697. \_\_\_\_\_

698. \_\_\_\_\_

699. \_\_\_\_\_

700. \_\_\_\_\_

701. \_\_\_\_\_

702. \_\_\_\_\_

703. \_\_\_\_\_

704. \_\_\_\_\_

705. \_\_\_\_\_

706. \_\_\_\_\_

707. \_\_\_\_\_

708. \_\_\_\_\_

709. \_\_\_\_\_

710. \_\_\_\_\_

711. \_\_\_\_\_

712. \_\_\_\_\_

713. \_\_\_\_\_

714. \_\_\_\_\_

715. \_\_\_\_\_

716. \_\_\_\_\_

717. \_\_\_\_\_

718. \_\_\_\_\_

719. \_\_\_\_\_

720. \_\_\_\_\_

721. \_\_\_\_\_

722. \_\_\_\_\_

723. \_\_\_\_\_

724. \_\_\_\_\_

725. \_\_\_\_\_

726. \_\_\_\_\_

727. \_\_\_\_\_

728. \_\_\_\_\_

729. \_\_\_\_\_

730. \_\_\_\_\_

731. \_\_\_\_\_

732. \_\_\_\_\_

733. \_\_\_\_\_

734. \_\_\_\_\_

735. \_\_\_\_\_

736. \_\_\_\_\_

737. \_\_\_\_\_

738. \_\_\_\_\_

739. \_\_\_\_\_

740. \_\_\_\_\_

741. \_\_\_\_\_

742. \_\_\_\_\_

743. \_\_\_\_\_

744. \_\_\_\_\_

745. \_\_\_\_\_

746. \_\_\_\_\_

747. \_\_\_\_\_

748. \_\_\_\_\_

749. \_\_\_\_\_

750. \_\_\_\_\_

751. \_\_\_\_\_

752. \_\_\_\_\_

753. \_\_\_\_\_

754. \_\_\_\_\_

755. \_\_\_\_\_

756. \_\_\_\_\_

757. \_\_\_\_\_

758. \_\_\_\_\_

759. \_\_\_\_\_

760. \_\_\_\_\_

761. \_\_\_\_\_

762. \_\_\_\_\_

763. \_\_\_\_\_

764. \_\_\_\_\_

765. \_\_\_\_\_

766. \_\_\_\_\_

767. \_\_\_\_\_

768. \_\_\_\_\_

769. \_\_\_\_\_

770. \_\_\_\_\_

771. \_\_\_\_\_

772. \_\_\_\_\_

773. \_\_\_\_\_

774. \_\_\_\_\_

775. \_\_\_\_\_

776. \_\_\_\_\_

777. \_\_\_\_\_

778. \_\_\_\_\_

779. \_\_\_\_\_

780. \_\_\_\_\_

781. \_\_\_\_\_

782. \_\_\_\_\_

783. \_\_\_\_\_

784. \_\_\_\_\_

785. \_\_\_\_\_

786. \_\_\_\_\_

787. \_\_\_\_\_

788. \_\_\_\_\_

789. \_\_\_\_\_

790. \_\_\_\_\_

791. \_\_\_\_\_

792. \_\_\_\_\_

793. \_\_\_\_\_

794. \_\_\_\_\_

795. \_\_\_\_\_

796. \_\_\_\_\_

797. \_\_\_\_\_

798. \_\_\_\_\_

799. \_\_\_\_\_

800. \_\_\_\_\_

801. \_\_\_\_\_

802. \_\_\_\_\_

803. \_\_\_\_\_

804. \_\_\_\_\_

805. \_\_\_\_\_

806. \_\_\_\_\_

807. \_\_\_\_\_

808. \_\_\_\_\_

809. \_\_\_\_\_

810. \_\_\_\_\_

811. \_\_\_\_\_

812. \_\_\_\_\_

813. \_\_\_\_\_

814. \_\_\_\_\_

815. \_\_\_\_\_

816. \_\_\_\_\_

817. \_\_\_\_\_

818. \_\_\_\_\_

819. \_\_\_\_\_

820. \_\_\_\_\_

821. \_\_\_\_\_

822. \_\_\_\_\_

823. \_\_\_\_\_

824. \_\_\_\_\_

825. \_\_\_\_\_

826. \_\_\_\_\_

827. \_\_\_\_\_

828. \_\_\_\_\_

829. \_\_\_\_\_

830. \_\_\_\_\_

831. \_\_\_\_\_

832. \_\_\_\_\_

833. \_\_\_\_\_

834. \_\_\_\_\_

835. \_\_\_\_\_

836. \_\_\_\_\_

837. \_\_\_\_\_

838. \_\_\_\_\_

839. \_\_\_\_\_

840. \_\_\_\_\_

841. \_\_\_\_\_

842. \_\_\_\_\_

843. \_\_\_\_\_

844. \_\_\_\_\_

845. \_\_\_\_\_

846. \_\_\_\_\_

847. \_\_\_\_\_

848. \_\_\_\_\_

849. \_\_\_\_\_

850. \_\_\_\_\_

851. \_\_\_\_\_

852. \_\_\_\_\_

853. \_\_\_\_\_

854. \_\_\_\_\_

855. \_\_\_\_\_

856. \_\_\_\_\_

857. \_\_\_\_\_

858. \_\_\_\_\_

859. \_\_\_\_\_

860. \_\_\_\_\_

861. \_\_\_\_\_

862. \_\_\_\_\_

863. \_\_\_\_\_

864. \_\_\_\_\_

865. \_\_\_\_\_

866. \_\_\_\_\_

867. \_\_\_\_\_

868. \_\_\_\_\_

869. \_\_\_\_\_

870. \_\_\_\_\_

871. \_\_\_\_\_

872. \_\_\_\_\_

873. \_\_\_\_\_

874. \_\_\_\_\_

875. \_\_\_\_\_

876. \_\_\_\_\_

877. \_\_\_\_\_

878. \_\_\_\_\_

879. \_\_\_\_\_

880. \_\_\_\_\_

881. \_\_\_\_\_

882. \_\_\_\_\_

883. \_\_\_\_\_

884. \_\_\_\_\_

885. \_\_\_\_\_

886. \_\_\_\_\_

887. \_\_\_\_\_

888. \_\_\_\_\_

889. \_\_\_\_\_

890. \_\_\_\_\_

891. \_\_\_\_\_

892. \_\_\_\_\_

893. \_\_\_\_\_

894. \_\_\_\_\_

895. \_\_\_\_\_

896. \_\_\_\_\_

897. \_\_\_\_\_

898. \_\_\_\_\_

899. \_\_\_\_\_

900. \_\_\_\_\_

901. \_\_\_\_\_

902. \_\_\_\_\_

903. \_\_\_\_\_

904. \_\_\_\_\_

905. \_\_\_\_\_

906. \_\_\_\_\_

907. \_\_\_\_\_

908. \_\_\_\_\_

909. \_\_\_\_\_

910. \_\_\_\_\_

911. \_\_\_\_\_

912. \_\_\_\_\_

913. \_\_\_\_\_

914. \_\_\_\_\_

915. \_\_\_\_\_

916. \_\_\_\_\_

917. \_\_\_\_\_

918. \_\_\_\_\_

919. \_\_\_\_\_

920. \_\_\_\_\_

921. \_\_\_\_\_

922. \_\_\_\_\_

923. \_\_\_\_\_

924. \_\_\_\_\_

925. \_\_\_\_\_

926. \_\_\_\_\_

927. \_\_\_\_\_

928. \_\_\_\_\_

929. \_\_\_\_\_

930. \_\_\_\_\_

931. \_\_\_\_\_

932. \_\_\_\_\_

933. \_\_\_\_\_

934. \_\_\_\_\_

935. \_\_\_\_\_

936. \_\_\_\_\_

937. \_\_\_\_\_

938. \_\_\_\_\_

939. \_\_\_\_\_

940. \_\_\_\_\_

941. \_\_\_\_\_

942. \_\_\_\_\_

943. \_\_\_\_\_

944. \_\_\_\_\_

945. \_\_\_\_\_

946. \_\_\_\_\_

947. \_\_\_\_\_

948. \_\_\_\_\_

949. \_\_\_\_\_

