

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA

**DISERTACIÓN PREVIA A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE PSICÓLOGO
EDUCATIVO**

**“MANUAL DE HABILIADES SOCIALES PARA EL MANEJO DE CONDUCTAS
VIOLENTAS, TRABAJO REALIZADO CON PRACTICANTES DE ARTES
MARCIALES MIXTAS DE LA CIUDAD DE QUITO, AÑO 2021”**

AUTOR: ANDRÉS SANTIAGO CALDERÓN AGUIRRE

DIRECTOR: Mtr. ERNESTO FLORES

QUITO, AGOSTO, 2021

DEDICATORIA:

A mi madre, quién supo brindarme su apoyo incondicional en mi proceso de formación académica, este tiempo de aprendizaje ha tenido altos y bajos, sin embargo, sin el apoyo incondicional de la persona que me trajo al mundo, este trabajo, no hubiera llegado a cumplirse.

A la sociedad ecuatoriana, ya que ningún acto por más pequeño que nos parezca pasa desapercibido en los infinitos azares de la vida, por lo que al materializar este trabajo y en las condiciones actuales de la pandemia mundial a causa del virus SARS-CoV-2, y al ser declarada una grave crisis sanitaria en el año 2019 por la OMS, este trabajo va dedicado a la memoria colectiva de nuestro país.

AGRADECIMIENTOS

Quiero agradecer a mi familia por haberme apoyado en todo momento con las decisiones que he tomado hasta el día de hoy para incorporarme al área que optado para la vida profesional. Sobre todo, por enseñarme el valor del trabajo y la importancia, que este tiene, en la vida de las personas.

A Ernesto Flores por haber sido un apoyo fundamental y guía en el desarrollo del presente trabajo, por su capacidad de llegar a las demás personas con el uso de la palabra y destacar sobre todo el valor que representa la cognición humana en la vida de las personas, en las aulas, en los pasillos, con la comunidad en los distintos espacios de convivencia.

Un agradecimiento muy especial a los docentes de la PUCE por los conocimientos brindados durante mis años de formación académica, por la paciencia y vocación con que desarrollan su trabajo para el beneficio y progreso de la comunidad, sobre todo en momentos donde los lazos relacionales atraviesan una crisis de distanciamiento social. A Ivonne Andrade mi especial gratitud por manejar los senderos de la Educación y la Psicología encontrando siempre un instante para encaminar al ser humano, en un momento de aprendizaje.

A la distinguida Pontificia Universidad Católica del Ecuador, de la cual me siento orgulloso de haber sido parte durante los últimos cinco años de formación, acompañado de buenos aprendizajes, compañerismo, pero sobre todo por haberme brindado todas las facilidades y recursos para desarrollar mis destrezas profesionales.

TABLA DE CONTENIDOS

<i>Resumen</i>	VI
<i>Abstract</i>	VI
CAPÍTULO 1	1
MARCO INTRODUCTORIO	1
1.1 Título	1
1.2 Datos de la organización o institución.....	1
1.3 Justificación.....	1
1.4 Antecedentes.....	2
1.5 Objetivos.....	4
1.6 Consideraciones éticas.....	5
CAPÍTULO 2	6
MARCO TEÓRICO	6
2.1 Inteligencia y educación	6
2.2 Inteligencia emocional.....	8
2.2.1 Inteligencia interpersonal.....	11
2.2.2 Habilidades Cognitivas	14
2.2.2.1 Modelo de Spivak y Shure:.....	16
2.3 Habilidades sociales:	17
2.3.1 Habilidades sociales según el enfoque de EEUU	19
2.3.2 Habilidades sociales según el enfoque europeo.....	20
2.3.3 Desarrollo de la moral.....	21
2.4 Fenómeno de la agresión y violencia	24
2.4.1 Agresión.....	24
2.4.2 Violencia.....	28
2.5 Neurofisiología de las emociones.....	33
2.5.1 Teoría de William James y Carl Lange.....	35
2.5.2 Teoría de Walter Cannon y Philip Bard.....	36
2.5.3 Estructuras Neuroanatómicas de la emoción	37
2.5.4 Circuito de Papez	39
2.5.5 Amígdala.....	41

<i>CAPÍTULO 3</i>	44
<i>MARCO METODOLÓGICO</i>	44
3.1 Fase diagnóstica.....	44
3.1.1 Metodología.....	44
3.1.2 Participantes.....	44
3.1.3 Instrumentos.....	45
3.1.4 Procedimiento	46
3.1.5 Resultados.....	46
3.1.5.1 Cuantitativos	46
3.1.5.2 Cualitativos	51
3.2 Elaboración de la Guía – Manual	53
3.2.1 Objetivos del proyecto	53
3.2.2 Hipótesis	54
3.2.3 Precondiciones o supuestos.....	54
3.2.4 Fuentes de verificación	55
3.2.5 Medios o insumos	55
3.2.6 Matriz del marco lógico.....	57
3.2.7 Presupuesto	59
3.2.8 Sostenibilidad.....	59
3.2.9 Monitoreo.....	60
3.2.10 Evaluación.....	60
3.2.11 Cronograma.....	60
<i>CONCLUSIONES</i>	62
<i>RECOMENDACIONES</i>	64
<i>BIBLIOGRAFÍA</i>	65
<i>ANEXOS</i>	68
Anexo 1: Protocolo de Consentimiento Informado	69
Anexo 2: Ficha de datos sociodemográficos	71
Anexo 3: Transcripciones de entrevistas	72
Anexo 4: Evaluación.....	82
Anexo 5: Guía – Manual.....	83

TABLA DE FIGURAS

Tabla 1: La Organización.....	1
Tabla 2: Matriz de Marco Lógico	57
Figura 1. Teoría de la emoción de James-Lange.	36
Figura 2: Teoría de la emoción de Cannon-Bard.....	37
Figura 3: Esquema del circuito de Papez.....	40
Figura 4: Circuito de Papez, además de nuevos descubrimientos planteados luego de su propuesta original.....	41
Figura 5: Puntuaciones subescala I. (EHS) Escala de Habilidades Sociales.	47
Figura 6: Puntuaciones subescala II. (EHS) Escala de Habilidades Sociales.....	47
Figura 7: Puntuaciones subescala III. (EHS) Escala de Habilidades Sociales.....	48
Figura 8: Puntuaciones subescala IV. (EHS) Escala de Habilidades Sociales.	48
Figura 9: Puntuaciones subescala V. (EHS) Escala de Habilidades Sociales.....	49
Figura 10: Puntuaciones subescala VI. (EHS) Escala de Habilidades Sociales.	49
Figura 11: Puntuaciones globales, (EHS) Escala de Habilidades Sociales.....	50
Figura 12: Puntuaciones de todas las subescalas, (EHS) Escala de Habilidades Sociales.	51

Resumen

El presente trabajo estudia la relación entre la inteligencia interpersonal o también llamada habilidad social y las conductas violentas. El fin del presente estudio es elaborar una guía que sirva para el manejo emocional. Se llevó a cabo en la ciudad de Quito en el año 2021, con deportistas del equipo “MMA El Valle Team” Se revisó la teoría sobre Inteligencia Interpersonal, Habilidades Sociales y el funcionamiento neurofisiológico de las Emociones. Los instrumentos utilizados para el diagnóstico fueron: una ficha de datos sociodemográficos, para la valoración cuantitativa el test estandarizado (EHS) Escala de Habilidades Sociales y finalmente para la apreciación cualitativa, se llevó a cabo la técnica de la entrevista.

Abstract

The present work studies the relationship between interpersonal intelligence or also called social skills and violent behaviors, with the results a guide was elaborated for develop skills in the emotional management area of the group. It was held in the city of Quito in 2021, with athletes from “MMA El Valle Team” A theoretical review was carried out on Interpersonal Intelligence, Social Skills and the neurophysiological functioning of emotions. The instruments used for the diagnosis were: a sociodemographic data sheet, for the quantitative assessment was used (EHS) Social Skills Scale and finally for the qualitative assessment, it was necessary to apply the interview technique to several active fighters on the team.

CAPÍTULO 1

MARCO INTRODUCTORIO

1.1 Título

Manual de habilidades sociales para el manejo de conductas violentas. Trabajo realizado con practicantes de Artes Marciales Mixtas de la ciudad de Quito, año 2021.

1.2 Datos de la organización o institución

Tabla 1:

La Organización

Nombre	Mixed Martial Arts “El Valle team”
Actividad	Gimnasio de Artes Marciales.
Ubicación	Av. América y Abelardo Moncayo Quito.
Características	MMA el Valle team cuenta con conocimientos en Artes Marciales, a la par, combina ejercicios funcionales para un mejor rendimiento y resultados óptimos en sus atletas.
Contexto	Para el diagnóstico, la información se recogió en el marco de trabajo denominado “focus group” todos son deportistas activos del gimnasio. Con los resultados obtenidos se diseñó un Manual de Habilidades Sociales para el manejo de conductas que podrían entenderse cómo agresivas o violentas.

1.3 Justificación

La presente disertación estudia las habilidades sociales de artistas marciales, en vista que existe poca investigación acerca del tema en los practicantes que residen actualmente en la ciudad de Quito. Las razones sociales para este estudio son brindar pautas para la

sociabilización y comunicación asertiva de dicho grupo. En teoría, las habilidades sociales sirven para mejorar la calidad de vida de las personas y las relaciones con otros. Según Dongil y Cano (2014), las habilidades sociales se pueden definir como un conjunto de capacidades y destrezas interpersonales que nos permiten relacionarnos con otras personas de forma adecuada, siendo capaces de expresar nuestros sentimientos, opiniones, deseos o necesidades en diferentes espacios.

El tema es importante a nivel personal teniendo en cuenta que he estado relacionado con la práctica marcial por ocho años, lo cual me ha permitido evidenciar las interacciones sociales que se presentan en el contexto deportivo y también el manejo de las relaciones interpersonales. El tema es útil en vista que responde a la necesidad de reflexionar sobre el relacionamiento social en la población de artistas marciales ecuatorianos, para que se beneficien de esta investigación y que la representación deportiva, pueda obtener los mejores resultados a nivel competitivo y, por ende, nuestro país destaque en este deporte. La disertación aporta al desarrollo integral del ser humano al mejorar las habilidades de relacionamiento social, para expresar las ideas o pensamientos de manera asertiva.

Teniendo en cuenta la actual pandemia, existen condiciones adversas para los gimnasios deportivos y el ejercicio físico, pero la presente investigación es factible, ya que la organización seleccionada para desarrollar el tema ha crecido en los últimos años y cada vez existen más personas que respaldan su trabajo y se continúa con la organización de eventos. La disertación busca obtener un diagnóstico del relacionamiento social de los practicantes y construir una guía para el manejo adecuado de las conductas emocionales.

1.4 Antecedentes

El presente tema de disertación se realiza con deportistas vinculados al mundo de las Artes Marciales Mixtas en Quito. Dicha disciplina es prácticamente nueva, tanto a nivel nacional como mundial; se centra especialmente en practicantes de género masculino con experiencia en deportes de contacto como, por ejemplo: la Lucha Greco–Romana, el Wrestling popular en Norte América, el Boxeo, el Kick boxing, el Judo, el Jiujitsu brasileño, entre otros. Las siglas MMA en inglés, Mixed Martial Arts, y en español Artes Marciales Mixtas, son el conjunto de varias disciplinas combinadas en una sola modalidad de combate, cuyo fin busca evidenciar cuál es la disciplina más efectiva al momento de la competencia.

Teniendo en cuenta la peligrosidad y el profesionalismo de la actividad, la presente disertación trabajará con los grupos de edad situados entre 18 y 35 años, ya que por las consecuencias de dicha práctica se debe velar por el cuidado de los niños y adolescentes como sostiene la Constitución de la República del Ecuador (2008). La mayoría de los practicantes se han destacado a nivel competitivo, llegando a obtener fama nacional y serán ellos los beneficiarios de este proyecto de disertación. La principal actividad ocupacional de los artistas marciales, en la actualidad, es en calidad de entrenadores en varios gimnasios de la ciudad de Quito, trabajan ocho horas diarias y sirven de guía para las personas interesadas en aprender un arte marcial “desde cero”. Eventualmente trabajan en eventos para empresas privadas en donde ponen en práctica sus destrezas como peleadores.

En años anteriores, la práctica deportiva se realizaba en las distintas federaciones deportivas ubicadas en cada provincia del país y se organizaban competiciones anuales para definir a los campeones nacionales y representantes a nivel internacional. Sin embargo, desde el año 2000 se evidencia un fenómeno en el cual los deportistas optaron por abrir gimnasios de carácter privado y obtuvieron mejores ingresos para sus familias y además una mejor calidad de vida, hasta llegar a la actualidad, en donde existe una variedad de opciones que se ofertan como servicios deportivos para planes de entrenamiento con distintos propósitos y además promueven la salud física.

A nivel nacional existen pocas investigaciones sobre el tema y las que se han realizado en los últimos años pertenecen al ámbito de la administración de negocios. En este sentido Ramírez (2016) llega a la siguiente conclusión: “Las artes marciales mixtas constituyen un deporte de alto crecimiento a nivel mundial y se identifican como una oportunidad atractiva para generar una empresa” (p.163). Por ello a nivel local es necesario mejorar la calidad de vida de los atletas con miras a enfrentar diferentes retos que se presenten en las competencias nacionales e internacionales.

En el contexto mexicano, el trabajo realizado por Cifuentes (2015) en el área de Psicología Clínica señala que la mayoría de los practicantes de Artes Marciales Mixtas no puntúan alto en lo referente a los niveles de violencia y que más bien la práctica constante y entrenamiento facilita condiciones para el manejo adecuado en lo relacionado a la personalidad, como se describe a continuación (Cifuentes, 2015):

Se logró desmentir el estereotipo de los practicantes de Artes Marciales Mixtas, el cual refiere que los deportistas de este tipo son personas que manifiestan niveles altos de agresividad; mediante el establecimiento de los niveles de agresividad de los sujetos, al obtener puntuaciones en su mayoría bajas (p.63).

Por lo anterior descrito, el presente trabajo de disertación toma en cuenta los hallazgos de la investigación de Cifuentes y otros investigadores para compararlos en el contexto de la presente investigación, ya que las conductas violentas y agresivas se presentan de diferente manera en los distintos países y hay que tener en cuenta las diferencias de los contextos y las características propias de estos ambientes, ya que para surgir la violencia deben ocurrir fenómenos característicos en cada cultura, sin embargo, existen patrones determinantes que nos acompañan como seres humanos como se analiza en el marco teórico.

Las razones de las conductas violentas son varias y de la misma manera es necesario identificar qué tipo de conductas son agresivas y cuáles son violentas como se explicará a continuación con la finalidad de abordar el tema desde una perspectiva que impulse el uso de habilidades sociales en los participantes. Con ello dispondrán de recursos psicológicos en la práctica deportiva y también en la vida cotidiana, además, se busca que sean ellos quienes, gestionen sus conductas para convertirse en personas socialmente hábiles y cuenten con mejores estrategias para enfrentar el estrés.

1.5 Objetivos

Objetivo general:

Elaborar un manual de Habilidades Sociales para el manejo de conductas agresivas o violentas en practicantes de Artes Marciales Mixtas de la ciudad de Quito, con la finalidad de mejorar el relacionamiento social.

Objetivos específicos:

- Revisar las distintas posturas teóricas respecto a la inteligencia humana.
- Revisar teóricamente la forma en que las Habilidades Sociales influyen en el manejo de las relaciones interpersonales.
- Examinar el funcionamiento neurofisiológico de las emociones.
- Realizar un diagnóstico sobre el nivel de aserción en habilidades sociales en los practicantes de Artes Marciales Mixtas.

1.6 Consideraciones éticas

Para realizar el proyecto se informa a los participantes acerca de los objetivos y alcances que tiene la investigación en lo referente a las Habilidades Sociales, para ello se aplica el protocolo de consentimiento informado, así se cumple con la normativa ética en donde la participación de las personas se realiza de manera voluntaria con la libertad de decidir abandonar o retirarse de la investigación el momento que lo considere pertinente. Al firmar el consentimiento informado los participantes conocen acerca de la confidencialidad en el manejo de los datos y que no existiría vulneración a su identidad ya que las pruebas se manejan con códigos que no revelan ni ponen en riesgo la identidad de los participantes del estudio.