950. \_\_\_\_\_

951. \_\_\_\_\_

952. \_\_\_\_\_

953. \_\_\_\_\_

954. \_\_\_\_\_

955. \_\_\_\_\_

956. \_\_\_\_\_

957. \_\_\_\_\_

958. \_\_\_\_\_

959. \_\_\_\_\_

960. \_\_\_\_\_

961. \_\_\_\_\_

962. \_\_\_\_\_

963. \_\_\_\_\_

964. \_\_\_\_\_

965. \_\_\_\_\_

966. \_\_\_\_\_

967. \_\_\_\_\_

968. \_\_\_\_\_

969. \_\_\_\_\_

970. \_\_\_\_\_

971. \_\_\_\_\_

972. \_\_\_\_\_

973. \_\_\_\_\_

974. \_\_\_\_\_

975. \_\_\_\_\_

976. \_\_\_\_\_

977. \_\_\_\_\_

978. \_\_\_\_\_

979. \_\_\_\_\_

980. \_\_\_\_\_

981. \_\_\_\_\_

982. \_\_\_\_\_

983. \_\_\_\_\_

984. \_\_\_\_\_

985. \_\_\_\_\_

986. \_\_\_\_\_

987. \_\_\_\_\_

988. \_\_\_\_\_

989. \_\_\_\_\_

990. \_\_\_\_\_

991. \_\_\_\_\_

992. \_\_\_\_\_

993. \_\_\_\_\_

994. \_\_\_\_\_

995. \_\_\_\_\_

996. \_\_\_\_\_

997. \_\_\_\_\_

998. \_\_\_\_\_

999. \_\_\_\_\_

1000. \_\_\_\_\_

1001. \_\_\_\_\_

1002. \_\_\_\_\_

1003. \_\_\_\_\_

1004. \_\_\_\_\_

1005. \_\_\_\_\_

1006. \_\_\_\_\_

1007. \_\_\_\_\_

1008. \_\_\_\_\_

1009. \_\_\_\_\_

1010. \_\_\_\_\_

1011. \_\_\_\_\_

1012. \_\_\_\_\_

1013. \_\_\_\_\_

1014. \_\_\_\_\_

1015. \_\_\_\_\_

1016. \_\_\_\_\_

1017. \_\_\_\_\_

1018. \_\_\_\_\_

1019. \_\_\_\_\_

1020. \_\_\_\_\_

1021. \_\_\_\_\_

1022. \_\_\_\_\_

1023. \_\_\_\_\_

1024. \_\_\_\_\_

1025. \_\_\_\_\_

1026. \_\_\_\_\_

1027. \_\_\_\_\_

1028. \_\_\_\_\_

1029. \_\_\_\_\_

1030. \_\_\_\_\_

1031. \_\_\_\_\_

1032. \_\_\_\_\_

1033. \_\_\_\_\_

1034. \_\_\_\_\_

1035. \_\_\_\_\_

1036. \_\_\_\_\_

1037. \_\_\_\_\_

1038. \_\_\_\_\_

1039. \_\_\_\_\_

1040. \_\_\_\_\_

1041. \_\_\_\_\_

1042. \_\_\_\_\_

1043. \_\_\_\_\_

1044. \_\_\_\_\_

1045. \_\_\_\_\_

1046. \_\_\_\_\_

1047. \_\_\_\_\_

1048. \_\_\_\_\_

1049. \_\_\_\_\_

1050. \_\_\_\_\_

1051. \_\_\_\_\_

1052. \_\_\_\_\_

1053. \_\_\_\_\_

1054. \_\_\_\_\_

1055. \_\_\_\_\_

1056. \_\_\_\_\_

1057. \_\_\_\_\_

1058. \_\_\_\_\_

1059. \_\_\_\_\_

1060. \_\_\_\_\_

1061. \_\_\_\_\_

1062. \_\_\_\_\_

1063. \_\_\_\_\_

1064. \_\_\_\_\_

1065. \_\_\_\_\_

1066. \_\_\_\_\_

1067. \_\_\_\_\_

1068. \_\_\_\_\_

1069. \_\_\_\_\_

1070. \_\_\_\_\_

1071. \_\_\_\_\_

1072. \_\_\_\_\_

1073. \_\_\_\_\_

1074. \_\_\_\_\_

1075. \_\_\_\_\_

1076. \_\_\_\_\_

1077. \_\_\_\_\_

1078. \_\_\_\_\_

1079. \_\_\_\_\_

1080. \_\_\_\_\_

1081. \_\_\_\_\_

1082. \_\_\_\_\_

1083. \_\_\_\_\_

1084. \_\_\_\_\_

1085. \_\_\_\_\_

1086. \_\_\_\_\_

1087. \_\_\_\_\_

1088. \_\_\_\_\_

1089. \_\_\_\_\_

1090. \_\_\_\_\_

1091. \_\_\_\_\_

1092. \_\_\_\_\_

1093. \_\_\_\_\_

1094. \_\_\_\_\_

1095. \_\_\_\_\_

1096. \_\_\_\_\_

1097. \_\_\_\_\_

1098. \_\_\_\_\_

1099. \_\_\_\_\_

1100. \_\_\_\_\_

1101. \_\_\_\_\_

1102. \_\_\_\_\_

1103. \_\_\_\_\_

1104. \_\_\_\_\_

1105. \_\_\_\_\_

1106. \_\_\_\_\_

1107. \_\_\_\_\_

1108. \_\_\_\_\_

1109. \_\_\_\_\_

1110. \_\_\_\_\_

1111. \_\_\_\_\_

1112. \_\_\_\_\_

1113. \_\_\_\_\_

1114. \_\_\_\_\_

1115. \_\_\_\_\_

1116. \_\_\_\_\_

1117. \_\_\_\_\_

1118. \_\_\_\_\_

1119. \_\_\_\_\_

1120. \_\_\_\_\_

1121. \_\_\_\_\_

1122. \_\_\_\_\_

1123. \_\_\_\_\_

1124. \_\_\_\_\_

1125. \_\_\_\_\_

1126. \_\_\_\_\_

1127. \_\_\_\_\_

1128. \_\_\_\_\_

1129. \_\_\_\_\_

1130. \_\_\_\_\_

1131. \_\_\_\_\_

1132. \_\_\_\_\_

1133. \_\_\_\_\_

1134. \_\_\_\_\_

1135. \_\_\_\_\_

1136. \_\_\_\_\_

1137. \_\_\_\_\_

1138. \_\_\_\_\_

1139. \_\_\_\_\_

1140. \_\_\_\_\_

1141. \_\_\_\_\_

1142. \_\_\_\_\_

1143. \_\_\_\_\_

1144. \_\_\_\_\_

1145. \_\_\_\_\_

1146. \_\_\_\_\_

1147. \_\_\_\_\_

1148. \_\_\_\_\_

1149. \_\_\_\_\_

1150. \_\_\_\_\_

1151. \_\_\_\_\_

1152. \_\_\_\_\_

1153. \_\_\_\_\_

1154. \_\_\_\_\_

1155. \_\_\_\_\_

1156. \_\_\_\_\_

1157. \_\_\_\_\_

1158. \_\_\_\_\_

1159. \_\_\_\_\_

1160. \_\_\_\_\_

1161. \_\_\_\_\_

1162. \_\_\_\_\_

1163. \_\_\_\_\_

1164. \_\_\_\_\_

1165. \_\_\_\_\_

1166. \_\_\_\_\_

1167. \_\_\_\_\_

1168. \_\_\_\_\_

1169. \_\_\_\_\_

1170. \_\_\_\_\_

1171. \_\_\_\_\_

1172. \_\_\_\_\_

1173. \_\_\_\_\_

1174. \_\_\_\_\_

1175. \_\_\_\_\_

1176. \_\_\_\_\_

1177. \_\_\_\_\_

1178. \_\_\_\_\_

1179. \_\_\_\_\_

1180. \_\_\_\_\_

1181. \_\_\_\_\_

1182. \_\_\_\_\_

1183. \_\_\_\_\_

1184. \_\_\_\_\_

1185. \_\_\_\_\_

1186. \_\_\_\_\_

1187

Figura 9

Imagen de un muñeco de nieve



**Nota:** Tomado de <https://www.imagui.com/>

Figura 10

Ficha "Freezer del enojo"

**2. El Freezer del enojo**

Quando nos enojamos se nos suelen cruzar pensamientos que sólo logran ponernos más furiosos. En esas ocasiones puede servir que te digas a vos mismo algunas frases o palabras que te "enfrien un poco".

*Ejemplos:*

!!! QUEDATE TRANQUI !!!

!!! NO TE ENGANCHES !!!

!!! DEJALO PASAR !!!

!!! OLVIDATE, YA FUE !!!

Armá tu propio Freezer con frases que te tranquilicen:



**Nota:** Tomado de Gomar, M., Mandil, J. y Bunge, E. (2009). *Terapia cognitiva con niños y adolescentes. Aportes técnicos.* (2° ed.). Editorial Akadia

Figura 11

Pasos para convertirse en “tortuga”



**Nota:** Tomado de <http://segundomon.blogspot.com/2017/12/tecnica-de-la-tortuga.html>

Figura 12

Pasos para la “técnica de la tortuga”

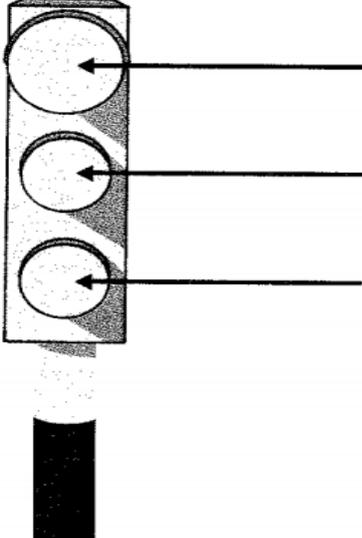
	<p>RECONOZCO MI EMOCIÓN.</p>
	<p>ME METO EN MI CAPARAZÓN-RESPIRO Y CUENTO.</p>
	<p>SALGO DEL CAPARAZÓN Y PIENSO UNA SOLUCIÓN.</p>
	<p>ACTÚO.</p>

**Nota:** Tomado de <https://www.henarcampospsicologa.com/2016/11/29/autocontrol-para-ni%C3%B1os/>

Figura 13

Ficha "Técnica del semáforo"

¿Te animás a usar el semáforo de abajo y llenar los espacios en blanco después de haber afrontado situaciones complicadas?



Paro  
.....  
.....  
.....

Pienso 3 alternativas  
.....  
.....  
.....

Actúo  
.....  
.....  
.....

**Nota:** Tomado de Gomar, M., Mandil, J. y Bunge, E. (2009). *Terapia cognitiva con niños y adolescentes. Aportes técnicos*. (2° ed.). Editorial Akadia

Figura 14

Imagen de un semáforo



**Nota:** Tomado de <https://www.imagui.com/>

Figura 15

Ficha "Registro de pensamientos"

Situación	Pensamiento	Emoción	Conducta	Respuesta al pensamiento
Tengo que hacer los trabajos de historia		No me da ganas	No lo hago y me va mal, tengo malas notas y no puedo salir	Me conviene hacerlo para saberlo en diciembre o tener una idea. Al final no cuesta nada hacerlo y evito sacarme un uno. Quizás la maestra valore mi esfuerzo y me ayude en diciembre. Si es tan difícil, lo hago con alguien. Me sirve para poder salir.
				Conviene llevarme mejor con la maestra porque ella es quien decide si paso o no. La nota de actitud es un 30%. Si me llevo bien por ahí me puede perdonar. Cuando corrige puede ser más buena.
				Cuando me va mal todo es aburrido, si me fuera bien sería distinto. Si es aburrida me conviene sacármela de encima antes. Suficiente que me la banco durante el año para tener que rendirla en diciembre.

REGISTROS DE PENSAMIENTOS (*)				
Situación	Pensamiento	Emoción	Conducta	Respuesta al pensamiento
				
				

**Nota:** Tomado de Gomar, M., Mandil, J. y Bunge, E. (2009). *Terapia cognitiva con niños y adolescentes. Aportes técnicos*. (2º ed.). Editorial Akadia

Figura 16

Cuadro "Deseos y necesidades"

<i>NECESIDADES</i>	<i>DESEOS</i>

**Nota:** Elaboración propia

Figura 17

Ficha "Medir la importancia"

**3. Medir la importancia**

Saber medir la importancia de lo que nos enoja, nos permite ver las cosas con perspectiva.

*Mirá este ejemplo:*

Martin pensaba que era gravísimo (9 puntos) que la hermana le haya quitado la cartuchera. Luego pensó en la vez que más se había enojado (10 puntos) y después en la vez que menos se había enojado (0 puntos). Comparó eso con lo que la hermana le había hecho y se dio cuenta que no era tan importante y si bien siguió enojado, lo pudo resolver mejor que de costumbre.

Para hacerlo vos, seguí estos pasos.

1. Pensá del 1 al 10 qué importancia le das.
2. Pensá qué fue lo que más te hizo enojar en tu vida. Eso representa un 10 en importancia.
3. Pensá cual fue el momento que más tranquilo estuviste en tu vida. Eso representa un 0 en importancia.
4. Teniendo en cuenta esos dos sucesos ¿qué importancia le das a lo que te pasa ahora?

**Nota:** Tomado de Gomar, M., Mandil, J. y Bunge, E. (2009). *Terapia cognitiva con niños y adolescentes. Aportes técnicos*. (2° ed.). Editorial Akadia

Figura 18

Ficha "Medir la importancia"

**Ficha: espirales**

¿Te animás a completar los dos espirales con cosas que te hayan pasado a vos?

**ESPIRAL DESCENDENTE**

**ESPIRAL ASCENDENTE**

**Nota:** Tomado de Gomar, M., Mandil, J. y Bunge, E. (2009). *Terapia cognitiva con niños y adolescentes. Aportes técnicos*. (2° ed.). Editorial Akadia

Figura 19

Cuadro de hhss básicas.