Para la fase diagnóstica se utiliza el Test estandarizado Escala de Habilidades Sociales propuesto por Gismero (2010) compuesto por 33 ítems, 28 de los cuales están redactados en el sentido de falta de aserción o poco manejo de las Habilidades Sociales, los cinco restantes están redactados en sentido positivo, los instrumentos fueron adquiridos en la casa editorial responsable de la distribución en Ecuador y respeta los respectivos derechos de publicación de la autora mencionada con anterioridad, los instrumentos pueden ser aplicados de forma individual o colectiva, el ámbito de aplicación del instrumento está destinado para adolescentes y adultos, el tiempo estimado en la aplicación del test es de 10 a 15 minutos y su finalidad es la evaluación de la aserción y las habilidades sociales.

CAPÍTULO 2

MARCO TEÓRICO

2.1 Inteligencia y educación

El papel de la educación en la sociedad es fundamental en su desarrollo y avance por la necesidad de enfrentar diversos escenarios actuales que requieren de la guía y acompañamiento de educadores para trazar los nuevos lineamientos de convivencia que buscan condiciones favorables para todos los miembros que conforman una sociedad, el tema de la inteligencia no es ajeno a este ámbito, pues, se sabe que en el funcionamiento de los sistemas más complejos siempre existen entes reguladores que mantienen al mismo en estado de funcionamiento pleno, un ejemplo de esto es el sistema nervioso central, área donde ocurren diversos procesos para que pueda consolidarse el aprendizaje de un ser humano.

Por su parte los ambientes donde ocurren dichos aprendizajes también deben propiciar una atmósfera cálida, donde, las mentes de las nuevas generaciones puedan desarrollarse a plenitud siendo conscientes con el medio ambiente, los demás seres vivos y los recursos comunes que nos ofrece nuestro planeta, el papel de las autoridades debe velar por brindar educación a la mayor cantidad posible de habitantes para que esa inversión en talento humano pueda materializarse en actos que transformen directamente, una realidad problemática, que se encuentra en crisis, a juicio de (Fajardo, 2004) argumenta: “La calidad de la educación de la escuela actual no responde a los dramáticos cambios científicos, tecnológicos, por lo tanto existe un desfase entre lo que requiere la sociedad y lo que está ofreciendo la educación” (p.20).

En este sentido se debe analizar en primer lugar cuales son las necesidades emergentes actuales y sobre todo que se está haciendo para solucionar dichas problemáticas como por ejemplo: el cambio climático, la crisis sanitaria, los extremos más pobres de la sociedad que carecen de una vida digna, pero lo principal a tener en cuenta cuando hablamos de inteligencia es que dicha capacidad puede ser cultivada como una planta que crece y finalmente da frutos, ya que existe una estructura orgánica responsable de esta área, que es el cerebro, desde el punto de vista de (Fajardo, 2004) da a conocer: “Cada una de las inteligencias opera en diferentes partes del cerebro, el mismo que comprende numerosas zonas y redes nerviosas dedicadas a funciones específicas.” (p. 21).

El rol de la educación ha de plantearse brindar las facilidades a todos los miembros de una sociedad para juntos buscar alternativas para mejorar las condiciones de vida actuales, así mismo los educadores han de velar por el aprendizaje de tipo significativo en la comunidad estudiantil para aprender de la diversidad, de la tolerancia y sobre todo entender que al igual que existen distintos tipos de inteligencia, ocurre lo mismo con los miembros que conforman una sociedad, es por esto necesario abrirnos a las nuevas tecnologías, campos de formación y puntos de vista que se presentan en la actualidad.

Estos planteamientos ya se analizaron el siglo pasado, como expresa (Machado, 1983):

Desde un punto de vista político, he pensado sobre lo que significa para nuestro destino y para el de todos los pueblos del mundo, especialmente para los países en vías de desarrollo, el progreso que existe hoy en las investigaciones sobre el cerebro. Estoy convencido de que si hoy se les preguntase a los científicos más calificados de la Tierra cuál creen que es aquella materia a la cual deben destinarse los mejores esfuerzos, responderían: «El desarrollo de la inteligencia humana». (...) En mil doscientos gramos de peso, cada hombre normal tiene el equivalente a 300 000 millones de respuestas («bits») por segundo. (p. 275)

Es por esto la importancia del estudio de la inteligencia, al mismo tiempo del cerebro como responsable del procesamiento de la información, ya sea del mundo externo o interno, así también del sistema educativo en la construcción integral de las personas. Con respecto a este tema Sagan (2007) señala que el cerebro en su totalidad, excluyendo al cerebelo, está conformado por diez mil millones de neuronas, y cada una de estas puede establecer conexiones eléctricas con sus semejantes más cercanas, en temas pedagógicos se entiende que el ambiente o contexto es muy importante para estimular el desarrollo de los aprendices sin embargo, todo educador ha de tener en cuenta la información aquí presentada como referencia en el proceso de enseñanza y aprendizaje.

No basta con comprender los procesos mentales como sucesos que ocurren en los individuos, sino por el contrario se debe fomentar el desarrollo de los diferentes tipos de inteligencia, con mayor énfasis en los países latinoamericanos y africanos donde llevamos una batalla contra el tiempo en cuestiones de desarrollo, de manera general se puede hablar que el funcionamiento cerebral es el mismo para todos los individuos de la especie, Sagan (2007) señala que la respuesta de un ser humano consta de valores irrepresentables numéricamente, entendiéndose la mente humana como una verdadera maravilla en su funcionamiento, solamente si sobrepasamos las barreras de los prejuicios y estigmas sociales podríamos encaminarnos en la construcción de una sociedad más tolerable y justa.

La educación sin duda debe encargarse de la formación de los miembros de una sociedad, en el transcurso de la historia, el proceso educativo se ha impartido de manera

formal en las distintas instituciones ya sea de formación básica, bachillerato o superior, en donde se instruye a los alumnos con instrucciones científicas de diferentes áreas del conocimiento, otra dimensión, como las relaciones sociales se ha dejado a cargo de la familia o finalmente, este tipo de inteligencia se termina desarrollando entre los mismos estudiantes a juicio de Bello, Rionda, y Rodríguez (2010) señalan que estas destrezas ocurren en los espacios de recreación o al margen de las instituciones educativas, sin embargo, con el avance de la tecnología las sociedades se encuentran ante nuevos retos, donde, no solamente toman un papel principal las ciencias exactas o teóricas.

La demanda de los tiempos actuales requiere de personas que sean capaces de responder ante situaciones de la vida social donde se presenta una continua comunicación para alcanzar objetivos o ser mejores en la resolución de conflictos, como ya se mencionó, la educación debe responder ante estas nuevas exigencias con propuestas diferentes a las estudiadas en el pasado para la consecución de logros personales, académicos, laborales etc; en este sentido (Bello, Rionda, & Rodríguez, 2010) refieren: “Las concepciones más contemporáneas consideran la vida cotidiana como un espacio importante de actuación, lo que alienta el tener en cuenta la vida afectiva como protagonista en el logro de un desempeño exitoso y el bienestar personal” (p. 37).

De acuerdo con García y Marín (2019) se puede hablar de un existente analfabetismo con respecto a la inteligencia emocional que se trata a continuación y esto es debido al pobre manejo emocional con el que cuentan las personas hoy en día, prevaleciendo emociones negativas, que modifican el verdadero valor que pueden llegar a tener las emociones en los individuos interesados en desarrollar este tipo de inteligencia, además señalan que es de suma importancia rasgos propios de la personalidad de los sujetos como por ejemplo: el auto conocimiento, la autoestima, tolerancia a la frustración, habilidades sociales entre otros para iniciarse en esta disciplina.

2.2 Inteligencia emocional

Lo que en la actualidad se entiende por inteligencia es muy distinto a lo que se conocía en los primeros años de investigación sobre este tema, los teóricos se interesaron sobre los tipos y también, sobre el funcionamiento del pensamiento humano a principios del siglo XX, según Spearman, citado en (Morris & Maisto, 2009) señala:

La persona inteligente entiende las cosas con rapidez, toma decisiones adecuadas, se enfrasca en conversaciones interesantes y tiende a comportarse de manera inteligente en diversas situaciones. Aunque es cierto que cada uno de nosotros es más rápido en algunas áreas que en otras (p.310).

Otra propuesta es la planteada por Cattell (1971) en donde se aborda el estudio de la inteligencia desde dos perspectivas, la primera es la denominada inteligencia cristalizada y se centra en el razonamiento verbal y numérico. El segundo tipo de inteligencia es la llamada inteligencia fluida y a diferencia con la primera plantea que, este tipo de inteligencia no se enseña en la escuela y va de la mano con otros procesos mentales como la imaginación, la memoria y la capacidad de concentrarse en los detalles visuales.

Más adelante a finales del siglo XX se proponen nuevos enfoques en el estudio de la inteligencia humana, donde Robert Sternberg (1986, 2002) plantea: “La inteligencia humana abarca una amplia variedad de habilidades. Entre ellas se encuentran habilidades que influyen en nuestra efectividad de muchas áreas de la vida” (p. 311). El planteamiento básico de este enfoque sostiene que la inteligencia se divide en tres áreas y por eso adquiere el nombre de teoría triárquica de la inteligencia. Estos tres tipos de inteligencia son: Inteligencia analítica, inteligencia creativa e inteligencia práctica.

Es cierto que en las diferentes publicaciones acerca de este tema han existido diferencias en los primeros postulados, también el papel del contexto social y el lugar geográfico donde se desarrollaron estas teorías hacen que, entender dichos términos sea un tanto complejo, de manera general se llega al consenso que los primeros autores en mencionar el término de inteligencia emocional fueron Salovey y Mayer (1990) marcando un antecedente y a su vez iniciando todo un campo de estudio en donde se muestran interesados los distintos profesionales relacionados con las ciencias sociales como son: psicólogos, sociólogos, antropólogos, educadores entre otros, y de la misma manera el rol de la pedagogía de la inteligencia emocional comienza desde estos primeros postulados.

En la segunda década del siglo XXI nos encontramos ante una gran variedad de teorías, sin embargo, existen autores como Goleman que intrigados por la duda acerca de la psicometría de la mente reflejada en las pruebas de inteligencia, se pregunta a qué se debe el hecho, que personas, con niveles altos de inteligencia fracasaran en situaciones de la vida diaria, en donde se analiza el mundo relacional como sostienen Morris y Maisto (2009).

Este tipo particular de inteligencia que opera a nivel de las relaciones sociales trata de intuir la actitud de una persona en pro de su bienestar y la persona que ejecuta de manera correcta esta práctica ha de hacer lo mismo con su propia conducta según (Morris & Maisto,

2009) indican: “La inteligencia emocional (...) se refiere a la efectividad con que la gente percibe y entiende sus propias emociones y las de los demás, así como la eficacia con que puede manejar su conducta emocional” (p.311).

La psicología educativa trabaja sobre los procesos cognitivos que están implicados en el aprendizaje y el enfoque de presente trabajo se centra en el manejo de conductas violentas por lo que trabajar en el manejo de estas capacidades relacionadas con los vínculos sociales es de mucha importancia para conseguir los objetivos de la investigación, la psicoeducación se presenta como un modelo para tratar dichos procesos cognitivos y sobre todo en la medición cuantitativa de los mismos, mediante el uso de varias técnicas y estrategias que van de la mano con la pedagogía, la diferencia de la psicoeducación con la educación tradicional se basa en el enfoque humanista que adquiere el profesional formado en el área de la psicología educativa.

El tema de la inteligencia emocional en específico hace referencia al análisis emocional por el cual puede pasar una persona, a diferencia de las inteligencias que han tenido un rol protagonista dentro de las aulas de clases, no busca desarrollar competencias con los números, ni tampoco ilustrarse dentro de las letras, a la inteligencia emocional le interesan los diferentes procesos que se generan en torno a las emociones humanas, esta inteligencia entiende los estados emocionales de quienes nos rodean a juicio de Trujillo y Rivas (2005) también señalan que para comprender estos estados emocionales por los que pasa una persona es necesario analizar las emociones que han desencadenado dichos estados de manera efectiva.

La comprensión interpersonal se desarrolla en varias áreas del relacionamiento social y en los últimos años los teóricos también han desarrollado instrumentos para evaluar ciertas escalas en esta área, así también para definir los campos de aplicación, en donde, se pueda potenciar el uso de la inteligencia emocional como ratifica Morris y Maisto (2009). Una vez que se ha realizado un abordaje general sobre el desarrollo teórico de la inteligencia emocional se verifica que el estudio de las emociones es una rama de reciente interés que se muestra como una propuesta atractiva y que es necesaria para afrontar diversas situaciones en el mundo contemporáneo, donde las exigencias laborales demandan de profesionales hábiles para trabajar en grupo y sobre todo que sepan manejarse adecuadamente entre sus compañeros.

2.2.1 Inteligencia interpersonal

Los diferentes tipos de inteligencia que se han estudiado y que de la misma manera han dado respuesta a las necesidades del actuar de un individuo dentro de la sociedad en un determinado momento, generalmente han ido ligadas al campo del razonamiento lógico - matemático o lingüístico, sin embargo, acorde el desarrollo de las necesidades de las sociedades en la actualidad nos encontramos frente a una realidad diferente y más interconectada hacia la inmediatez; el uso de las redes sociales demandan más comprensión y estrategias de comunicación, es así que la inteligencia interpersonal se presenta como una propuesta en lo relacionado con los lazos personales fructíferos, Escamilla (2014) menciona que esta inteligencia es la que fomenta valores sociales positivos.

Este tipo de inteligencia entiende que el relacionamiento interpersonal ocurre a nivel del mundo interno y externo de quién ejecuta a la perfección este tipo particular de inteligencia, a juicio de Escamilla (2014). La inteligencia emocional se ocupa de las interrelaciones sociales y la manera en que se actúa para ser empáticos con otras personas, una vez que se consigue dicho propósito se puede contar con destrezas en este tipo particular de raciocinio para la comprensión y ayuda de las demás personas. En los tiempos actuales y a causa de la educación bancaria los modelos de producción necesitan de profesionales que respondan de manera ágil a las problemáticas que se presentan dentro del mundo laboral como se mencionó con anterioridad por lo que se espera que dichas destrezas sean adquiridas dentro del proceso de formación educativo.

Sin duda destacarse en un área de la inteligencia es importante para todos los individuos de una sociedad, teniendo en cuenta la amplia diversidad humana, pero de manera general las inteligencias más conocidas han sido: inteligencia lógica - matemática y lingüística, el caso de la inteligencia interpersonal se muestra como una propuesta nueva como indica Escamilla (2014) es apropiada para sacar a la luz lo mejor de la naturaleza humana que busca el bienestar común ya que sobrepasa las barreras del egoísmo, al mismo tiempo que se preocupa de promover el relacionamiento social entre las personas.

En la actualidad, donde los valores van determinados por las fluctuaciones del mercado, la inmediatez de las redes sociales y el desapego hacia las relaciones afectivas entre personas, potenciar esta área puede traer buenos beneficios para los sujetos interesados en la misma, porque como se ha mencionado, hasta las personas más brillantes en determinada área pueden fracasar al momento de tener que relacionarse en el mundo laboral

con otras personas. Hasta este punto se plantea la importancia que tiene este tipo de inteligencia, construir lazos relacionales con todos los individuos que conforman una sociedad puede ser muy útil para el grupo, ya que se aprende de la diversidad humana, al mismo tiempo que se reconocen a varios sectores de la población que se han olvidado o invisibilizado.

El estudio de la inteligencia emocional responde a los diferentes problemas presentados a nivel social, en el contexto norteamericano se evidenciaron elevadas estadísticas acerca del comportamiento delictivo en menores de edad, dentro del contexto educativo de la misma forma se naturalizó en los titulares de las noticias historias de violencia, los más comentados fueron los tiroteos con armas de fuego entre estudiantes, a causa del poco entendimiento que se tiene acerca del funcionamiento de las emociones humanas, es así que desde el punto de vista de Goleman (1996) señala que los educadores actuales se han centrado más en las calificaciones de los estudiantes como parámetro cuantitativo de conocimiento, sin embargo, nunca pensaron en que sí, estos estudiantes, se encontrarían con vida el día siguiente bajo las condiciones sociales, en donde el papel de la violencia en las calles se había convertido en el diario vivir de los habitantes.