Apego	Empatía	Asertividad	Autocontrol	Comunicación	Resolución de conflictos

**Nota:** Elaboración propia

Figura 20

Texto “Cómo decir que no”

Formas de decir las cosas para que los otros te entiendan

Una vez que controlas tu bronca, sería bueno que hables con la persona con la cual tienes el problema. Lo mejor es hacerlo a solas, en un momento y lugar tranquilo. También es importante cuidar cómo le dices las cosas. Si lo haces de manera muy agresiva, el otro podría ponerse a la defensiva y no entender tu punto de vista.

Por eso te recomendamos:

Evita:

- Acusar al otro de ser de una determinada forma negativa "eres un...".
- Culpar al otro por tus reacciones: "¡Ves que me enojas! ¡Me haces gritarte!". Una actitud o situación puede generarte determinados sentimientos, pero el que decide cómo actuar eres tú.
- Hacer una lista de cuentas pendientes y echárselas en cara: "Hace un mes, cuando fuiste al cine con los chicos, no me llamaste. Después jugaron fútbol y no me avisaste, después...". El pasado no se puede modificar.

Recuerda:

- No vas a ser falso por decir las cosas de una manera positiva.
- Vas a decir lo que piensas .pero cuidando la forma.
- La solución de los conflictos no siempre está bajo tu control. Estas estrategias no garantizan resultados pero aumentan tus probabilidades de resolver los problemas con la gente que te importa. . Cuidar tus afectos ayuda a que te sientas mejor y más acompañado, el esfuerzo vale la pena.

**Nota:** Tomado de Gomar, M., Mandil, J. y Bunge, E. (2009). *Terapia cognitiva con niños y adolescentes. Aportes técnicos.* (2° ed.). Editorial Akadia

Figura 21

Texto "Cumplidos"

Hacer cumplidos significa decir o hacer algo agradable a otra persona. Es decirle que te gusta algo que esa persona tiene o algo que esa persona ha hecho o dicho, o también referente a su forma de ser o su aspecto. Hacemos un cumplido cuando hacemos un elogio, una afirmación positiva, felicitamos, decimos un piropo o damos la enhorabuena. No obstante, conviene tener cuidado con los excesos.

1. La gente que recibe elogios se encuentra a gusto con quien lo elogia.
2. Querrán estar más con nosotros y ser amigos nuestros.
3. Caes bien si haces cumplidos aunque debes cuidar que no sean innecesarios o inoportunos.
4. Se sincero.



¿CUÁNDO?

- Cuando pienses algo bueno de otra persona
- Cuando otra persona haya hecho algo bueno o sea un día importante para él/ella.
- Cuando te apetezca siempre y cuando sea cierto lo que dices.
- Cuando te gusta alguien.



¿CÓMO?

1. Mirar a la otra persona y sonreírle.
2. Decir una frase o comentario de elogio o alabanza especificando lo que alabas: "Qué chulos son los pantalones que llevas hoy". "Enhorabuena por haber aprobado este examen, la verdad es que te lo has currado ¿eh?" "Tienes unos ojos muy bonitos"...
3. Acompañar la frase de expresión no verbal, gestos (sonrisa, tono de admiración, palmada en el hombro, guiño en el ojo...)

**Nota:** Tomado de Gomar, M., Mandil, J. y Bunge, E. (2009). *Terapia cognitiva con niños y adolescentes. Aportes técnicos.* (2º ed.). Editorial Akadia

Figura 22

Horario de cumplidos

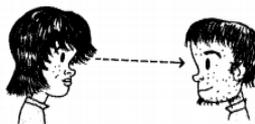
	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Semana 1							
Semana 2							
Semana 3							
Semana 4							

**Nota:** Tomado de Gomar, M., Mandil, J. y Bunge, E. (2009). *Terapia cognitiva con niños y adolescentes. Aportes técnicos.* (2º ed.). Editorial Akadia

Figura 23  
 Ficha "Habilidades sociales" I

**A.**

Mirar a los ojos  
 Sonreír  
 Distenderse



Cuando conversas con alguien, es muy importante:

- lo que decís,
- la forma en la que lo decís:
  1. los gestos y
  2. el tono.

1. Con los GESTOS también transmitimos mensajes, por ejemplo con:

- La cara que ponemos.
- La posición del cuerpo.
- Hacia donde miramos.
- Lo que hacemos con las manos, etc.

¿Qué gestos solés usar?

---

Algunos gestos positivos pueden ser:

- Mirar a los ojos.
- Sonreír distendidos.
- Demostrar con el cuerpo que lo escuchamos con atención, etc.

Estos demuestran interés y ganas de conectarnos. Si los usas:

¿Cómo se va a sentir la persona con la cuál estás hablando?

---

¿Te imaginás hablando con alguien que frunce el ceño, se pone serio y/o te rehuye la mirada? ¿Cómo te sentirías?

---

**Importante:**

- Los gestos suelen ocurrir en forma automática, casi sin darnos cuenta.
- Cuanto más los practiques mejor.
- Ensayarlos con amigos íntimos, familiares y/o tu terapeuta puede ser de mucha ayuda.

2. El modo con que decimos las cosas puede ser:

- Inseguro,
- Agresivo,
- Firme o asertivo

Y esto influye en como nos responden

**Modo inseguro**  
 Decimos lo que pensamos o queremos en voz baja, sin insistir o apenas lo insinuamos.

**Modo agresivo**  
 Decimos lo primero que se nos cruza por la cabeza, sin pensar bien las cosas, gritando y, muchas veces, insultando también.

**Modo asertivo**  
 Decimos lo que queremos, logrando que nos escuchen y respeten. Sin dejar de respetar a los demás.

Mirá lo que sucede cuando aplicamos los distintos modos.

Si el modo es:	AGRESIVO	INSEGURO	FIRME O ASERTIVO
Quien nos escucha puede sentirse:	Atacado	Poco comprometido	Comprometido
Y puede responder:	Defendiéndose y atacarnos	Haciendo lo que él quiere	Haciendo lo que le pedís.

A continuación tenés algunos ejemplos. ¿Cuál sería la respuesta más asertiva?

A Martina la invitaron al cine y no sabe como decirles que no quiere ir.

**A** NO SE, VEO Y TE LLAMO EN UN RATO ..



**B** PUÉDE SER, DÉJAME QUE LO PIENSE ..



**C** NO, GRACIAS. ME VOY A IR A DORMIR TEMPRANO PORQUE ESTOY CANSADA ..



Respuesta: .....

A Diego los chicos no lo dejan jugar a las escondidas:

**A** ¿POR QUÉ QUERÍAN JUGAR? LES COMPRENDE SE HACIENDO LOS BAMBOSOS. ¡¡¡ VAYAN A VER!



**B** YO QUERÍA JUGAR, Y CUANDO VISTEBA QUERÍAN NO LOS DEJO JUGAR CON MIS COSAS.



**C** ESTÁ BIEN, DESPUÉS SI TIENEN GANAS JUGÁBEME.



Respuesta: .....

**Nota:** Tomado de Gomar, M., Mandil, J. y Bunge, E. (2009). *Terapia cognitiva con niños y adolescentes. Aportes técnicos*. (2° ed.). Editorial Akadia

Figura 24  
 Ficha "Habilidades sociales" II

**Algunas claves para saber cuando ser asertivo**

¿Te interesa mucho?

¿Es la persona adecuada para pedirselo?