Dar respuesta a este tipo de eventos requiere de la comprensión de las emociones, en donde, existen individuos con bajo control, de las suyas propias, por lo que se convierten en personas que responden de manera impulsiva ante eventos de la vida, existen también en este patrón de pensamiento respuestas agresivas o lo que comúnmente se denominaría irse a los golpes, de acuerdo con Goleman (1996) se puede hablar de un analfabetismo emocional ya que las emociones que gobiernan a las generaciones actuales no son comprendidas por ellos mismos y tampoco la educación ha respondido ante dicha problemática.

La inteligencia interpersonal propone desarrollar aspectos como las habilidades sociales que posee una persona en pro de mejorar dimensiones del relacionamiento social, por esto, según Goleman (1996) la comprensión más profunda de la mayor parte de problemáticas psicosociales debe tener en cuenta el aspecto interrelacional entre individuos, con miras a tomar medidas de enseñanza para las nuevas generaciones que presentan problemas relacionales, cada vez, a edades más tempranas. La definición sobre inteligencia interpersonal que propone (Castelló & Cano, 2011) indica: “Inteligencia interpersonal se refiere a la representación de estados internos de otras personas (considerándolas como objetos sociales), los cuales incluyen complejas estructuras como son las intenciones, preferencias, estilos, motivaciones o pensamiento.” (p. 24).

Desde la mirada de la psicología el estudio de un individuo toma dos perspectivas, una subjetiva y otra objetiva, como se menciona en el anterior párrafo, la propuesta de Castelló y Cano (2011) indica que los procesos internos toman un tinte de estudio objetivo, mediante la observación y medición se puede determinar los diferentes estados por los que pasa una persona al momento de vivenciar una determinada emoción, la interpretación de dichos procesos puede valorarse según criterios de tiempo, intensidad o duración, existen también ciertos umbrales sensitivos que varían de persona en persona, pero siempre la finalidad de estos estudios es obtener una valoración objetiva de los procesos fisiológicos.

La comunicación también se relaciona con la inteligencia interpersonal, pues el proceso comunicativo que se establece entre las personas busca transmitir vivencias, sentimientos o deseos con el uso del lenguaje. Para que ocurra dicho proceso es necesario respetar las normas gramaticales que existen y regulan las diferentes lenguas en el mundo por lo que, la comunicación siempre deberá ser un acto racional que se establece entre dos o más individuos, si la información no es falsa el proceso comunicativo se ha llevado a plenitud, la inteligencia interpersonal ocurre en dicho acto comunicativo según Gonzáles, Gonzáles, Lauretti Paola, y Sandoval (2013) en esta área de estudio se valora la empatía, el comportamiento asertivo y la habilidad perceptiva de las personas que desarrollan estas destrezas, así también el lenguaje verbal, no verbal y tono de voz.

El lenguaje puede utilizarse con mucho propósitos a juicio de Cuetos (2012) en algunos casos puede usarse para representar objetos o eventos a los que se quiere referir en una situación en específico, también puede usarse para transmitir diferente tipo de información en el mundo, responde a la necesidad que la humanidad siempre ha presentado en cuestión de autoexpresar deseos, sentimientos, mediante la voz o gestos corporales, por otra parte mediante el uso del lenguaje las personas podemos planificar y controlar cuestiones de la vida diaria, en otras palabras, se puede decir que mientras más se favorezca el desarrollo de esta área según Cuetos (2012) mejor estará preparado una personas el momento de responder ante distintas circunstancias.

Entonces se llega al consenso que la inteligencia emocional ocurre dentro del campo del relacionamiento social, en dicho relacionamiento ocurren diversos fenómenos que pasan desapercibidos por gran parte de las personas, como expresa Gonzáles (2014) una persona con buena habilidad en temas de inteligencia interpersonal en un primer momento analizará las emociones que se producen en un individuo externo, para después establecer un tipo de relación asertiva y de ser el caso llegar a la solución de una problemática, señala también

que las personas interesadas en desarrollar esta área deben contar con una buena respuesta gestual y movimientos corporales.

2.2.2 Habilidades Cognitivas

La reacción ante distintas situaciones de la vida implica estar consciente de las circunstancias, las personas, el lenguaje y las posibles consecuencias que pueda conllevar cada uno de nuestros actos. Entre las respuestas que se utilizan de manera habitual se entiende que las dos reacciones que ocurren de manera general son: la agresión e inhibición, ambas respuestas dicen mucho acerca del actuar de un individuo, pero existe una tercera salida, que es, la asertividad ya que se habla de lo mismo cuando nos referimos a habilidades sociales como argumenta Segura (2009).

Dichas Habilidades Cognitivas se presentan en un tipo particular de inteligencia, y es la inteligencia interpersonal a juicio de Segura (2009) el uso de las mismas y como cualquier otro tipo de inteligencia puede entrenarse bajo las condiciones adecuadas, personas con un bajo nivel de inteligencia interpersonal pueden llegar a protagonizar situaciones poco deseables en el transcurso de su vida debido a que, la falta de relacionamiento y empatía los hacen interpretar de manera injustificada estímulos externos de su auto concepto y se manifiestan unidireccionalmente, de manera general este actuar, solo tiene una dirección de respuesta y se la hace con el uso de la agresión y violencia.

Otro tipo de inteligencia que regula las relaciones con las demás personas es la inteligencia emocional pero no basta solamente con ser inteligente sino que más bien se debe llevar a la práctica dichos saberes, de acuerdo con este argumento (Goleman, 1996 / 2015) postula lo siguiente: “Mientras que la inteligencia emocional determina nuestra capacidad para aprender los rudimentos del autocontrol y similares, la competencia emocional se refiere a nuestro grado de dominio de esas habilidades de un modo que se refleje en el ámbito laboral” (p. 19).

De acuerdo con el desarrollo evolutivo del ser humano existen diferentes momentos en la apropiación y desarrollo de las habilidades cognitivas, siempre es importante tener en cuenta el contexto en donde una persona se desarrolla, mismo que influye de forma directa en las características individuales y grupales de los seres humanos, haciendo uso del lenguaje que favorece al proceso comunicativo entre las personas. Al hablar de inteligencia nos encontramos ante una amplia variedad de líneas que operan en diferentes campos del

conocimiento, durante mucho tiempo se pensó que una persona era inteligente si resolvía problemas relacionados con las matemáticas, tenía una buena memoria o alcanzaba el éxito económico.

A juicio de (Escamilla, 2014) existen diferentes tipos de inteligencia:

Las inteligencias son subsistemas paradójicos, de funcionamiento complejo. Son neurológicamente autónomas y relativamente independientes, porque aplicadas a campos de conocimiento, a la resolución de problemas y a la conformación de productos, trabajan y se muestran vinculadas, complementarias. Esto supone que la mente funciona como un sistema, es decir, como un conjunto de elementos (en este caso, aludimos a las inteligencias) interrelacionados e interdependientes (p.54).

Hasta este punto se pone en evidencia los distintos tipos de inteligencias, sin embargo, el enfoque del presente trabajo aborda con mayor énfasis las de carácter emocional, para que ocurra dicho fenómeno es necesario contar con facultades mentales relacionadas con este aspecto, empleando las palabras de Segura (2009) señala que en el pasado se han realizado trabajos enfocados en el desarrollo de esta área de la vida y por eso ha sido necesario emplear ciertas destrezas de pensamiento para hacer uso de las mismas en un determinado momento del relacionamiento social, con la única finalidad de preparar a la persona en el manejo emocional entre sus amistades, familiares y demás personas.

En un primer momento es necesario recurrir al origen de lo que está ocasionando un problema, con la finalidad de trabajar sobre estos supuestos y acercarnos a una respuesta racional y estar cada vez más cerca de resolver dicha problemática. Entonces la mente es capaz de expandirse y trabajar de manera efectiva. Una vez que se ha desarrollado este ejercicio podemos mirar desde una diferente perspectiva este planteamiento de resolución de problemas, para en un segundo momento olvidarse del pasado y mas bien, enfocar la atención sobre el momento presente y ser creativo al mismo tiempo que se establecen distintas salidas, es decir, muchas soluciones de respuesta usando la capacidad creativa del ser humano.

Las habilidades sociales brindan la posibilidad para sobre ponerse a barreas temporales y mas bien con las alternativas que se han presentado se analiza las consecuencias de las mismas, a la vez que se aborda el problema desde las diferentes perspectivas de los involucrados, acertando con efectividad la manera de pensar y sobre todo se pretende que el sujeto sea capaz de alcanzar los medios necesarios que le encaminarán a la obtención de una meta mediante el uso de habilidades sociales, que son, las competencias que utiliza un individuo dentro del relacionamiento social, vida diaria, contextos laborales, deportivos etc.

Lo que Segura (2009) propone es la capacidad del razonamiento humano sobre todo en el área de la educación con adolescentes, teniendo en cuenta estos argumentos la propuesta planteada presenta un enfoque, en donde los sujetos han de pensar a futuro sobre sus acciones ya que se analizan las consecuencias que pueden alcanzar las mismas sobre otros seres humanos, el autor los muestra como tipos de pensamiento que se pueden enseñar en el ámbito de la educación con estudiantes españoles y que forman una muestra bastante heterogénea como grupo.

También vale añadir que ponerse en el lugar de otro ayuda obtener una comprensión efectiva en el problema que se quiere mejorar, ya que, se supera la visión egocéntrica de los problemas y por el contrario se puede tener una vista de los distintos involucrados por ejemplo: en el ámbito de la competencia existen siempre dos partes que quieren obtener el primer puesto, entonces conocer que no solamente una persona muestra interés en obtener esta meta puede generar un estado de mayor claridad con los objetivos propuestos, o al analizar las causas que generan los problemas también se entrenan los tipos de pensamiento que se detallaron con anterioridad.

Finalmente, lo que Segura (2009) da a conocer es que en la aplicación real de problemas, necesitamos de estrategias que sirvan de medios para solucionar escenarios problemáticos y son los que las personas usan si están a su alcance, siempre dependiendo de las diferencias como: nivel de estudios, edad, sexo, status social, y otros aspectos que condicionan el desarrollo de esta propuesta teórica ya que estas diferencias sin duda marcan distintas oportunidades entre los seres humanos porque entiende que mientras mayores sean los estímulos que ofrece un contexto se potencia el aprendizaje humano, por lo que las personas inmersas en dicho medio presentarán un mejor aprendizaje.

2.2.2.1 Modelo de Spivak y Shure:

Las distintas habilidades cognitivas propuestas por los autores (Spivak y Shure, 1974 en Segura, 2009) manifiestan el papel fundamental que tienen los siguientes tipos de pensamiento relacionados con las habilidades cognitivas para la resolución de problemas reales y son:

- **El pensamiento causal:** Es la capacidad para encontrar el origen de un problema, son las destrezas mentales que posee una persona para apropiarse de una situación y llegar hasta la causa que origina dicho conflicto, en la opinión de Segura (2009)

sostiene que las personas que poseen este pensamiento ante una situación conflictiva son capaces de decir: la causa de este conflicto es.

- **El pensamiento alternativo:** El pensamiento alternativo facilita la creación de escenarios diversos para abordar una situación, mientras más ideas se tengan y se planteen, se promueve el uso de la razón sobre la impulsividad. Acorde a este planteamiento Segura (2009) indica que las personas violentas carecen de este tipo de pensamiento y en lugar de buscar diferentes alternativas ante un conflicto actúan de una sola manera que por lo general lo hacen con conductas agresivas.
- **El pensamiento consecuencial:** Las consecuencias que muchos actos tendrán a corto y largo plazo muchas veces no se miden por parte de quienes carecen de este tipo de pensamiento, el pensamiento consecuencial a juicio de Segura (2009) tiende a desplazar el pensamiento a futuro y por ende se puede medir los alcances de una conducta, con la finalidad de adelantarse a un escenario que por probabilidad pueda ocurrir.
- **El pensamiento de perspectiva:** Con este tipo de pensamiento se supera el egocentrismo, es decir se piensa y actúa desde la perspectiva de los diferentes involucrados en un tema en específico. De acuerdo con Segura (2009) el pensamiento de perspectiva facilita comprender porque un sujeto está actuando de cierta forma y la persona que lo utiliza puede mirar la situación desde la mirada de los diferentes involucrados en un tema; el autor afirma que una vez que se poseen estas cualidades, la inteligencia interpersonal facilita comprender mejor a una persona para saber porque se encuentra enojado, triste, confundido, etc.
- **El pensamiento medios fin:** Este tipo de pensamiento favorece la creación de escenarios y metas que se pueden llegar a obtener después de analizar aspectos como las oportunidades o amenazas que se presentan para llegar a conseguir un determinado objetivo. Como menciona Segura (2009) requiere desarrollar la capacidad de trazarse objetivos y también utilizar todos los recursos presentes para culminar con lo propuesto.

2.3 Habilidades sociales:

A continuación, se detallan a los primeros autores que abordaron el estudio de las habilidades sociales el siglo pasado como manifiesta (Gismero, 2010):

Las habilidades sociales podrían remontarse a los años 30, cuando según Philips (1985) especialmente desde la Psicología Social, varios autores estudiaban la conducta social en niños bajo distintos aspectos, que actualmente podríamos considerar incluidos en el campo de las habilidades sociales. Así por ejemplo, Williams (1935) al estudiar el desarrollo social de los niños, identifica lo que hoy llamamos asertividad (buscar aprobación social, ser simpático, etc.) y su importante influjo social de los niños (p.10).

De acuerdo con Myers (2005) la Psicología Social estudia las relaciones de las personas como individuos que se encuentran motivados por diferentes causas, sin embargo, el valor del contexto social es de suma importancia ya que normaliza la conducta de cualquier persona que se encuentra inmersa en el relacionamiento sistémico que determinan las normas de todo orden social, es decir nosotros construimos nuestra realidad social desde distintos enfoques. Así mismo las creencias que tenemos acerca de nosotros mismos y sobre el mundo influyen en cómo se comprende o actúa ante los eventos sociales.

En 1930 empezaron los estudios sobre la asertividad según Gismer (2010) se pudo evidenciar que en edades tempranas la conductas de los niños ya muestra ciertos patrones que tienen que ver con la recompensa que obtiene una persona del medio externo, esta respuesta puede ocurrir en dos escenarios diferentes y una es socialmente hábil e incluso fomenta el desarrollo pleno de un individuo dentro de la sociedad y por lo contrario ha de existir un patrón conductual que va en contra de las normas sociales y se convierte en ofensiva para las normas del grupo, esta dimensión evoluciona y varía durante toda la vida.

Es labor de la psicología encontrar respuesta a determinados planteamientos acerca del funcionamiento de la mente y como esta puede adaptarse a diferentes espacios donde ocurre el periodo de vida humano, los diferentes lineamientos que han propuesto su punto de vista de alguna forma tratan de dar una solución ya sea desde el enfoque de la terapia o de la educación, pero sin lugar a dudas este actuar importa al momento de relacionarse con otros y sobre todo en la vida social, vale señalar además que nunca una teoría se adapta con facilidad a todas las personas, es por esto importante entender al individuo como tal, respetando el estudio caso por caso que nutre el entendimiento de la mente.

Entonces a principios de los años 30 del siglo pasado se entiende que empezaron los primeros esbozos de lo que hoy en día se conoce cómo Habilidades Sociales en un ambiente enfocado al estudio de niños pequeños, en donde los resultados explican como a cortas edades el ser humano empieza a relacionarse con las demás personas en diferentes escenarios, de esta manera empieza a reaccionar ante situaciones, pero sin duda se han marcado ya, las primeras pautas de cómo reaccionará durante el transcurso de su vida, al

mismo tiempo se presenta también la adquisición de moral, misma que se desarrolla de diferente manera en cada persona según Gismero (2010).

Es así que dependiendo de las diversas necesidades que se presentan en los diferentes países del mundo el uso de las habilidades sociales varían según el enfoque y el campo profesional interesado en este tema, en palabras de (Gismero, 2010) se plantea lo siguiente:

Las habilidades sociales han tenido un origen diferente en los Estados Unidos y en Inglaterra. Como señala Furnham (1985, pág. 555): “Mientras que en Estados Unidos el entrenamiento de las habilidades sociales está firmemente enraizado en la psicología clínica y de consulta, en Inglaterra y en Europa la investigación sobre las habilidades sociales le debe más a la psicología ocupacional (p.11).

A continuación, analizaremos las distintas perspectivas alrededor del mundo en el uso de las habilidades sociales, sus propuestas, semejanzas y diferencias.

2.3.1 Habilidades sociales según el enfoque de EEUU

En Estados Unidos el desarrollo teórico se concentró bajo los lineamientos de la psicología clínica para responder a necesidades psicopatológicas como la esquizofrenia, delincuencia o alcoholismo y abordó un enfoque de entrenamiento de estas destrezas de acuerdo con Gismero (2010). Este enfoque manifiesta el abordaje del individuo, donde, la falta de asertividad va ligada a la inadecuación, se comprende entonces que las normas sociales encargadas de normalizar a la población no funcionan de la misma manera en todos los sujetos, es así que el enfoque clínico aborda el tratamiento en eventos o hechos que se manifiestan y atentan contra la convivencia pacífica, sin embargo vale tomar en cuenta el status quo de las actuales sociedades en donde los mecanismos de producción funcionan sobre lo inmediato, poco valedero y la producción en masa que hacen la convivencia humana un tanto conflictiva.

De acuerdo con (Papa Francisco, 2015) sostiene que los problemas de la humanidad en la actualidad van de la mano con la falta de cuidado del medio ambiente y del resto de contextos que ocurren en las distintas partes del mundo, según este planteamiento las soluciones deben seguir la siguiente lógica: “Es fundamental buscar soluciones integrales que consideren las interacciones de los sistemas naturales entre sí y con los sistemas sociales. No hay dos crisis separadas, una ambiental y otra social, sino una sola y compleja crisis socio-ambiental” (p. 108), es por esto que para mejorar como personas se debe trabajar también sobre los entornos inmediatos en donde se desarrolla el ser humano en interacción con otros.

El estudio se complementa con otros puntos de vista que plantean un abordaje centrado en la interacción de los individuos dentro de un determinado contexto social, con respecto a esto Gismero (2010) señala que en el contexto norte americano lo que tuvo mayor importancia fue la reconfiguración de las primeras experiencias de vida de una persona, es por esto la importancia de una intervención psicoterapéutica para darle nuevos significados a estas primeras experiencias y realizar un abordaje directo sobre estas conductas que se muestran como desadaptativas.

2.3.2 Habilidades sociales según el enfoque europeo

El desarrollo teórico de las habilidades sociales en el continente europeo toma otros lineamientos, se plantea que la interacción social con otras personas es el objeto de estudio de las habilidades sociales y que el ser humano desde los primeros años de vida se construye conforme se relaciona con otros individuos, necesariamente como plantean los teóricos del desarrollo han de existir distintos momentos o hitos en la aparición de dichas conductas a juicio de Papalia, Wendkos, y Duskin, (2009).

Se puede decir que la conducta prosocial va de la mano con las habilidades sociales como señalan (Sabucedo & Morales, 2015):

La conducta prosocial se ha investigado a finales de la década de 1950. La primera perspectiva se asoció con la conducta altruista y luego con la conducta de ayuda. Estas, posteriormente, se denominarían comportamiento prosocial. En todos los casos, los tres conceptos son difíciles de diferenciar y están entremezclados en toda la bibliografía. La discusión sobre el uso de estos tres conceptos tiene que ver básicamente con si ayudar a otro tiene o no un objetivo claramente determinado. En términos estrictos la conducta de ayuda es el estudio de una conducta, independientemente de los motivos o de los fines, mientras que la conducta altruista implica determinar si hay un fin en la conducta de ayuda, aunque sea a largo plazo (p. 200).

Como resultado en el abordaje teórico de las habilidades sociales desde la perspectiva europea se omite la visión terapéutica, lo que atañe a la visión europea es el mayor énfasis en el papel de la interacción entre personas, el déficit de esta medida es interpretada como la falta de relacionamiento con las amistades, incluso en algunas regiones de Europa el bajo nivel de habilidades sociales se traduce en personas solitarias, aisladas y que no comparten mucho tiempo con las amistades y su propia familia, pero a diferencia de Estados Unidos no se trata como una patología, mas bien se enfoca en el trabajo sobre el aprendizaje de estas destrezas sociales como da a conocer Gismero (2010).

En Europa el abordaje sobre las habilidades sociales se centra principalmente en la interacción social dejando de lado el enfoque clínico que prevalece en Norte América, la importancia que los teóricos destacan sobre éstas habilidades en el continente europeo ocurre dentro de las organizaciones, el área laboral o directamente donde el tema pueda utilizarse desde una visión psicosocial a juicio de Gismero (2010) propone que las habilidades sociales se han centrado más en el establecimiento de relaciones interpersonales y es a partir de los años sesenta que se establece una marcada diferencia entre los términos asertividad y habilidades sociales, llegando a un consenso en el uso de la última palabra referida.

2.3.3 Desarrollo de la moral

Para vivir en sociedad es necesario cumplir con pautas comunes de convivencia con la finalidad de normalizar ciertos criterios que se han construido y han marcado la identidad de un determinado grupo humano, con respecto a este planteamiento Segura, (2009) señala que en Europa y América con el desarrollo de la historia, los valores morales se han modificado según han ido avanzando las sociedades, en la antigüedad la religión estableció los valores morales en base a la idea de Dios, luego con el proceso histórico del renacimiento y la ilustración, esta moral no era dictaminada solamente desde una visión monoteísta, pero hasta la actualidad es necesario mantener la moral para la convivencia humana.

Desde sus inicios se evidencia que el desarrollo de las habilidades o destrezas sociales van de la mano con lo honesto, en lo referente a este tema, la moral, es un fenómeno que ocurre en los seres humanos desde los primeros años, durante el transcurso del periodo vital se muestran ciertas etapas por las cuales evoluciona este juicio en una persona, hay que tener en cuenta que el ser humano se construye acorde a las buenas prácticas, pero también su comportamiento varía durante toda la vida. De acuerdo con Segura (2009) señala que el primer estadio en la adquisición de moral es el más básico de todos y los conceptos acerca del bien o mal están determinados por medios externos.

Los primeros niveles de la moral humana necesitan de la intervención externa, para normar lo que es correcto e incorrecto socialmente, ya que en los primeros años de vida, el individuo ya es capaz de captar los estímulos del ambiente, conforme transcurre el ciclo vital de una persona ocurren cambios físicos y psicológicos. Mientras más alto se llegue en esta temática, mejor será la convivencia dentro del medio social, desde el punto de vista de Papalia et al (2009) se da a conocer que las personas que en los primeros años de vida se

muestran abiertos a sus relaciones sociales y son capaces de compartir sus pertenencias, después en la edad adulta han de mantener dicho actuar.

Los mismos autores también señalan que por el contrario, los niños que en los primeros años de vida, rechazan compartir sus objetos y también rechazan el relacionamiento interpersonal, cuando son grandes se muestran cómo menos prosociales y temen acercarse a los demás, y este es el punto de partida para mostrar falta de interés o empatía hacia las demás personas, hablando desde el punto de vista psicológico, estas conductas llegan a establecerse en forma de hábitos que marcarán el actuar de un individuo en el transcurso de su vida.

Existen periodos en donde la persona busca el reconocimiento y aceptación de otros y empiezan a funcionar diversos tipos de pensamiento para la resolución de conflictos o toma de decisiones como se abordó en el modelo de Spivak y Shure, ante ciertas situaciones sociales que pueden ocurrir en la vida real, ahora empleando las palabras de Segura (2009) se da a conocer una escala evolutiva en la adquisición de moral, en donde una persona se llega a desarrollar y ocurre paralelamente con el desarrollo físico, psicológico y social, las diferentes etapas se detallan a continuación.

Los niveles avanzados de moral y escrúpulos abordan el bienestar y buen vivir de todos los integrantes de la sociedad, respetando las normas de convivencia, la diversidad, los diferentes puntos de vista y se actúa según la manera de como a todos gustara que nos trataran, (Segura, 2009) define al último nivel de desarrollo como “Todos somos iguales” o sexto estadio y señala:

En esta frase, o en la equivalente de «todos somos hermanos» se puede concretar el razonamiento moral propio del 6^o estadio. Quien llega a este estadio, comprende que no sólo tienen todos derecho a la vida y a la libertad, sino que también hay que creer en la igualdad y en la dignidad de todas las personas. La regla básica ya no es el Talión, como en el 2^o estadio, sino la Regla de Oro: «hacer al otro lo que quiero para mí». En este estadio, uno se enfrenta a las leyes que atenten contra la igualdad entre todos o contra la dignidad de alguien (p.42).

De acuerdo con (Kohlberg, en Segura, 2009) se postulan los siguientes estadios de desarrollo moral:

- **Primer estadio HETERONOMÍA:** Es el primer estadio de desarrollo moral, se entiende que la persona se regula por el ambiente externo cuando se premian o castigan comportamientos que empiezan a formarse desde los primeros años de vida, en cuestiones de aprendizaje, este estadio se desarrolla mediante condicionamiento clásico ante situaciones de placer o displacer, (Segura, 2009) plantea:

El niño o la niña no sabe por sí solo lo que debe hacer, pero va descubriendo que ha hecho algo bueno, cuando lo besan o premian y no se atreve hacer lo que le han dicho que está mal, porque las personas mayores se ponen serias o le pegan (p. 40).

Como se mencionó anteriormente la recompensa externa moldea la conducta en este primer estadio de desarrollo.

- **Segundo estadio EGOÍSMO MUTUO:** El siguiente estadio del desarrollo moral ocurre cuando una persona toma conciencia que forma parte de un grupo social y debe adaptarse para poder sobrevivir, en palabras de Segura (2019) da a entender que en esta etapa de desarrollo el individuo reconoce un cierto tipo de orden social, donde debe respetar las reglas del juego para que exista una convivencia entre las personas y la finalidad es evitar el caos.
- **Tercer estadio EXPECTATIVAS INTERPERSONALES:** El siguiente estadio se inclina más hacia lo que se espera obtener de las demás personas, en esta etapa el sujeto demuestra una necesidad de ser aceptado y también de crear una adecuada imagen en los otros, (Segura, 2019) deduce que el comportamiento en esta etapa se inclina hacia la búsqueda de aceptación de grupos externos a la familia, donde se cumplen con todas las exigencias que estos pidan, pero no debe ocurrir nunca una injusticia porque eso atañe al segundo estadio de la moral. Esta etapa ocurre en el transcurso de la adolescencia y si los grupos son saludables el individuo puede pasar sin dificultades al siguiente estadio.
- **Cuarto estadio RESPONSABILIDAD Y COMPROMISO:** Se puede decir que lo que caracteriza a este estadio es la adquisición de libertad en el actuar, es decir el sujeto llega a sentirse libre de sus acciones y acepta con responsabilidad en lo que se ha convertido, actúa según sus responsabilidades, ni más ni menos, (Segura, 2019) señala que es el inicio de la vida adulta y las personas ya no cumplen sus obligaciones por las razones de los estadios anteriores, sino que mas bien se centran en sus grupos más cercanos dentro de la familia y los amigos, lo que está fuera de estas denominaciones pasa desapercibido para la persona.
- **Quinto estadio TODOS TIENEN DERECHO:** En esta etapa se consideran otros puntos de vista acerca de la convivencia humana en este sentido Segura (2009) propone que el sujeto entiende que todas las personas del planeta tienen derecho a vivir en paz, libres y sobre todo debe respetarse los derechos fundamentales que se han conquistado durante el transcurso de la historia, en esta etapa lo principal es luchar por los derechos de todos y beneficiarse de servicios que mejoren la calidad de vida de las personas como

salud, educación, espacios verdes, servicios básicos entre otros lineamientos que fomentan la calidad de vida bajo cualquier circunstancia adversa.

- **Sexto estadio TODOS SOMOS IGUALES:** Es el último estadio en el desarrollo de la moral, plantea que una vez se ha obtenido los objetivos, la adquisición de moral no termina en este punto sino mas bien centra la atención en la búsqueda de la igualdad de todas las personas, como expresa Segura (2009) la dignidad es clave en el desarrollo de la moral ya que factores como el miedo, el egoísmo, la búsqueda de aceptación quedan para los estadios anteriores y una vez que se alcanza este nivel el individuo puede gozar de paz, sin embargo, mantiene una preocupación latente a las circunstancias del entorno donde, este, habite.

Ya que se ha examinado los estadios del desarrollo moral vale mencionar que, estos, no son estáticos, el actuar de una persona varía según su edad, experiencia o el contexto, incluso en ciertas ocasiones las personas pueden avanzar o retroceder en los estadios antes planteados, porque se entiende que las respuestas humanas ante diversas situaciones dependen de varios factores, además no todas las personas han de subir en la escala del desarrollo moral si no se atienden en primer lugar otras dimensiones de la vida, como las necesidades fisiológicas, económicas o emocionales, a continuación se expondrán los fenómenos de agresión y violencia que pueden evitarse con el conocimiento de las destrezas y habilidades antes mencionadas.

2.4 Fenómeno de la agresión y violencia

Con la finalidad de analizar con detenimiento la agresión y la violencia en primer lugar se examinan las conductas agresivas, las definiciones propuestas por los autores consultados, las diferencias entre el género masculino y femenino, los tipos de agresión y las propuestas teóricas que tratan el tema. La violencia por su parte se analiza en el grado de intensidad que ocurre y los diferentes tipos de violencia que podemos analizar en las sociedades siendo esta, violencia física, psicológica, estructural y cultural.

2.4.1 Agresión

Myers (2005) define la agresión como actos que traspasan las barreras de la convivencia social y también a las acciones que ejercen irrespeto a las demás personas, en

este sentido sostiene que los psicólogos entienden la agresión como todo comportamiento que está destinado a causar daños a un tercero. Con respecto a las diferencias de género que ocurren en torno a este tema se puede decir que los varones son más agresivos que las mujeres, nuestra especie ha realizado siempre actividades en donde ejecutar actos agresivos eran necesarios en la actividad de la caza, por ejemplo, para obtener la comida del día del mismo modo la guerra también implica un cierto porcentaje de actitudes agresivas o violentas.

Al analizar la tendencia en la población de las cárceles podemos evidenciar que, estas, están llenas en mayor medida por hombres, y en estudios de laboratorio también se pudo notar que los hombres muestran niveles elevados en cuanto a la agresión cuando es necesario aplicar castigos para obtener un tipo de resultado o una recompensa sin embargo, cuando existen factores que predisponen la agresión, por ejemplo: cuando alguien ha sido provocado de alguna manera, Myers (2005) sostiene que las diferencias entre varones y mujeres son iguales, y pueden ocurrir actos agresivos como empujar, jalar del pelo, golpear o insultar a alguien.

Los actos agresivos se presentan de dos maneras, la primera es producto de la determinación biológica y tienen origen en las respuestas fisiológicas, así Myers (2005, 2008), afirma que la denominada agresión hostil surge después de la ira y su meta es dañar a nivel verbal o físico. El segundo tipo de actos agresivos se llama agresión instrumental, con respecto a esto (Myers, 2008) menciona: “La agresión instrumental sólo pretende hacer daño como medio para lograr otro fin” (p. 270). Este último tipo de agresión puede provocarse incluso con la única meta de imponerse sobre un tercero, sin la necesidad de tener un contacto previo. A continuación, se analiza las distintas propuestas teóricas donde se origina la agresión.

Una escuela de la psicología sostiene que la agresión tiene su origen en las pulsiones del hombre o la mujer que responden al determinismo biológico de la especie y este planteamiento teórico concibe al ser humano como un ente dotado de fuerzas primarias que guían su comportamiento, (Myers, 2008) señala: “Freud especulaba que la agresión humana emana de un impulso autodestructivo. Redirige hacia los demás la energía de una primitiva necesidad de muerte (que, hablando en términos generales, denominaba el instinto de muerte»)” (p. 271).

Otro enfoque con respecto al tema de la agresión plantea que puede tener su origen en las estructuras cerebrales que se han estudiado en varios experimentos con animales, en la

opinión de Myers (2008) da a conocer que estudiar la agresión es un tanto complejo y a nivel cerebral no existe un punto específico que la controle, mas bien señala que existen distintos sistemas que favorecen las conductas agresivas. El presente enfoque aborda el estudio de la agresión desde las estructuras neuroanatómicas del sistema nervioso detallando el actuar del ser humano únicamente desde el determinismo biológico por lo que es importante estudiar otros puntos de vista para comprender mejor el tema y no solamente tener en cuenta el aspecto biológico antes mencionado.