¿Es el momento para hacerlo?

¿Es justo mi reclamo?

¿Mi emoción es la adecuada para intentarlo?

¿Estoy en condiciones de mantener lo que digo?

**B.**

Decir cosas positivas (no criticar o hacerlo en forma constructiva)



Cuando nos sentimos atacados, los seres humanos solemos ponernos a la defensiva y cortamos la comunicación. Por eso, aunque sea bien intencionada, la crítica no es la mejor forma de iniciar una amistad o de profundizar una relación con la cual no tenemos demasiada confianza.

Se recomienda destacar en la conversación los aspectos positivos de:

- Las personas con las cuales interactuamos.
- Sus actividades e intereses.

Cuando criticamos, conviene hacerlo:

- Después de haber destacado algún aspecto positivo y;
- En forma constructiva, es decir, sugiriendo como se puede mejorar.

Algunos ejemplos:

- "Me gustó como lo marcaste a Cristian, pero sería bueno que la pases más cerca del área".
- "La letra de la canción está muy buena, pero quizás un estribillo más simple le daría más fuerza".
- "Tu remera está bárbara. ¿No estaría buena una pollera más liviana con este calor?"

**Hacerse respetar,  
respetando**

**Nota:** Tomado de Gomar, M., Mandil, J. y Bunge, E. (2009). *Terapia cognitiva con niños y adolescentes. Aportes técnicos*. (2° ed.). Editorial Akadia

Figura 25

Ficha "Habilidades sociales" III

C.

Escuchar activamente



Quiere decir oír demostrándole al otro que nuestro interés por lo que dice es completo.

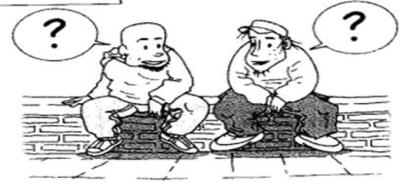
Para lograrlo es importante:

- Contestar sólo cuando el otro hace una pausa.
- Reflejar lo que creemos que siente la persona: "Eso te debe haber enojado mucho", "¡Te quisiste morir!", "¡Que alegría!".
- Repetir lo que dijo: decir con nuestras propias palabras el tema central de lo que el otro está contando: "Te enojó que Mati haya salido con los amigos", "Te jorobó que los pibes no te hayan incluido en el equipo".

- Cuando la persona con la cual hablamos siente que la escuchamos, también se siente aceptada.
- Aquel que se siente aceptado probablemente te acepte a vos.

D.

Hacer preguntas, interesarse por el otro



Las mejores conversaciones son aquellas en las cuales el tiempo que hablan las personas se reparte parejo. Para ayudar al otro a seguir la conversación es bueno hacer preguntas, como un periodista, que transmitan tu interés por la vida de la persona con la que conversás.

Suele ser adecuado:

- Preguntar primero acerca de temas generales para ir pasando, de a poco, a asuntos más personales.

Siempre chequeando que el otro se sienta cómodo: si nos respondió distendido, dando respuestas más o menos largas, desarrollando los temas, ¡adelante!

- Si se pone inquieto y nos dá "respuestas al paso" o cambia de tema, ¡Atención! volvamos a los temas más generales y meno comprometidos.

A medida que vas preguntando, casi seguro que salen algunos lugares, actividades, intereses y/o conocidos en común. Ahí podés contar sobre tus cosas, al principio dándole más espacio a aquellas que tenés en común con la persona con que conversás. A medida que salen más cosas en común... ¡buenísimo! La conversación se hará más fluida y natural.

Lo más complicado suele ser el comienzo, en el siguiente cuadro te damos algunas sugerencias.

**Nota:** Tomado de Gomar, M., Mandil, J. y Bunge, E. (2009). *Terapia cognitiva con niños y adolescentes. Aportes técnicos*. (2° ed.). Editorial Akadia

Figura 26

Ficha "Habilidades sociales" IV

Cosas que puedo preguntar para conocer a alguien

Preguntas principales	Preguntas que se desprenden de las principales
¿Como te llamás?	
¿Cuántos años tenés?	
¿Por donde vivís?	¿Con quién vivís? ¿Cerca de donde?
¿A qué colegio vas?	¿Cómo te va en el cole? ¿Siempre fuiste a ese colegio? ¿Qué tal es?
¿Conocés a...?	¿De dónde? ¿Sos amigo? ¿Y conocés también a...?
¿Jugás al fútbol, rugby, etc?	¿En dónde jugás? ¿Jugaste el fin de semana? ¿Cómo fué el partido?
¿Que hacés los fines de semana? ¿Vas a bailar? Vas al cine?	¿A qué lugar vas a bailar? ¿Está bueno? ¿Va mucha gente? ¿Qué películas te gustan?
¿Qué música escuchás? ¿Que otras cosas te gustan?	¿Conocés a tal grupo, de la misma onda? ¿Alguna vez hiciste...?
¿Chateás? ¿A qué jugás en la compu?	¿A qué nivel llegaste? ¿Cuándo te conectás?

Recordá las reglas de oro:

- Una buena conversación es un 50 y 50. Hacé preguntas, interesate para que el otro también aporte.
- La forma en que decís las cosas es tan importante como lo que expresas. Cuidá tus gestos, distendete, sonrei y mirá a los ojos.
- Escuchá activamente, resaltá lo positivo y evitá criticar.
- Quien se sienta aceptado probablemente te acepte.

**Nota:** Tomado de Gomar, M., Mandil, J. y Bunge, E. (2009). *Terapia cognitiva con niños y adolescentes. Aportes técnicos*. (2° ed.). Editorial Akadia

## Figura 27

### Texto “Iceberg”

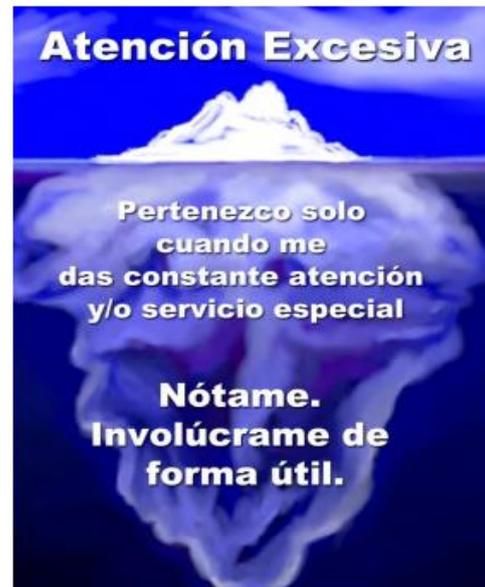
Existen dos tipos de programas de crianza. Aquellos que dependen de un locus de control externo (recompensas y castigos) que parecen funcionar temporalmente; y aquellos programas (como la Disciplina Positiva) que enseñan un locus de control interno —hacer lo correcto aun cuando nadie esté mirando

A muchos padres les cuesta dejar de lado los castigos y/o el permisivismo a menos que tengan otra alternativa. Una de las características de la Disciplina Positiva son la cantidad de herramientas de crianza (enseñadas de forma vivencial) que ayudan a los hijos a aprender auto disciplina, responsabilidad, cooperación y la creencia “yo soy capaz”. Estas habilidades y creencias les sirven a los niños por el resto de sus vidas, en todas sus relaciones interpersonales.