La importancia de la genética en la agresión también ocupa un rol importante en el intento de explicar dicho fenómeno, se sabe que durante años se han llevado a cabo prácticas y experimentos con la finalidad de modificar la conducta de una especie determinada, que transmitirán sus genes a las nuevas generaciones, en los animales inferiores ocurre que esta práctica acontece con la finalidad de obtener nuevas generaciones más predispuestas a la agresividad en el caso que se quiera obtener una especie con caracteres específicos para la agresividad, con respecto a esto Myers (2008) da a conocer que la modificación genética produce crías más agresivas luego de un determinado número de procreaciones, mediante el hecho de juntarlas entre ellas, las más agresivas en un grupo y las menos agresivas en otro.

La química sanguínea es protagonista también en la agresión, como se sabe los niveles de los distintos compuestos químicos que se encuentran en la sangre son fundamentales en la regulación emocional de una persona. Al referirnos de sustancias químicas entendemos a todos los compuestos intra y extra corporales como por ejemplo: las sustancias químicas que se producen de manera natural en el organismo como: neurotransmisores, neuromoduladores y otros, las sustancias químicas externas que generalmente influyen sobre la agresión son las excitadoras del sistema nervioso central, (Myers, 2008) revela: “Tanto los experimentos de laboratorio como los datos de la policía indican que, cuando la gente es provocada, el alcohol libera agresión” (p. 272).

Entre los compuestos químicos internos, que se encuentran relacionados con la agresión, la testosterona ejerce un papel primordial, de acuerdo con Myers (2008) propone que cuando el individuo alcanza determinada edad algunas hormonas se producen con menos frecuencia y de la misma manera en las estadísticas de países como Estados Unidos la tasa de crímenes tiende a disminuir, por el contrario en los adultos varones que no se evidencia una disminución de dicho compuesto químico tienen una mayor probabilidad de protagonizar hechos delictivos o verse vinculados en conductas agresivas o consumo de drogas.

Hasta este punto se han analizado algunas de las posibles causas que generan la agresión, pero existen otros planteamientos que también comprenden este tema desde el aspecto psicológico, en este sentido (Myers, 2008) sostiene:

Una de las primeras teorías psicológicas de la agresión, la popular de la frustración-agresión, respondía que sí. «La frustración siempre provoca cierto tipo de agresión» (...). La frustración es todo aquello (como una avería de una máquina expendedora) que nos impide alcanzar una meta. Nuestra frustración aumenta cuando nuestra motivación para alcanzar una meta es muy fuerte, cuando esperábamos una gratificación y cuando el bloqueo es total (p. 274).

El aprendizaje humano empieza desde los primeros cuidadores al empezar el ciclo de vida, que generalmente son: los padres o familiares, que se supone deben brindar las condiciones para que se desarrolle con plenitud, una nueva vida humana. En la familia se aprende todo el tiempo, como señala Bandura (1997) en Myers (2008) se experimenta agresión todo el tiempo y el papel del aprendizaje ha de ser fundamental en la reproducción de estas conductas, ya que el ser humano desde edades tempranas al observar los fenómenos del medio externo tiende luego a imitarlos cuando no existe un cuidado de los mayores, dichos actos agresivos son aprendidos por observación y si no ha ocurrido una consecuencia directa por dichos actos agresivos, estas conductas tienden a normalizarse en el comportamiento.

Se concluye que protagonizar actos violentos crea una cadena que repite el patrón de la agresión y violencia, razón por la cual los ambientes deben ser saludables para el desarrollo de la vida, llega el momento de plantearse la idea de un mundo mejor en la construcción de relaciones sociales que enriquezcan la convivencia y para gozar de derechos individuales y colectivos, mismos que se alcanzan el momento que se promueve un enfoque de paz, basado en las buenas prácticas sociales y costumbres, el tema de la agresión se encuentra con mayor presencia en países subdesarrollados ya que las condiciones de vida son un tanto conflictivas por los bajos índices de personas que ingresan a la educación superior para superar las condiciones de pobreza como refiere Ramírez (2016).

Otro fenómeno contemporáneo es la televisión y los medios de comunicación para construir una atmósfera de violencia, es claro que en las últimas décadas la imagen del ser humano se valora mucho más que en la antigüedad, hoy en día gran parte de nuestros actos se basan en la repetición de lo que se observa en la televisión, esta influencia también crea un discurso dominante, donde, la televisión rige la moda del pensamiento en las nuevas generaciones Myers (2005) manifiesta que los niños, como, una esponja absorben gran contenido de lo que miran en televisión, señala también que la humanidad ha tenido épocas

más sanguinarias debido a las guerras, en comparación con la época actual, pero hoy en día los estímulos de las imágenes y sonidos que se transmiten por el televisor, es sin duda mayor al que se observaba en el pasado y esto repercute en varios niveles cognitivos para interpretar la agresión y violencia como normal en donde las personas vinculadas con los medios y producciones audio visuales crean y reproducen escenas de violencia.

La teoría del aprendizaje por observación influye en el desarrollo de la violencia llegando incluso a realizar hechos que implican la privación de libertad como medida de castigo por trasgredir las barreras del respeto mutuo. Como se ha planteado en el desarrollo del presente trabajo, el fenómeno de la agresión y violencia implica ciertas consecuencias a nivel penal cuando no existe un manejo adecuado sobre las respuestas emocionales de acuerdo con Myers (2005) muchos de los criminales que hoy en día se encuentran cumpliendo penas en las cárceles de Estados Unidos aprendieron nuevos crímenes y nuevas formas de delinquir al observar programas de televisión.

La finalidad en la reproducción de este material desde la posición de Murillo (1988) tiene que ver con el control sobre el pensamiento de masas, que busca instaurar un punto de vista que favorezca la imagen de los líderes políticos, ya que es una buena fuente de distribución de información, que llega a de forma universal a la población que dispone de un televisor en la casa, vale señalar que las primeras televisiones que se comercializaron en el mercado datan de los años de 1950, hoy en día y con la aparición de Internet, existe un mayor número de potenciales sujetos, que pasarán gran parte de su vida mirando contenido televisivo. Hasta este punto se analiza el fenómeno de la agresión, a continuación se detallan las conductas que corresponden al tema de la violencia.

2.4.2 Violencia

El estudio de la violencia adquiere un enfoque multidisciplinario ya que los fenómenos que la producen son diversos, según las publicaciones de la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2008) en Sabucedo y Morales (2015) plantea: “La OMS brinda una concepción de la violencia mucho más amplia (...) que también califica de violencia a la imposibilidad que tiene una parte importante de la población para acceder a los derechos sociales y económicos básicos” (p. 220), el fenómeno de la violencia trasciende la dimensión individual de las personas, por el contrario este fenómeno ha de ocurrir en distintos

escenarios de convivencia social; a continuación, se describen con más precisión los tipos de violencia:

- **Física:** Implica todas las acciones que tienen que ver con el uso del cuerpo sobre un tercero a juicio de Sabucedo y Morales (2015) indica que se presentan como las agresiones más simples que son: empujar, escupir, abofetear o golpear a alguien, sin embargo, también en este grupo se presentan otras conductas de violencia extrema como la violación, la tortura o el asesinato.
- **Psicológica:** La violencia psicológica ocurre a nivel mental y tiene como finalidad destruir la personalidad de la víctima con la finalidad, que esta, no cuente con independencia en la toma de decisiones, también se puede presentar en los casos de extorsión o amenazas que acaban con los recursos yoicos de un sujeto para enfrentarse ante diferentes circunstancias de la vida.
- **Relacional o social:** Este tipo de violencia afecta las relaciones sociales de la víctima, su finalidad es destruir los lazos sociales o grupos de apoyo que una persona tiene con la finalidad de aislarla socialmente y que los deseos del victimario se cumplan en su totalidad, una vez que una persona pierde dichos vínculos sociales es más fácil manipularla de acuerdo con Sabucedo y Morales (2015).
- **Estructural:** Desde el punto de vista de Sabucedo y Morales (2015) dan a conocer que este tipo de violencia se ejerce mediante el uso de la fuerza de parte de un gobierno o sistema estatal que excluye de los servicios básicos a cierta parte de la población, es cierto que no existe un victimario directo pero las prácticas y políticas públicas que se practican generan caos y desigualdad en los grupos más vulnerables de una sociedad, va de la mano con el racismo y la diferencia entre las clases sociales.
- **Violencia cultural:** La violencia cultural ocurre en todo lo relacionado con una identificación grupal de prácticas, creencias o dogmas, este tipo de violencia sostiene las prácticas ortodoxas que no varían en el tiempo, un ejemplo son los planteamientos de las diferentes religiones alrededor del mundo, incluso a nivel científico existen ciertos planteamientos que no varían a lo largo del tiempo y en su defecto han de irse en contra de todo que sostenga un punto de vista distinto, a juicio de Sabucedo y Morales (2015) mencionan que la violencia cultural se origina en la intolerancia e irrespeto por las creencias de otras personas. A juicio de Yépez (2016) refiere que toda sociedad tiene una cultura que se ha construido en el curso de los años y es única.

Lo siguiente a tener en cuenta es donde se origina la violencia y el comportamiento de las personas en las diferentes sociedades respecto a la misma, ya que se debe tener en cuenta este tema para garantizar adecuadas condiciones de vida a la población en los distintos países con miras a un futuro más saludable, con respecto a esto Tendlarz y García (2008) señalan: “En forma directa o indirecta, la violencia está omnipresente en el discurso de los medios de comunicación de masas y en los espectáculos tanto públicos como privados” (p.13). Desde esta perspectiva el presente análisis toma en cuenta al ser humano dentro de sus relaciones sociales con el fin de entender el tema desde la dimensión psicosocial de la persona.

La violencia puede desencadenar desajustes en la personalidad y rechazo social de acuerdo con Rains (2004) menciona que en el lenguaje de la gente comúnmente se alude como antisociales a personas que presentan algún tipo de psicopatía cuando no son capaces de medir las consecuencias de sus actos inmediatos y a largo plazo, ya que sus características de personalidad los definen como seres sin remordimiento, fríos, crueles o manipuladores, que seguramente tienen conflictos con la autoridad o se vinculan a actividades ilegales o ilícitas.

La violencia es un tema que implica la atención sobre todo a nivel de la responsabilidad social que cada persona tiene en sus manos, es evidente que este fenómeno implica la acción de los psicólogos para promover ambientes saludables y también el establecimiento de conexiones sociales con otros, en la actualidad como plantean los autores, Sabucedo y Morales (2015) este tema causa historias de dolor y sufrimiento en todos los individuos que estén relacionados directa o indirectamente con la violencia.

De acuerdo con el primer informe mundial sobre la Violencia y Salud publicado por la OMS (2002) indica que lo que marcó el siglo pasado, fue, la violencia que de la mano con el avance científico brindaron recursos para resaltar el odio entre los pueblos y esto es el resultado de las guerras mundiales que tuvieron lugar en Europa y Asia, por otro lado en la cotidianidad de las sociedades se evidencia también prácticas violentas en contra de los propios miembros de una sociedad y de la familia, un ejemplo de esto son las nuevas generaciones de niños que sufren violencia de parte de sus padres, dejándolos en el abandono, desnutrición etc, estas huellas se evidencian mucho más en la vida adulta, cuando las primeras experiencias traumáticas no les permiten desarrollarse a plenitud.

De la misma manera la OMS (2002) en Sabucedo y Morales (2015) afirma que las generaciones conformadas por adultos mayores sufren violencia de parte de los cuidadores que los dejan a merced de su suerte y no gozan de protección estatal ni familiar, finalmente

lo que hay que tener en cuenta, es la violencia, que se evidencia con mucha más notoriedad en el contexto educativo, donde las relaciones entre iguales muchas veces no se cumplen y dentro de las aulas de clase también existen víctimas y victimarios que están inmersos dentro de esta problemática, generando huellas de sufrimiento e incluso el abandono escolar.

En el caso de los deportes de contacto parece que la violencia toma un rol principal, es así que los estudios de Morales, Petro y Bonilla (2019) dan a conocer a nivel epidemiológico las distintas lesiones que pueden llegar a tener los practicantes de artes marciales mixtas en comparación con los practicantes de boxeo, ellos señalan que el nivel de daño físico que produce la práctica de artes marciales mixtas es relativamente menor al daño causado a nivel cerebral en los practicantes de boxeo sin embargo, concluyen que ambos deportes representan un alto riesgo para la salud de sus practicantes.

Hasta este punto se ha presentado el fenómeno de la agresión y violencia como una problemática psicosocial, a continuación, vale mencionar las prácticas o propuestas que se han publicado para intervenir sobre esta problemática, es así que en miras de concatenar el presente trabajo con el grupo de estudio que se desarrolla, más adelante, en el marco metodológico y aunque parezca extraño, vale mencionar el papel que cumplen las artes marciales sobre el manejo de las conductas violentas como lo pone en evidencia los estudios realizados por Birgüez (2020).

Como se ha puesto en evidencia la normalización de la violencia en nuestros tiempos ha pasado a ser un tema poco abordado pero se llega al consenso que hoy en día estamos rodeados de estímulos violentos desde los medios de comunicación, el adoctrinamiento político y también dentro de las costumbres sociales, a juicio de Birgüez (2020) acerca de la No-violencia, da a conocer, que es, una forma de solucionar los problemas reconociendo el valor de todos los seres humanos, sin olvidar a uno mismo, es un estilo de vida, donde se construye armonía entre las personas y se trata de resolver los problemas con respeto y serenidad.

Como afirma Birgüez (2020) el papel de las artes marciales es fundamental en la construcción de la No-violencia, en parte por el entrenamiento diario al cual se someten los practicantes de dichas artes y por otro lado, la dedicación, entrega y sacrificio que se demuestra en dicha disciplina, a nivel competitivo siempre se busca un ganador pero el autor que refiere este término señala que en la práctica de la No-violencia se busca también la paz, a diferencia del nivel competitivo, hay que tener en cuenta que esta propuesta no busca obtener un ganador, sino más bien busca la reconciliación de las personas con miras también

a fortalecer los lazos sociales, en este sentido el artista marcial tiene destrezas en la meditación, relajación y el ejercicio físico.

Al ser evaluados varios artistas marciales y al compararlos con un grupo relativamente similar de adolescentes, pero que no habían practicado nunca en su vida la filosofía marcial Tejero y Balsalobre (2010) demuestran que el primer grupo puntúa con niveles inferiores al momento de evaluar dicha área, señalan además que el origen oriental de las artes marciales siempre buscó la paz y la calma, es así que al hablar de artes marciales ortodoxas se puede entender también como técnicas de suavidad, en donde, se puede utilizar la energía del adversario para inmovilizarlo o someterlo en una posición de dominio. Tejero y Balsalobre (2010) Además dan a conocer que no es el tipo de arte marcial que se practique, lo que influye en reducir la violencia, mas bien es el tiempo que una persona se encuentra aprendiendo dicha disciplina.

Estas propuestas muestran escenarios alternativos a las respuestas violentas, es importante mencionar el rol que cumple el diálogo en la resolución de conflictos, podemos ver que con la práctica de la No-violencia se puede conseguir paz entre los diferentes involucrados en un conflicto, desde el punto de vista de Tejero, Ibáñez y Pérez (2008) sostienen que siempre ante un conflicto es mejor abordarlo mediante el diálogo y que este a su vez debe prevalecer ante cualquier situación, ya que favorece que las personas puedan reaccionar ante circunstancias de la vida en general y también en momentos de crisis, porque la educación física y la defensa personal están destinadas para solucionar conflictos, y no por el contrario responder con más violencia.

Otras investigaciones respaldan los argumentos propuestos, pero señalan no solo la importancia de las artes marciales, mas bien se refieren a la actividad física en general. El entorno escolar no está libre de violencia, desde las aulas de clase en muchos países de Latinoamérica empieza la discriminación entre iguales o denominado también en los últimos años: bullying, por esto es necesario brindar estrategias de afrontamiento para construir una sociedad menos violenta a juicio de Medina y Reverte (2019) señalan que la actividad física fomenta el desarrollo del cuerpo, pero también de la mente, en el preciso momento donde los individuos logran conseguir metas mediante el ejercicio motor y a su vez superan factores como la obesidad, mejorando su auto concepto y favoreciendo la construcción de lazos relacionales y afectivos.

2.5 Neurofisiología de las emociones

El cerebro al ser un órgano que rige el funcionamiento de todo el cuerpo humano cumple un rol fundamental dentro de la respuesta emocional, ya que las estructuras anatómicas dentro de esta masa están representadas en diferentes regiones de la corteza cerebral. Varios teóricos han estudiado las emociones de manera científica durante el transcurso de los últimos siglos, ellos han propuesto distintos enfoques acerca de las emociones, (Rains, 2004) menciona: “La emoción puede ser conceptualizada a partir de tres componentes: excitación corporal, conducta y experiencia subjetiva” (p.288).

Sin embargo, en el estudio de las neurociencias se presentan propuestas completas que abordan el funcionamiento de la unidad básica del sistema nervioso, que es, la neurona; de acuerdo con Rains (2004) plantea que en los primeros años de estudio en la neurobiología, la comunidad científica se encontraba en el debate de dos puntos de vista acerca de la conformación del sistema nervioso, en donde los instrumentos que se utilizaban para su estudio no eran tan avanzados para alcanzar a visualizar las estructuras, que hoy conocemos a nivel molecular.

A comienzos del siglo pasado existieron dos puntos de vista en el debate de la estructura del sistema nervioso, las personas que sostenían la idea que el sistema nervioso central estaba conformado por la unión de células interconectadas que formaban una estructura celular semejante a una red se los denomina defensores de la teoría reticular en la opinión de Rains (2004). Por otra parte el grupo de científicos destinados a sostener una postura diferente con respecto al mismo tema de estudio, defendían sus argumentos en base a una estructura celular que es la unidad anatómica y funcional y por ende ha de desencadenar los procesos relacionados con el funcionamiento del sistema nervioso, esta postura adoptó el nombre de teoría neuronal como afirma Rains (2004), esta unidad básica y funcional toma el nombre de neurona.

La teoría reticular comprende al sistema nervioso como un solo cuerpo conformado por células de iguales características, la peculiaridad de las células en este sistema son las conexiones que establecen entre ellas, semejante a una red, esta interpretación es importante en la comprensión de las estructuras neuroanatómicas ya que fueron los primeros esfuerzos en explicar la estructura y fisiología del sistema nervioso como enfatiza Rains (2004).

Según los principios de la teoría reticular, el funcionamiento del sistema nervioso se basa en la comunicación en la red antes descrita conformada por un solo cuerpo, un

descubrimiento tras otro sirvieron para defender dicho argumento al mismo tiempo que las técnicas de observación cada vez podían alcanzar objetivos más pequeños, es el caso del denominado aparato de Golgi llamado así por su descubridor y en donde el resultado de esta observación pone en evidencia a las células del sistema nervioso central con todas sus ramificaciones.

Como ya se había mencionado, en los intentos de descifrar las estructuras anatómicas involucradas en el funcionamiento del sistema nervioso se adoptaron dos posturas, sin embargo, estos intentos se agilitaron con el avance de los instrumentos utilizados para observar las estructuras neuroanatómicas, en este sentido al visualizar objetivos cada vez más pequeños aparece una idea revolucionaria en esta área del conocimiento, desde el punto de vista de (Rains, 2004) analiza:

Antes que el debate fuese resuelto, el fisiólogo británico sir Charles Sherrington propuso el concepto de un espacio estrecho entre las neuronas, al cual llamó sinapsis, con bases conductuales más que anatómicas. Él propuso este concepto para proporcionar una explicación de su observación de que se podía provocar un reflejo cuando se presentaban en secuencia, a intervalos menores de 1 segundo entre ellos, varios choques eléctricos jubumbiales, cada uno demasiado débil como para provocar el reflejo cuando se aplicaba de manera aislada (p.22).

Queda en evidencia que el estudio sobre las estructuras del sistema nervioso siempre ha permanecido en constante cambio, lo cual demuestra los intentos para comprenderlo e incluso hoy se siguen publicando nuevos descubrimientos que se obtienen sobre esta temática. Con respecto a la sinapsis neuronal Clark, Boutros, y Méndez (2019) plantean: “Existen dos tipos de sinapsis: la eléctrica y la química. La sinapsis química provee un acoplamiento electrotónico entre neuronas, se da mediante uniones estrechas entre neuronas y permite el paso bidireccional de iones directamente de una célula a otra” (p.23). En la sinapsis química son protagonistas las moléculas que actúan en el espacio intra y extracelular de la neurona en este proceso de comunicación denominado sinapsis.

Incluso hoy en día y gracias al microscopio electrónico se sabe que el metabolismo humano funciona armónicamente conformado por varios sistemas especializados, en los sistemas más complejos y en las unidades más elementales de dicho proceso suceden fenómenos biomoleculares que permiten el ingreso y salida de elementos como: calcio, sodio y potasio para regular la homeostasis celular, con respecto a la sinapsis eléctrica Clark et al. (2019) dan a conocer: “Las sinapsis eléctricas se encuentran en situaciones en las que se requieren conductas estereotipadas rápidas y son poco comunes en el sistema nervioso humano” (p. 23). Los diferentes tipos de sinapsis ocurren en diferentes circunstancias en las

que reacciona el organismo, en algunas situaciones excita y en otras inhibe el sistema nervioso y las respuestas emocionales, pero siempre, su funcionamiento está mediado en las estructuras que conforman tanto al sistema nervioso central como el periférico.

Estudiar la estructura neuroanatómica es importante en la teoría de las emociones desde el punto de vista biológico, sin embargo, estudios más profundos sobre el tema plantean una relación entre el cerebro y la emoción pues sin duda han de ser importantes en regular ciertas conductas como el miedo condicionado, a criterio de Rains (2004). Con respecto a las emociones existen varias teorías planteadas, con el pasar de los años también han existido modificaciones, críticas y nuevos aportes a los conceptos planteados como se detalla a continuación.

2.5.1 Teoría de William James y Carl Lange

El concepto básico que se pretende explicar en esta teoría enfatiza que la respuesta fisiológica inicia por un estímulo externo y posteriormente se da paso a una respuesta de carácter emocional según (Rains, 2004) señala: “La primera teoría moderna de la relación entre cerebro y emoción fue propuesta de manera independiente por William James (1884) y por el psicólogo danés Carl Lange” (p. 289). Vale señalar que en las antiguas civilizaciones ya se mostró un interés por el estudio de las emociones y se hizo evidente mediante expresiones artísticas, literarias o en el canto, u otras expresiones culturales, sin embargo, al referirnos acerca de las emociones desde el punto de vista científico los autores antes mencionados fueron los pioneros en presentar un estudio en base a un estudio objetivo y vincularlo con el funcionamiento cerebral.

Los estímulos frente a los cuales reacciona una persona, según esta propuesta, generan una respuesta corporal, misma que después activa la interpretación subjetiva en la corteza y finalmente se manifiesta como una conducta, en la opinión de Rains (2004) propone que las distintas emociones activan una respuesta corporal que es el primer paso en la respuesta emocional en el caso del miedo genera temblor y sudor, en la felicidad genera risas y en la depresión provoca llanto. En resumen, lo que se pretende dar a conocer es que las emociones se originan en los estímulos que recibe una persona del medio externo, en otras palabras, se puede decir que una persona está triste porque llora, no lo contrario, la persona llora porque está triste.

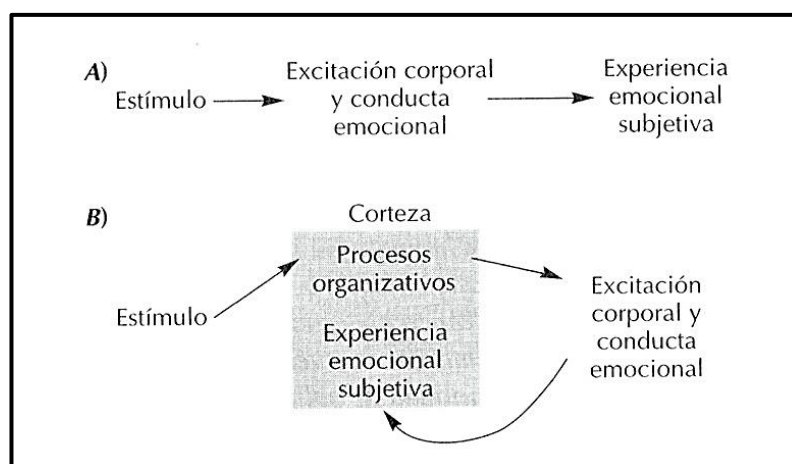


Figura 1. Teoría de la emoción de James-Lange.
 Fuente: Rains, 2004.

Estos postulados se basaron en métodos de observación conductuales más que fisiológicos a criterio de Rains (2004) los primeros esfuerzos fueron muy importantes ya que se abrió el paso para que otras propuestas sean analizadas y debatidas posteriormente y este acontecimiento es importante para las distintas áreas del conocimiento que abarcan la comprensión del ser humano ya sea desde las ciencias médicas o desde las teorías psicológicas, comprender el funcionamiento de las emociones puede servir para tratar muchas problemáticas actuales promoviendo el uso de la razón sobre la impulsividad.

2.5.2 Teoría de Walter Cannon y Philip Bard

La segunda propuesta teórica que se aborda toma en cuenta otras estructuras neuroanatómicas como son los diferentes núcleos del tálamo e hipotálamo con respecto a este planteamiento (Rains, 2004) refiere:

Un estímulo emocional primero activa el tálamo, desde el cual activa de manera simultánea la corteza y el hipotálamo (...). La activación cortical provoca una experiencia emocional, mientras que la estimulación hipotalámica organiza la respuesta conductual y autónoma. Puesto que Cannon creyó que la respuesta autónoma es en esencia estándar para todas las emociones, argumentó que ella contribuye a la experiencia emocional mediante la retroalimentación hacia la corteza y a la amplificación de la intensidad de la experiencia emocional específica, que fue organizada por la entrada talámica directa (p.291).

Los teóricos de las emociones han llegado a estar de acuerdo sobre la influencia de las estructuras neuroanatómicas en las emociones.

Desde sus inicios, los estudios y los enfoques de la neuroanatomía tomaron diferentes puntos de vista, siempre con hipótesis por separado, como se sabe en el estudio del ser

humano no siempre las teorías llegan a explicar con exactitud las distintas respuestas que puede tener una persona a nivel de su actuar conductual o psicológico. Hoy sabemos que las estructuras neuroanatómicas regulan gran parte de este funcionamiento según Rains (2004) da a conocer que la teoría de Cannon y Bard pone especial énfasis en las estructuras de la corteza cerebral a diferencia de la teoría anterior, que ya se ha mencionado, tuvo una comprensión más enfocada en la conducta, esta propuesta resalta la importancia del tálamo e hipotálamo como reguladores de la respuesta emocional. A continuación, se analiza la importancia de estas estructuras anatómicas en la mediación emocional.

El origen de las emociones como, por ejemplo, la agresión se puede decir que está determinada en la región media del cerebro o también conocido como mesencéfalo, desde el punto de vista de la anatomía cerebral Rains (2004) indica que precisamente el hipotálamo es la estructura que regula el funcionamiento autónomo de un organismo, así también es el punto principal que emite señales a otros órganos para que cumplan una producción endócrina específica, y a su vez, fue la primera estructura neuroanatómica vinculada con las conductas emocionales.

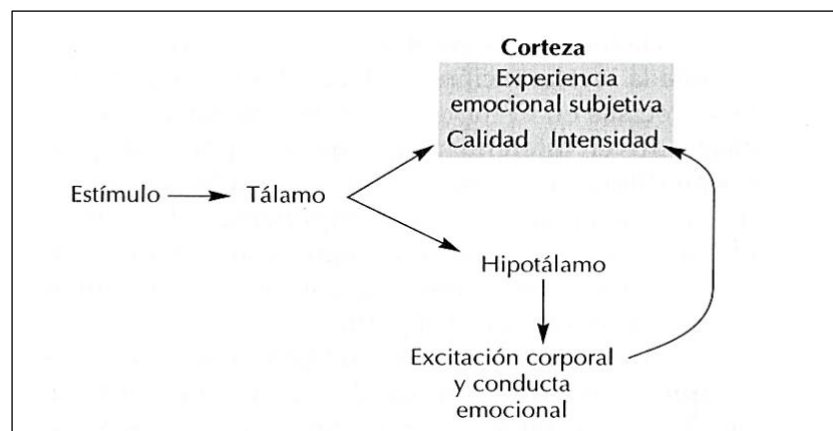


Figura 2: Teoría de la emoción de Cannon-Bard.
Fuente: Rains, 2004.

2.5.3 Estructuras Neuroanatómicas de la emoción

El tálamo y el hipotálamo fueron las primeras estructuras dentro del sistema nervioso que se plantearon que tenían una relación con las emociones, para explicar las emociones desde las estructuras anatómicas Rains, (2004) propone que el tálamo y los diferentes núcleos que encontramos en esta estructura participan en la respuesta emocional humana y que además estos núcleos funcionan de manera particular en la mediación de funciones

corporales que preparan al cuerpo para una respuesta determinada, por ejemplo en una respuesta de huida se necesita mayor cantidad de glóbulos rojos en la sangre por lo que se acelera el ritmo cardiaco, sin embargo la neocorteza también influye en la toma de este tipo de decisiones.

Esta estructura pertenece al diencefalo, llamado así porque está compuesto por las dos estructuras antes mencionadas, sin embargo, cada una de estas también se subdivide en núcleos más pequeños que reciben información sensorial desde otras partes del cuerpo y de la misma manera, algunos núcleos se comunican con la corteza, los ganglios de la base, cerebelo entre otros puntos con el fin de actuar de cierta manera en donde se requiera la mediación del diencefalo así lo expresa, Rains (2004). Este sistema regula la respuesta simpática y parasimpática que resultan antagonistas y en la mayoría de los procesos operan una después de la otra con la finalidad de regular al organismo.

Entre los núcleos que se subdivide el tálamo se encuentran centros especializados en las respuestas emocionales como refiere Snell (2003) el núcleo dorso medial se comunica con la corteza de los lóbulos frontales, región donde se procesa la información y actúa como una estación mientras se prepara la conducta de respuesta ante dicho estímulo, por otro lado, aspectos como la personalidad del individuo se encuentran representados también en este núcleo del tálamo pero las conexiones que se establecen se dirigen al hipotálamo, en los estudios de laboratorio se ha llegado al consenso que existen pruebas suficientes para atribuir dichas funciones a los núcleos aquí presentados. Además Snell (2003) manifiesta que varios autores atribuyen al hipotálamo como el mayor integrador de la información aferente que llegan de otras áreas del sistema nervioso.

Estas estructuras se encuentran en las líneas de separación con otros sistemas por ejemplo, un sistema que limita en los perímetros continuos del diencefalo es el sistema límbico, que está asociado generalmente con las emociones y la memoria, de acuerdo con Rains (2004) señala que el hipotálamo cumple un papel antagonista al tálamo, es decir, realiza los procesos contrarios al tálamo, con la finalidad de normalizar al organismo en un estado de homeostasis, que es el indicado para responder en diversos escenarios de la vida social como se propone en la presente disertación.

Se evidencia que el hipotálamo es importante en la regulación de algunas conductas fisiológicas, de manera general es el centro encargado de restablecer el equilibrio en el denominado sistema nervioso autónomo, por lo cual no debe mal interpretarse que este centro es el único responsable de la regulación de las emociones pues como se señaló con

anterioridad se comunica con otras regiones del cerebro a través de las sinapsis y necesita de estos otros centros para producir finalmente una respuesta conductual específica como por ejemplo: comer o beber, luchar o huir de acuerdo con, Rains (2004). Desde el punto de vista de Snell (2003) atribuye también funciones como resequeidad en la boca, sudoración y cambios en el color de la piel.

Los centros del hipotálamo en la mayoría de las especies de mamíferos controlan respuestas de tipo agresivo, estas respuestas de la misma manera son distintas dependiendo del núcleo que se estimule, a continuación, se expone el juicio de Flynn (1967) citado en Rains (2004) que expresa el siguiente razonamiento sobre la agresión y su relación con respuestas donde suceden este tipo de conductas, sus investigaciones se realizaron en felinos y se evidenció que la estimulación eléctrica del hipotálamo medial produce agresión afectiva y se demuestra con sonidos y pequeñas amenazas que emite el animal ante otro animal; por su parte la estimulación del hipotálamo lateral genera agresión hostil y las conductas que surgen producto de la misma son de carácter fulminante, que tiene como finalidad terminar con la vida de la presa, atacando a partes sensibles o vulnerables e incluso algunas veces desangrandola.