Disciplina Positiva es uno de los pocos programas de crianza que toman en cuenta la “creencia” detrás del comportamiento —la fuerza motivadora detrás de todo comportamiento. La mayoría de programas de crianza solo toman en cuenta el comportamiento. Es difícil que el comportamiento cambie a menos que la creencia sea abordada de manera que ayude al niño o niña a cambiar la misma primero.

Jane Nelsen  
Disciplina Positiva



**Nota:** Tomado de Lott, L. Nelsen, J. (2020). *Manual para el facilitador de talleres de disciplina positiva*. (7° ed). Positive Discipline Association

## Figura 28

### Ficha “Enunciados firmes y amables al mismo tiempo”

*Disciplina Positiva en la Familia*

*Lynn Lott y Jane Nelsen*

**Enunciados amables Y firmes al MISMO tiempo.**  
(Para padres)

(Valida sentimientos) **Sé que es difícil dejar de jugar Y es hora de la cena.**

(Muestra comprensión) **Puedo entender por qué prefieres ver TV en lugar de hacer los deberes Y el deber tiene que hacerse primero.**

(Re-direcciona) **Tú no quieres cepillarte los dientes Y yo no quiero que tengas caries. Hagamos carreras hasta el baño.**

(Seguimiento consecuente de un acuerdo previo) **Sé que no quieres hacer tus labores Y ¿cuál era nuestro acuerdo sobre las labores de la casa? (amable y silenciosamente espera por la respuesta)**

(Da una opción) **No quieres ir a la cama Y es hora de dormir. ¿Es tu turno o el mío para leer el cuento?**

(Una opción y luego seguimiento consecuente al decidir lo que tú harás) **Sé que quieres seguir jugando tu videojuego Y ya se terminó el tiempo. Puedes apagarlo ahora, o yo lo guardo en mi armario.**

**Nota:** Tomado de Lott, L. Nelsen, J. (2020). *Manual para el facilitador de talleres de disciplina positiva*. (7° ed). Positive Discipline Association

Figura 29

Cuadro de “Amable y Firme”

Amable	Firme

**Nota:** Elaboración propia

Figura 30

Imágenes de ladrillo, bola koosh y bloques flexibles



**Nota:** Tomado de Lott, L. Nelsen, J. (2020). *Manual para el facilitador de talleres de disciplina positiva*. (7° ed). Positive Discipline Association

Figura 31

Ficha "Registro de pensamientos"

**REGISTROS DE PENSAMIENTOS (\*)**

Situación	Pensamiento	Emoción	Conducta	Respuesta al pensamiento
				
				

**Nota:** Tomado de Tomado de Gomar, M., Mandil, J. y Bunge, E. (2009). *Terapia cognitiva con niños y adolescentes. Aportes técnicos*. (2° ed.). Editorial Akadia

Figura 32

Ficha "Hacer vs No Hacer"

**Hacer vs. No hacer**



**En vez de decir a sus hijos lo que NO pueden hacer, sugiérales lo que SÍ pueden hacer.**

- 1) En vez de decir "No golpees", diga "Toca suavemente" y haga una demostración.
- 2) En vez de decir "No corras por la casa", diga "Camina por favor".
- 3) En vez de decir "No toques la lámpara", diga "Puedes jugar con las ollas".
- 4) En vez de decir "No peleen", diga "Afuera" u "Hora de los abrazos".

Citas de los libros de Disciplina Positiva © Jane Nelsen 18

**Nota:** Tomado de Lott, L. Nelsen, J. (2020). *Manual para el facilitador de talleres de disciplina positiva*. (7° ed.). Positive Discipline Association

Figura 33

Texto “9 pasos para reuniones familiares eficaces”

- Disciplina Positiva en la Familia* *Lynn Lott y Jane Nelsen*
- ### 9 Pasos para reuniones familiares efectivas
1. **Introducción:** “Vamos a tener nuestra primera reunión familiar. Vamos a leer estos pasos y practicar cada uno hasta que todos los conozcamos lo suficientemente bien para tener reuniones familiares sin leerlos.”
  2. **Objeto de la palabra:** “Este objeto se pasará alrededor para ayudarnos a recordar que solo una persona puede hablar a la vez y que todos tienen un turno. ¿Quién quiere empezar con el punto No. 3?” (Si los niños son lo suficientemente mayores pueden turnarse leyendo los pasos.)
  3. **Apreciaciones o reconocimientos:** “Cada uno de nosotros va a compartir una cosa que apreciamos de cada miembro de la familia. Yo voy a empezar: Quisiera agradecer a \_\_\_\_\_ por \_\_\_\_\_.” (Reconoce o agradece a cada miembro de la familia y luego pide a los demás que hagan lo mismo.)
  4. **Agenda de la reunión familiar:** “La agenda se va a ubicar en la puerta del refrigerador para que todos puedan escribir los problemas durante la semana. **Se habrán fijado que ninguno está vestido y listo para salir a tiempo en la mañana**, está escrito en la agenda para que practiquemos la resolución de problemas.”
  5. **Enseña el enfoque en soluciones y a hacer lluvia de ideas:** “Una lluvia de ideas significa pensar en tantas soluciones como podamos. Todas las ideas están bien (incluso las graciosas). Vamos a escribir cada idea sin discusión. Practiquemos con este problema. ¿Quién quiere ser nuestro escribano y escribir cada sugerencia?” (Si tus hijos son pequeños, tú puedes hacer este trabajo.)
  6. **Allenta a los niños para empezar:** “¿Quién quiere empezar con alguna idea loca y descabellada?” (Si nadie habla, podrías necesitar dar inicio con algunas ideas descabelladas y algunas más prácticas, diciendo: “¿Qué tal salir en pijamas o que quienes no están listos irán caminando?” Permite el silencio. Si alguien no está de acuerdo con alguna idea di: “Por ahora solo estamos haciendo una lluvia de ideas de soluciones. Todas las ideas se van a escribir.” (Asegúrate de tener al menos 4 sugerencias. Si son 6 mucho mejor.)
  7. **Usa las 3 Rs y la U para verificar las soluciones propuestas:** Las soluciones alentadoras deben ser: (1) Relacionadas, (2) Razonables, (3) Respetuosas y (4) Útiles. “¿Quién puede ver alguna solución que deba eliminarse porque no es relacionada, razonable, respetuosa o útil? Nuestro escribano las tachará después de discutir las razones.”
  8. **Escoge la solución:** “¿Queremos limitarnos a una sola solución que sea aceptable para todos o intentamos con más de una? Podemos evaluar cómo la solución o soluciones funcionaron durante nuestra siguiente reunión, en una semana.”
  9. **Actividad divertida:** “Vamos a turnarnos para escoger una actividad para el final de cada reunión familiar. Para esta noche he escogido el juego Caras y gestos. ¿Quién será voluntario para decidir la actividad divertida de la próxima semana?”