2.5.4 Circuito de Papez

De igual forma a la teoría propuesta por Cannon y Bard en los años de 1930 se propone un gran aporte a las investigaciones previas acerca de las emociones, desde este punto de vista efectivamente el punto de inicio del funcionamiento emocional comienza por la vía sensorial pero a diferencia de las teorías predecesoras se plantea que también el tálamo cumple un rol fundamental así también la circunvolución cingulada, respecto a esto Rains (2004) refiere que dicha circunvolución sirve de estructura intermedia entre las áreas corticales implicadas en funcionamiento emocional, éstas áreas específicas son las protagonistas en los procesos donde interviene la memoria.

El concepto básico de Papez fue una propuesta completa respecto al funcionamiento a nivel fisiológico de las emociones, sin embargo, también existieron nuevos planteamientos con respecto a este debate para acercarse finalmente a la conclusión acerca de este tema, como señala Rains (2004) los descubrimientos de Papez aunque no del todo en lo cierto sirvieron para evidenciar las diferentes conexiones que existen desde el diencefalo hacia las otras áreas corticales, sin embargo, el avance tecnológico de la época no permitía establecer

a ciencia cierta el porcentaje de neuronas involucradas en el procesamiento emocional, a pesar de esto ante la comunidad científica estos primeros planteamientos fueron aceptados y como se hará referencia en los siguientes párrafos, la propuesta de Papez marcó un aporte fundamental en la comprensión del funcionamiento de las emociones.

Como se puede observar en el abordaje de la fisiología emocional a nivel neuroanatómico existen regiones que regulan otras funciones corporales y preparan al organismo para emitir una respuesta, pero acorde a permanecer en los objetivos de la investigación se pretende explicar con más detalle las estructuras implicadas a nivel de la respuesta corporal relacionadas con la agresión, pues la elaboración del presente marco teórico sostiene una postura cognitiva sobre el abordaje de dichas conductas.

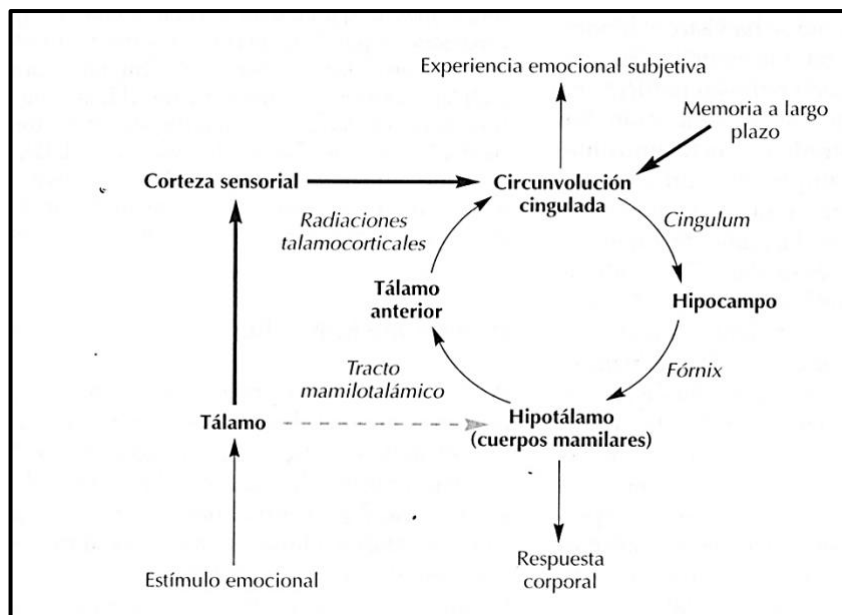


Figura 3: Esquema del circuito de Papez.
Fuente: Rains, 2004.

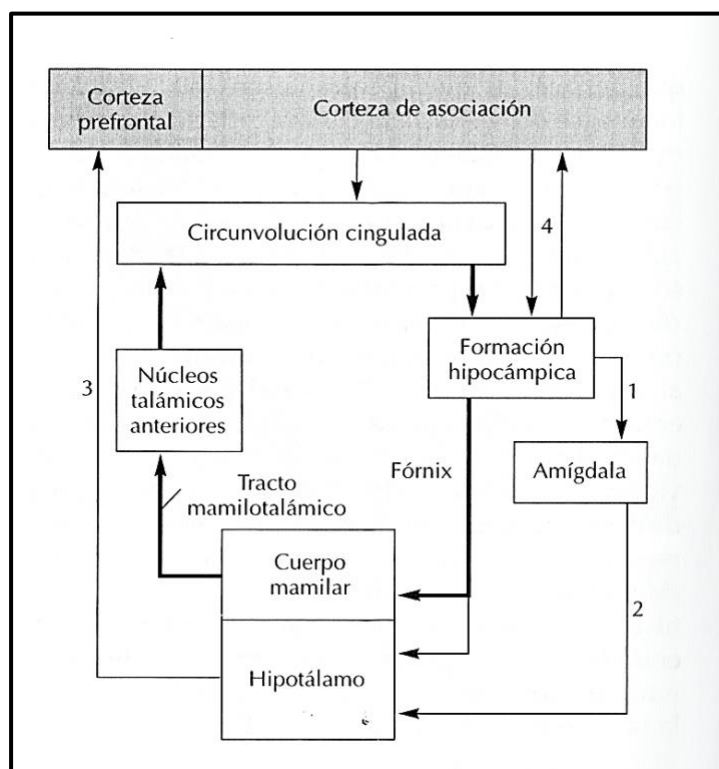


Figura 4: Circuito de Papez, además de nuevos descubrimientos planteados luego de su propuesta original.
Fuente: Rains, 2004.

2.5.5 Amígdala

La amígdala es una estructura localizada en el sistema límbico, lo característico de esta estructura es su tamaño y el aspecto regulador que cumple en el funcionamiento emocional. Con respecto a las estructuras que la conforman y a su funcionamiento, Rains (2004) plantea que se divide en sub núcleos y cada uno se encuentra ligado con emociones específicas; de la misma forma el autor da a conocer que estos centros toman el nombre de: núcleo basolateral, núcleo medial y núcleo lateral, una emoción tan compleja como el miedo se produce en estas áreas, dichos componentes trabajan a la par con procesos cognitivos como la memoria y sobre todo con los centros que procesan los sonidos.

La importancia de la amígdala en el estudio de las emociones toma como base a los núcleos antes mencionados, en el planteamiento de varios autores, estos núcleos reciben información de distintas regiones del cuerpo, a juicio de Clark et al. (2019) señalan: “La amígdala monitorea las señales sensoriales internas y externas actuales. Es en particular muy

sensible a señales de naturaleza social, tanto positivas como negativas; no obstante, su prioridad es la de “detectar el peligro” (p. 238). Esta estructura es muy importante para la regulación de las emociones como han planteado los autores y no hay que sobre estimar su importancia solamente por su tamaño. Por su parte Carlson (1996) comenta que las estructuras anatómicas de la amígdala son fundamentales para entender las conexiones con el hipotálamo e interpretar conductas de carácter agresivo o defensivo.

Existen evidentemente conductas heredadas para la especie humana que determinan el actuar de cierta manera, estas conductas se presentan como patrones conductuales específicos y es lo que ocurre con el condicionamiento por miedo, como se ha mencionado anteriormente el condicionamiento por miedo repercute en ciertas estructuras de la corteza cerebral con la finalidad de preparar al cuerpo para una respuesta, es así que hemos garantizado la sobrevivencia de la especie en el transcurso de la historia, a juicio de Rains (2004) argumenta que la audición está involucrada en el condicionamiento por miedo, lo cual es llamativo pues lo que se propone en el presente trabajo es precisamente mejorar esta área con la finalidad de promover una mejor comunicación entre las personas.

Dichos condicionamientos se presentan sobre todo en las conductas de sobrevivencia y son necesarios para afrontar varias situaciones de la vida, no obstante con la evolución, el ser humano no necesita reaccionar de la misma manera que en el pasado, pues la importancia de los lóbulos frontales incurren en las respuestas que una persona puede tener hoy en día, estas respuestas van de la mano con el desarrollo del juicio y también del razonamiento con la finalidad de ser menos impulsivos y buscar la solución a los conflictos en base al pensamiento y menos en los instintos.

“Aunque la amígdala se asocia con ansiedad y miedo también es activada por estímulos positivos a través de sus conexiones con el circuito de la recompensa tegmental ventral” (Clark, et al, 2019, p. 238). Esta cita menciona otro de los núcleos de la amígdala que también se encuentra vinculados con la respuesta emocional, en este sentido puede entenderse que no es tan simple la comprensión de las emociones pues también aparte de las estructuras mencionadas vale tomar en cuenta la experiencia subjetiva que se produce paralelamente al proceso fisiológico.

Es importante además señalar que esta estructura es de suma importancia en la regulación de la mayoría de los procesos que involucran una respuesta emocional, la amígdala al ser una glándula que regula el funcionamiento corporal se comunica con otros centros relacionados con la respuesta conductual de la emoción, en un determinado momento

han de ocurrir respuestas que excitan o estimulan el funcionamiento del sistema nervioso y en otro momento por el contrario se necesita la mediación de esta estructura para inhibir o pausar dichas respuestas y finalmente llevar al cuerpo a la normalidad.

Es así que en el siglo XXI se puede tener una comprensión acerca del funcionamiento neurofisiológico de las emociones, como nunca antes pudo haber sido tratado o propuesto, entonces partiendo de las unidades anatómicas y funcionales, que son las neuronas con sus diferentes características, unipolares o multipolares, además de neuronas especializadas que se ubican en determinadas partes del organismo se sabe que están separadas entre sí por un pequeño espacio llamado sinapsis, que algunas veces se comunica con otras regiones del sistema nervioso vía eléctrica y en otros momentos lo hace de forma química, pero la velocidad de comunicación siempre es constante tomando en cuenta otros principios fundamentales de este sistema como la ley de todo o nada en palabras de Rains (2004).

El estudio de la neuropsicología tuvo su momento de mayor aporte científico en el denominado: periodo contemporáneo, es así como empleando las palabras de Ardila y Rosselli (2007) se da a conocer que el avance en las técnicas de observación contribuyeron a mejorar la comprensión sobre el funcionamiento de muchos procesos que ocurren en la mente humana, los aspectos más importante para el desarrollo de este periodo que inicia desde 1975 en adelante fueron: mejores imágenes del cerebro, la utilización de material psicométrico estandarizado de acuerdo a cada población de estudio, los avances en la rehabilitación de funciones neuropsicológicas de parte de los trabajadores de la salud, la formación de más profesionales en el área de la neuropsicología, mayor número de publicaciones y un mayor campo de trabajo respaldan las teorías validadas hasta la actualidad.

Es importante conocer las estructuras anatómicas implicadas en el proceso regulador de las emociones y también para los profesionales de la psicología enfocada en la educación y procesos formativos del ser humano, pues en el caso del presente trabajo es beneficioso disponer de este conocimiento para el abordaje enfocado en el manejo de la violencia, desde la comprensión del ser humano como individuo pero también como sujeto partícipe de múltiples escenarios en la vida social, el estudio de estas estructuras, ofrecen a los diversos profesionales pautas para la comprensión en base a estudios cuantificables y que pueden ser comprobados bajo el método científico para proponer, tal vez, respuestas a los problemas que nos aquejan hoy por hoy como civilización.

CAPÍTULO 3

MARCO METODOLÓGICO

3.1 Fase diagnóstica

En el presente capítulo se abordan diferentes aspectos que respaldan la creación de una guía - manual de habilidades sociales para el manejo de conductas violentas. De igual manera se detallan los pasos a seguir desde la ejecución de la fase diagnóstica, los resultados y parámetros a tener en cuenta para la elaboración del producto.

3.1.1 Metodología

La metodología propuesta en el presente trabajo se enmarca en un modelo de investigación mixta ya que propone el abordaje y tratamiento de datos cuantitativos en un primer momento y datos cualitativos posteriormente, mismos que corresponden a la fundamentación teórica planteada anteriormente, la temporalidad de la investigación es transversal ya que su duración ocurre en un momento específico de tiempo. Al año de realización de este trabajo la humanidad atravesó por una grave crisis sanitaria con consecuencias fatales, el relacionamiento social se ha modificado para acoplarse a esta cruda realidad, durante la fase diagnóstica la aplicación de los instrumentos propuestos pudo darse sin mayores complicaciones pues el grupo no sobrepasó el número sugerido por las autoridades para poder llevar a cabo reuniones, las entrevistas se realizaron en la modalidad en línea, las respectivas guías de entrevista y transcripciones se detallan a continuación.

3.1.2 Participantes

Los participantes que formaron parte del proyecto son practicantes de Artes Marciales Mixtas que residen en la ciudad de Quito y pertenecen al equipo MMA el Valle, que desarrollan la actividad antes descrita con fines de competencia y conductas dirigidas hacia metas. El grupo con el cuál se trabajó estuvo conformado bajo la modalidad de trabajo denominada “focus group” que es una metodología propuesta para un grupo determinado de una muestra, todos varones entre 18 y 35 años de edad, todos mayores de edad que consolidan un grupo de características diversas teniendo en cuenta las actividades que

realizan fuera de la vida deportiva, algunos son profesionales y otros estudiantes, los participantes del grupo protagonizan vidas muy diferentes teniendo en cuenta sus niveles de ingresos, ocupación y datos biomédicos por lo que se consolida como un grupo heterogéneo.

En la modalidad de trabajo denominada “focus group” el tamaño del grupo varía según los objetivos y tema a tratar, a juicio de Escobar y Bonilla (2015) sostienen que el número de integrantes recomendado para este trabajo es de 3 a 12 participantes para facilitar la logística, así también la comunicación entre los integrantes. Al realizar los estadísticos descriptivos de los participantes se llegan a las siguientes conclusiones, la media de edad del grupo es 25 años, cuatro de siete son solteros, cuatro de los siete integrantes cuentan con educación secundaria completa.

3.1.3 Instrumentos

Para la evaluación de la fase diagnóstica se emplearon métodos de recolección de datos mixtos, que posteriormente se sometieron a validación estadística, estos fueron datos sociodemográficos, en el aspecto psicométrico el test estandarizado EHS (Escala de Habilidades Sociales) publicado por Gismero (2010) para valorar la comprensión de la violencia se usó la técnica de la entrevista aportando con un tinte cualitativo a la investigación. Con la ficha de datos sociodemográficos se obtuvieron datos relacionados con el nivel de estudios, cantidad de ingresos económicos mensuales, edad, estado civil, número de hijos y diferentes datos biomédicos relacionados con la práctica deportiva.

Con la Escala de Habilidades Sociales se pudieron obtener datos en las distintas áreas relacionadas en el desenvolvimiento social que son: I. Autoexpresión en situaciones sociales. II. Defensa de los derechos propios como consumidor. III. Expresión de enfado o disconformidad. IV. Decir no y cortar interacciones. V. Hacer peticiones. VI. Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto. Vale mencionar que los resultados obtenidos en el instrumento detallado con anterioridad evalúan el nivel de la conducta asertiva, por lo que en algunos casos una persona puede actuar asertivamente o demostrar habilidades sociales en una situación determinada y, sin embargo, encontrarse con dificultad en otra situación distinta (Gismero, 2010).

3.1.4 Procedimiento

El levantamiento de la información empezó con la firma del consentimiento informado, mismo que detalla los alcances de la presente investigación, de la misma manera se les informó a los participantes que su colaboración en el proyecto es voluntaria con la posibilidad de retirarse el momento que les parezca adecuado. Se les informó que los datos serían manejados con absoluta confidencialidad, por lo cual se utilizaría un código numérico en la fase de análisis de datos para garantizar los fines establecidos.

La aplicación fue grupal, respetando las respectivas normas de distanciamiento social vigentes mientras duró la investigación, en un primer momento se procedió con la aplicación de la ficha de datos sociodemográficos y después con la aplicación del test estandarizado Escala de Habilidades Sociales.