**Nota:** Tomado de Lott, L. Nelsen, J. (2020). *Manual para el facilitador de talleres de disciplina positiva*. (7° ed). Positive Discipline Association

Figura 34

Cuadro de problema y soluciones con alternativas eficaces

<p style="color: blue; font-weight: bold; font-size: 1.2em;">1</p> <p style="text-align: center; color: blue;">Niño/a de 7 años, quisquilloso para la comida, sentado a la mesa: "Odio el estofado de carne. ¡No lo voy a comer!"</p>	<p style="color: red; font-weight: bold; font-size: 1.2em;">2</p> <p style="text-align: center; color: red;">Niño/a de 4 años y su madre regresan caminando a casa del parque. El niño quiere parar en la casa de su amigo. Mamá le dice que deben ir a casa. El niño arma una rabieta en la acera.</p>	<p style="color: purple; font-weight: bold; font-size: 1.2em;">3</p> <p style="text-align: center; color: purple;">Mamá y sus amigos en la sala intentan mantener una conversación mientras el hijo/a interrumpe constantemente haciendo ruidos, preguntas y cantando.</p>
<p style="color: blue; font-weight: bold; font-size: 1.2em;">SOLUCION</p> <p>👉 Lleva al niño de la mano y continúa caminando</p> <p>👉 ¿Prefieres caminar al carro o que yo te cargue?</p>	<p style="color: red; font-weight: bold; font-size: 1.2em;">SOLUCION</p> <p>👉 Retira la comida de la mesa</p> <p>👉 ¿Te gustaría hacerte un <u>sánduche</u> o esperar el desayuno para comer?</p>	<p style="color: purple; font-weight: bold; font-size: 1.2em;">SOLUCION</p> <p>👉 Frota la espalda del niño ignorando el comportamiento</p> <p>👉 ¿Prefieres jugar aquí en silencio o en tu cuarto?</p>

**Nota:** Tomado de Lott, L. Nelsen, J. (2020). *Manual para el facilitador de talleres de disciplina positiva*. (7° ed). Positive Discipline Association

Figura 35

Texto “Comunicar con firmeza”

- Establece las expectativas claramente:  
“Tan pronto como termines \_\_\_\_\_, entonces podrás \_\_\_\_\_”
- Responde con una pregunta:  
“¿Quieres hacerlo tú solo/a o quieres/necesitas mi ayuda?”
- Indica una regla o condición ya establecida:  
“Es la hora de la ducha.”
- Revisa el conocimiento o entendimiento del niño:  
“¿Qué necesita pasar antes de que puedas \_\_\_\_\_?”
- Invita a la cooperación:  
“Necesito tu ayuda...¿cuál se te ocurre que sea la mejor manera de ayudarme en este momento?”
- Opciones limitadas:  
“Prefieres ¿poner la mesa o alimentar al perro?”  
“¿Te gustaría vestirme en este momento o llevar tu ropa en una bolsa camino a la escuela?”
- Di lo que deseas:  
“Quiero que te quedes a mi lado mientras hacemos las compras.”
- Negocia un acuerdo:  
“Si lo permito \_\_\_\_\_, tú cuándo \_\_\_\_\_?”
- Seguimiento consecuente:  
“Es hora de \_\_\_\_\_, ahora.”  
“¿Cuál era nuestro acuerdo?” – luego espera su respuesta.  
No discutas, simplemente repite de forma calmada la palabra principal, “ahora” o señala tu reloj.

**Nota:** Tomado de Lott, L. Nelsen, J. (2020). *Manual para el facilitador de talleres de disciplina positiva*. (7° ed). Positive Discipline Association

Figura 36

Texto reflexivo

El comportamiento desalentador por parte de los adultos puede invitar a la rebelión o a una dependencia poco saludable de los niños, previniendo que se sientan capaces. El comportamiento desalentador incluye el rescatar, el sobreproteger y el controlar. El comportamiento alentador de parte de los adultos invita a los niños a aprender habilidades de vida que necesitan para tener poder sobre sus propias vidas y el goce de contribuir con los demás. El comportamiento alentador significa confiar en que ellos se recuperarán de sus errores en un ambiente de aliento y apoyo emocional

**Nota:** Tomado de Lott, L. Nelsen, J. (2020). *Manual para el facilitador de talleres de disciplina positiva*. (7° ed). Positive Discipline Association

## Figura 37

### Enunciados alentadores y desalentadores

<i>Disciplina Positiva en la Familia</i>	<i>Lynn Lott y Jane Nelsen</i>	<i>Disciplina Positiva en la Familia</i>	<i>Lynn Lott y Jane Nelsen</i>
<b>Enunciados empoderadores para niños de 6-12 años</b>		<b>Enunciados desalentadores para niños de 6-12 años</b>	
1. (Muestra confianza recordándole al niño/estudiante lo que puede hacer.) "Sé que sabes dónde va la bicicleta. Gracias por guardarla ahora."		1. "¿Cuántas veces tengo que decirte que no dejes tu bicicleta tirada en la calle?"	
2. (Pregunta de curiosidad) "¿Qué necesitas hacer para que tu equipo deportivo esté seguro?"		2. "¡Te portas así todos los días! ¿Qué te pasa?"	
3. (En primer lugar valida sentimientos) "Es difícil recordar las cosas que no están en tu lista de prioridades. Con gusto te lo puedo recordar una vez."		3. "No me importa lo que quieres. Haz lo que te pido ahora."	
4. (Tan pronto como _____) "Tan pronto como tus labores estén terminadas te puedo llevar al partido."		4. "No te preocupes, no importa. Lo harás más tarde."	
5. (Revisa el conocimiento o comprensión del niño.) "¿Qué debería estar pasando ahora?"		5. "Como no eres capaz de ser más responsable estás castigado sin salir."	
6. (Invita a la cooperación y da una opción.) "Necesito tu ayuda. ¿Quieres hacer tus labores ahora mismo o en 30 minutos?"		6. "Voy a poner la alarma en 10 minutos y tus labores deben estar terminadas para cuando suene."	
7. (Conexión antes que corrección) "No sé lo que haría sin tu ayuda. Apreciaría cualquier cosa que puedas hacer."		7. "Estoy cansado/a de repetirte las cosas."	
8. (Te quiero Y [di lo que quieres/necesitas].) "Te quiero Y necesito que hagas esto ahora."		8. "Está bien. Yo lo haré esta vez."	
9. (Usa lenguaje no verbal.) Pon una mano suave sobre su hombro y luego lleva al niño de la mano, señala lo que debe hacerse y sonríe con una mirada de "ya sabes".		9. "¿Por qué no puedes escuchar y simplemente hacer lo que te pido?"	
10. (Da poder) "¿Quieres programar la alarma con el tiempo que te tomará tener esto listo?"		10. "¡Si no quieres que tire tus cosas mas te vale recogerlas en este instante!"	
11. (Conecta y redirecciona.) "Es más divertido hacerlo juntos. ¿En qué quieres que te ayude y tú qué harás?"		11. "¿Por qué esperas que haga todo por ti cuando tú no haces nada por mí?"	

**Nota:** Tomado de Lott, L. Nelsen, J. (2020). *Manual para el facilitador de talleres de disciplina positiva*. (7° ed). Positive Discipline Association.

## Figura 38

### Texto "Consentir genera debilidad"

#### Consentir genera debilidad en los niños

Probablemente hayas escuchado la historia del niño que sintió lástima por la mariposa que intentaba salir de su crisálida. Él decidió ayudarla y salvarla de tanto esfuerzo y sufrimiento. Así que peló con cuidado la crisálida para que la mariposa pueda salir. El pequeño estaba muy emocionado por ver a la mariposa abrir sus alas y volar hacia el cielo. Luego se horrorizó al ver que la mariposa caía al suelo y moría ya que no tenía la fuerza muscular suficiente para volar. Al igual que el niño, los padres, a menudo (en nombre del amor) quieren proteger a los hijos de tanto esfuerzo. No se dan cuenta que sus hijos necesitan ese esfuerzo para lidiar con la decepción, para resolver sus propios problemas y así desarrollar sus músculos emocionales y las habilidades necesarias para sufrimientos más grandes que podrán encontrar a lo largo de su vida. Los niños necesitan desarrollar la creencia "Yo soy capaz" para ser exitosos en la vida. Los niños no desarrollan esta creencia al escuchar a sus padres repetirles que son capaces y que sí pueden. Necesitan muchas experiencias para practicar su capacidad. Demasiados padres les están quitando sus hijos estas oportunidades, todo en nombre del amor. ¿Sabían que algunos de sus vecinos visten a sus hijos de dos y hasta de seis años de edad por las mañanas? Y, ¿Por qué creen ustedes que hacen esto? Todos lo saben, porque les ahorra tiempo y porque así los niños se ven mejor. Sus ropas combinan. Lo que sus vecinos necesitan preguntarse a sí mismos es: "¿Qué es más importante, la conveniencia, verse bien o que mis hijos aprendan a sentirse capaces y competentes?" Sus vecinos necesitan darse cuenta que cuando visten a sus hijos por la mañana les están quitando la oportunidad de desarrollar habilidades y percepciones de capacidad. Lo primero que estos padres pueden hacer es crear una insignia para que sus hijos la use que diga: "Me vestí solo/a esta mañana." Luego podrían tomarse un tiempo para el entrenamiento, asegurar que sus hijos sepan cómo vestirse solos (y darse cuenta que a veces a los niños no les importa si sus zapatos están en el pie equivocado o si su camiseta está al revés).

Jane Nelsen

Disciplina Positiva

**Nota:** Tomado de Lott, L. Nelsen, J. (2020). *Manual para el facilitador de talleres de disciplina positiva*. (7° ed). Positive Discipline Association.

Figura 39

Texto "Consentir genera debilidad"



**Nota:** Tomado de Lott, L. Nelsen, J. (2020). *Manual para el facilitador de talleres de disciplina positiva*. (7° ed). Positive Discipline Association.

Figura 40

Ficha de órdenes y preguntas

*Disciplina Positiva en la Familia*

*Lynn Lott y Jane Nelsen*

*Disciplina Positiva en la Familia*

*Lynn Lott y Jane Nelsen*

Padres de niños de 3 a 12 (Órdenes)

Padres de niños de 3 a 12 (Preguntas)

1. Ve a lavarte los dientes o se te llenará la boca de caries.
2. No te olvides tu abrigo.
3. Anda a la cama, ¡ahora!
4. Haz tu deber.
5. Deja de pelear con tu hermano.
6. Pon tus platos en el lavabo.
7. Apúrate vistiéndote, o vas a perder el bus.
8. Deja de quejarte. Me estás volviendo loco/a.
9. Recoge tus juguetes o se los voy a dar a los niños que no tienen ninguno.

1. ¿Qué necesitas hacer para que tus dientes estén limpios?
2. ¿Qué necesitas usar para que no te de frío afuera?
3. ¿Qué sigue en tu rutina de la noche?
4. ¿Cuál es tu plan para hacer los deberes?
5. ¿Cómo pueden resolver este problema tu hermano y tú?
6. ¿Qué decidimos, en la reunión familiar, que haríamos con nuestros platos cuando terminemos de comer?
7. ¿Cuál es tu plan para llegar a la parada del bus a tiempo?
8. ¿Qué palabras puedes usar para que yo te pueda escuchar?
9. ¿Cuál es tu responsabilidad cuando has terminado de jugar con tus juguetes?

**Nota:** Tomado de Lott, L. Nelsen, J. (2020). *Manual para el facilitador de talleres de disciplina positiva*. (7° ed). Positive Discipline Association.

Figura 41  
Técnica REPESA

Lista Debería / No debería	Lista Reconocer, Permitir, soluciones aceptables
No te sientes así realmente.	Reconoce el enojo:
Tú sabes que no es bonito sentirse así.	Me parece que estás muy enojado/a.
Bueno, ¿y qué hiciste?	Permite el enojo:
Deberías querer a tu (hermano/a, amigo/a, papá, mamá).	Todos tienen derecho a tener sentimientos.
No quiero escucharte hablar así otra vez.	No te culpo. Yo me siento enojado/a muchas veces.
Puedes irte a tu habitación hasta que seas capaz de hablar como gente decente.	Soluciones aceptables:
	¿Quieres golpear una almohada?
	¿Quieres gritar al oso de peluche?
	¿Quieres saltar en el patio de la casa?

**Nota:** Tomado de Lott, L. Nelsen, J. (2020). *Manual para el facilitador de talleres de disciplina positiva*. (7° ed). Positive Discipline Association.

Figura 42  
Imágenes de ejemplo “rincón de la calma”



**Nota:** Tomado de Lott, L. Nelsen, J. (2020). *Manual para el facilitador de talleres de disciplina positiva*. (7° ed). Positive Discipline Association.

Figura 43

Ejemplo de "Rueda de opciones para la ira"

Rueda de opciones para el enojo

Rueda de opciones



**Nota:** Tomado de Lott, L. Nelsen, J. (2020). *Manual para el facilitador de talleres de disciplina positiva*. (7° ed). Positive Discipline Association.

## Anexo C. Consentimiento informado

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

El propósito de esta ficha de consentimiento informado es solicitar su autorización para utilizar la evaluación e intervención realizada a su menor hijo/a en un estudio de caso hecho por Patricia Angelina Chávez Bravo de la Universidad San Martín de Porres Facultad de Psicología, la meta de este estudio de caso es la obtención del grado de Licenciatura en Psicología.

La información será confidencial y solo será utilizada para fines de este estudio de caso. Desde ya agradezco su participación.

---

Firma del padre/apoderado

Yo \_\_\_\_\_ padre/madre/apoderado, autorizo a utilizar los datos de la evaluación e intervención realizadas a mi menor hijo/a para el presente estudio de caso, hecho por Patricia Angelina Chávez Bravo. He sido informado/a de que la meta de este estudio de caso es la obtención del grado de Licenciatura en Psicología.

**Reconozco que la información que yo brinde es confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de los de este estudio sin mi consentimiento. Asimismo, puedo hacer preguntas sobre la investigación en cualquier momento.**

**Entiendo que puedo pedir información sobre los resultados de este estudio de caso cuando este haya concluido.**

---

Firma del padre/apoderado

---

Fecha

### ASENTIMIENTO INFORMADO

Tu participación para esta investigación es libre y voluntaria, es decir, es la decisión de tus padres y tuya si participas o no de esta investigación. También es importante que sepas que si estabas participando y tus padres y tú no quieren continuar en el estudio, no habrá problema y nadie se enojará, o si no quieres responder a alguna pregunta en particular, tampoco habrá problema. Si no participas o si dejas de participar en algún momento de esta investigación, igualmente seguirás recibiendo el acompañamiento que necesites, por parte de tu psicóloga Patricia. La información que tengamos de ti será un secreto. Esto quiere decir que no diremos a nadie tus respuestas/resultados de estudios (sólo lo sabrán las personas que forman parte del equipo de este estudio. Tus padres también podrán saberlo, en algún momento de la investigación. Si aceptas participar, te pido que por favor pongas una X en el cuadro de abajo que dice “Sí quiero participar” y escribe tu nombre. Si no quieres participar, no pongas ninguna X, ni escribas tu nombre.

Sí quiero participar

Nombre y apellido: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

Nombre y apellido y firma de la persona que obtiene el asentimiento:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Nombre y apellido y firma del padre y/o la madre que presta su consentimiento.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_