Una vez concluida la fase de recolección de datos, se procedió con el respectivo análisis, en el caso de la Escala de Habilidades Sociales se debe tener en cuenta que las puntuaciones reflejan el actuar de un individuo en un determinado contexto, por lo que, la asertividad personal puede variar dependiendo de las distintas circunstancias.

3.1.5 Resultados

3.1.5.1 Cuantitativos

A continuación, se detallan los resultados cuantitativos de la fase diagnóstica. En primer lugar, se muestran las seis subescalas que mide el test propuesto, los datos presentados corresponden al promedio general de todos los participantes del proyecto, siendo estas: I. Autoexpresión en situaciones sociales. II. Defensa de los derechos propios como consumidor. III. Expresión de enfado o disconformidad. IV. Decir no y cortar interacciones. V. Hacer peticiones. VI. Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto, los valores se presentan en números enteros, es decir se ha redondeado los totales que superan el valor de 0.55 después del punto decimal a su inmediato superior.

Como se ha mencionado con anterioridad lo que mide el presente instrumento se relaciona con el comportamiento asertivo, aserción, o denominado también habilidades sociales, pero vale señalar que el problema de definir a una persona bajo dichos parámetros depende de múltiples variables empezando por el contexto de cada persona que se sujeta al nivel de educación, los valores culturales, edad, sexo, status social, etc.

- **I. Autoexpresión en situaciones sociales**



Figura 5: Puntuaciones subescala I. (EHS) Escala de Habilidades Sociales.

Fuente: Elaboración Propia.

En el área de autoexpresión en situaciones sociales se puede evidenciar que los participantes demuestran un 56% de aserción en expresar sentimientos, pensamientos, emociones propias etc. El 44% de los participantes muestra falta de aserción en la expresión de ideas, pensamientos, planteamientos al momento de expresarse con otras personas.

- **II. Defensa de los derechos propios como consumidor**



Figura 6: Puntuaciones subescala II. (EHS) Escala de Habilidades Sociales.

Fuente: Elaboración Propia.

En la subescala II. el análisis de los datos detalla que el 52 % de los participantes muestra falta de aserción en lo relacionado con la defensa de los propios derechos en

situaciones de consumo, también en hacer respetar las filas, pedir descuentos, devolver objetos defectuosos o pedir a alguien que guarde silencio en el cine.

- **III. Expresión de enfado o disconformidad**



Figura 7: Puntuaciones subescala III. (EHS) Escala de Habilidades Sociales.

Fuente: Elaboración Propia.

Con estos resultados se puede observar que el 56% demuestra habilidades en lo relacionado con las expresiones de enfado o disconformidad, sin embargo, un número relativamente representativo, tiene dificultades en esta subescala con una puntuación correspondiente al 44% del grupo.

- **IV. Decir no y cortar interacciones**



Figura 8: Puntuaciones subescala IV. (EHS) Escala de Habilidades Sociales.

Fuente: Elaboración Propia.

En esta subescala se puede apreciar que el 82% de los participantes posee cualidades para cortar interacciones que no se quieren seguir manteniendo con otras personas en el corto y largo plazo, de manera general es la capacidad de poder decir no.

- **V. Hacer peticiones**



Figura 9: Puntuaciones subescala V. (EHS) Escala de Habilidades Sociales.

Fuente: Elaboración Propia.

En el área de hacer peticiones se puede apreciar que los participantes reflejan una puntuación del 69% de asertividad en lo que respecta a la comunicación con otras personas al momento de pedir que se nos haga un favor o se nos regrese algo que hemos prestado.

- **VI. Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto**



Figura 10: Puntuaciones subescala VI. (EHS) Escala de Habilidades Sociales.

Fuente: Elaboración Propia.

En esta subescala los participantes puntúan un nivel del 53% de conducta asertiva que define la habilidad para iniciar interacciones con el sexo opuesto, ya sea para entablar una conversación o pedir una cita, de la misma manera es la capacidad para poder decir un halago a una persona que nos resulta atractiva.

- **Puntuación Global**



Figura 11: Puntuaciones globales, (EHS) Escala de Habilidades Sociales.

Fuente: Elaboración Propia.

La puntuación global en lo concerniente a los niveles de aserción de los participantes da a conocer una calificación cuantitativa de 66 % en su nivel de aserción general en ámbitos sociales, vale señalar que algunas de estas áreas detalladas, reflejan fortalezas en algunas subescalas como, por ejemplo: la subescala IV. Decir no y cortar interacciones y la subescala V. Hacer peticiones. En otras subescalas las puntuaciones más bien demuestran debilidades o puntuaciones bajas, por ejemplo, en la subescala II. Defensa de los propios derechos como consumidor y la subescala VI. Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto.

- **Resultados por subescalas:**



Figura 12: Puntuaciones de todas las subescalas, (EHS) Escala de Habilidades Sociales.
Fuente: Elaboración Propia.

En la presente figura se evidencian las puntuaciones de todas las subescalas, para lo cual vale señalar que los niveles de aserción miden el nivel que tienen las personas para responder a distintas situaciones sobre todo en lo que tiene que ver con el relacionamiento en distintos contextos sociales, por lo que, los resultados pueden variar de una subescala a otra, siendo pertinente el refuerzo de las subescalas donde se presentan puntuaciones bajas y trabajar en las fortalezas para seguir desarrollando las mismas con la finalidad de manejar las conductas en las diferentes áreas propuestas de los participantes.

Una vez que se han puesto en evidencia los resultados cuantitativos, a continuación, se presentan los resultados cualitativos del trabajo.

3.1.5.2 Cualitativos

Respecto a los resultados cualitativos de la disertación, las transcripciones de las entrevistas en su totalidad se encuentran en la parte correspondiente a ANEXOS, en este sentido para facilitar la lectura se detallan solamente los aspectos más importantes del contenido y se realiza un análisis cotejando esta información con las variables propuestas del test estandarizado, en donde se puede evidenciar una relación directa con respecto al contenido tanto explícito como implícito acerca de la comprensión sobre la violencia de parte de los practicantes de artes marciales.

En el relato de los miembros del grupo se puede apreciar que no existe un consenso común para definir la violencia y que las formas más generales son verbales o físicas:

Por violencia yo entiendo cualquier acto, que pueda dañar física o psicológicamente a un ser humano, desde cualquier perspectiva, puede ser deportivo o puede ser desde cualquier perspectiva, cualquier acto donde el ser humano puede ser lastimado por otro ser humano porque la violencia no solo puede ser que alguien golpea a alguien también puede ser que un ser humano ponga una bomba eso sería un acto de violencia y que esa bomba explote y en ese acto de violencia mueran personas. (Entrevista, participante 003)

Entrevistador: ¿Qué entiendes por violencia?

Entrevistado: (Silencio) depende, existe violencia verbal y física es similar a la agresión un poco, no tanto.

Entrevistador: ¿Algo más?

Entrevistado: No.

(Entrevista, participante 005)

Con respecto al origen y a las causas por las que surge este fenómeno se entiende de manera general que mantener la calma es siempre una cualidad cuando la situación se puede controlar:

Entrevistador: ¿Creés que exista un detonante para que ocurra la agresión?

Entrevistado: Sí, cuando no existe la paciencia, cuando las personas no tienen esa virtud, tener paciencia, explotan, sea en una discusión, sea cuando una persona que está gritando, otra vuelve a gritar más fuerte y comienza ya armarse un batallón.

(Entrevista, participante 005)

Los resultados cualitativos respaldan a los resultados obtenidos con la aplicación del test estandarizado (EHS) Escala de Habilidades Sociales que correspondían a la etapa cuantitativa de la investigación, en este sentido la subescala II del test, Defensa de los propios derechos como consumidor se corroboran las debilidades del grupo por lo que es pertinente que dicha subescala sea intervenida:

“El otro día yo fui en un taxi y cogí un in drive y justamente en ese mismo lugar estaban otras personas esperando el mismo in drive entonces resulta que yo había pedido a la Mañosca, donde yo vivo, y ese in drive iba a la Mascota que era en el sur y yo me doy cuenta cuando ya llegamos a la 5 de junio, que es, una parte del sur, entonces hubo un problema pero finalmente me dejó en mi casa me pidió que le pague tres dólares más y yo no accedí, solamente me bajé y entré a mi casa, pero ósea eso fue un error de los dos porque digamos yo pensé que es el in drive correcto, él tampoco cogió bien a sus pasajeros porque no preguntó quién era, solamente me llevó entonces creo que fue un error de parte

y parte solamente que no llegamos a un acuerdo común, yo tampoco le iba a pagar tres dólares más porque yo para el in drive que pedí tenía el dinero exacto” (Entrevista, participante 003)

Finalmente se llega al consenso que el ser humano es violento y que la historia demuestra que en el transcurso de los años este tema siempre ha estado ligado al desarrollo de las sociedades, sin embargo en el análisis del presente párrafo se hacen evidentes ciertos mecanismos como por ejemplo: la racionalización, que puede indicar un contenido latente de fondo teniendo en cuenta que la finalidad del tema de disertación es manejar adecuadamente dichas conductas para mejorar la calidad de vida.

Entrevistador: *¿El ser humano es violento?*

Entrevistado: *Yo creo que sí porque por ejemplo (Emm) antes (Emm) en los tiempos romanos yo tengo entendido alguna vez he consultado eso, que se practicaba el Pancracio que es una especie de MMA a la antigua obviamente antes, antes, pero el mismo, mismo principio, es más, igualmente que la lucha olímpica, que es uno, de los primeros deportes olímpicos que nace en Roma me parece, me puedo equivocar o no me acuerdo si fue en Grecia pero de la lucha olímpica se desprende el pancracio que es más rustico y sí, eso pasó desde los tiempos griegos. (Entrevista, participante 003)*

3.2 Elaboración de la Guía – Manual

En esta parte del trabajo se detalla el objetivo del producto, así como los destinatarios, hipótesis, precondiciones, fuentes de verificación, medios o insumos, matriz del marco lógico, presupuesto, sostenibilidad, monitoreo, evaluación y cronograma, esta propuesta se desarrolla a continuación.

Elaborar una Guía – Manual para los deportistas del equipo “MMA El Valle team” es el producto de la presente disertación y se pretende que sirva como instructivo para las respuestas futuras que puedan ocurrir en las seis áreas del relacionamiento social propuestas por Gismer (2010) y de la misma manera se exponen los seis tipos de pensamiento propuestos por Spivak y Shure (1974), dicho material se encuentra en la parte de ANEXOS.

3.2.1 Objetivos del proyecto

Como ya se ha mencionado el objetivo de la disertación es elaborar una Guía – Manual donde se exponen parámetros de respuesta emocional propuesta por teóricos de la psicología social, el diseño presenta un enfoque psicoeducativo, donde las pautas se muestran de forma

clara y secuencial con la finalidad de explorar patrones de respuesta en áreas del relacionamiento social como: la expresión de pensamiento en situaciones sociales, defensa de los derechos en situaciones de consumo, saber decir no y cortar interacciones, entre otras, para que los deportistas cuenten con estas destrezas psicológicas para realizar de una forma más gratificante su profesión. El objetivo propuesto es el siguiente:

- Elaborar una Guía – Manual de habilidades sociales para el manejo de conductas que pueden interpretarse como violentas.

3.2.2 Hipótesis

Con respecto a los factores externos que pueden favorecer al desarrollo del producto tal como se mencionó en el capítulo 1, las Artes Marciales Mixtas son el deporte con más crecimiento en el mundo, por lo que se presentan como una propuesta atractiva para generar un negocio, por lo que se plantea la idea de trabajar de manera coordinada con varias empresas interesadas en promover programas relacionados con el desarrollo mental de los atletas. Por otra parte, los factores que pueden perjudicar la elaboración del producto son de carácter público - sanitario por las circunstancias que atraviesa nuestro Estado al momento de realizar este trabajo y se pretende velar por el bienestar colectivo de la población y acatar las órdenes dictadas por los cuerpos responsables de la Salud Pública.

3.2.3 Precondiciones o supuestos

Las precondiciones favorables para materializar el producto de este trabajo es la libertad para la práctica deportiva en el país, como bien se conoce el apoyo para los deportistas muchas veces es limitado y la actual pandemia ha demostrado las fallas del actual sistema, donde gran cantidad de la población se encuentra en condiciones de desempleo al mismo tiempo que se agudiza la crisis sanitaria, las precondiciones para efectuar la Guía deben favorecer la práctica deportiva como una actividad en pro del bienestar de las personas ya que mejora la resistencia física y desarrolla hábitos saludables.

Se requiere de personal profesional en el área de psicología que sepa llevar el proceso de entrenamiento de habilidades sociales y evaluar los resultados al finalizar el mismo, el

trabajo debe ser interdisciplinario con los entrenadores para conocer la situación actual del grupo y llevar tanto el entrenamiento físico como psicológico de la mejor manera.

Interés de parte de los deportistas para vincularse con el tema y llevar a cabo el producto, así también el interés por hacerlo sostenible en el tiempo y llevar a cabo un nuevo proceso de evaluación, dentro de los márgenes de tiempo, establecidos para el proceso de evaluación psicológica.

Espacio adecuado para el desarrollo del trabajo en psicología y facilitar la comunicación, donde el grupo pueda desenvolverse de la mejor forma posible con la finalidad de obtener los resultados planteados en la presente disertación.

3.2.4 Fuentes de verificación

Las fuentes de verificación se plantean en dos momentos que se detallan a continuación:

Para la fase diagnóstica: En la fase diagnóstica se utilizaron varios instrumentos con la finalidad de obtener datos del grupo, el primero es la ficha de datos sociodemográficos, que se adjunta en la parte de ANEXOS y el test estandarizado (EHS) Escala de Habilidades Sociales, los cuadernillos correspondientes a las hojas de calificación se encuentran conservadas como evidencia por el estudiante de Psicología Educativa encargado de esta disertación.

Para la elaboración del producto: El producto final propuesto en el presente trabajo se adjunta al final de este, en la parte correspondiente a ANEXOS, además se conserva una copia en el computador personal del estudiante, también se cuenta con una versión digital que pretende difundirse con el grupo de estudio.

3.2.5 Medios o insumos

Para desarrollar la Guía de Habilidades Sociales para el manejo de conductas violentas se necesitan los insumos que se detallan a continuación:

Físicos:

- ❖ Computadores para el diseño y elaboración del manual.
- ❖ Oficina para sociabilizar el producto.
- ❖ Conexión a internet.

Humanos:

- ❖ Deportistas de Artes Marciales Mixtas.
- ❖ Profesionales o estudiantes del Área de Psicología Educativa.
- ❖ Profesionales capaces de llevar procesos de Intervención Psicoeducativa con evaluación de resultados.

Materiales:

- ❖ Computadores de escritorio y portátiles.
- ❖ Licencia Zoom.
- ❖ Versiones físicas y digitales de la Guía.

3.2.6 Matriz del marco lógico

- Facilitar el manejo emocional en situaciones sociales de practicantes de Artes Marciales Mixtas.

Tabla 2:

Matriz de Marco Lógico

Resumen Narrativo	Indicadores	Medio de Verificación	Supuestos
F.1. Contribuir a mejorar las condiciones de relacionamiento social en los practicantes de Artes Marciales Mixtas y sus familias	F.1.1. Al finalizar el proyecto los practicantes deben manejar mejor sus respuestas emocionales relacionadas con conductas violentas, agresivas o disfuncionales.	Registros Psicométricos debidamente calificados y validados. Evaluación con resultados de aprendizaje	La predisposición de los deportistas favorecerá la reducción de conductas agresivas, violentas o disfuncionales de la población mediante el uso de habilidades sociales.
F.2. Manejar mejor las interacciones con el sexo opuesto en el marco del relacionamiento social.	F.2.1. Al finalizar el proyecto la población de practicantes de Artes Marciales Mixtas deberá sobrellevar adecuadamente áreas del relacionamiento social por ejemplo: relaciones con el sexo opuesto.	Asistencia a grupos de apoyo para mejorar las destrezas en lo que tiene que ver en el relacionamiento con personas del sexo opuesto. Evaluación psicométrica.	La población en general tiene los lineamientos del relacionamiento social nuevamente establecidos, una vez terminada la crisis sanitaria para favorecer el relacionamiento social de pareja, grupal, etc.
F.3. Aminorar las conductas de aislamiento y antisociales de los practicantes de artes marciales mixtas.	F.3.1. Al finalizar el proyecto los practicantes de Artes Marciales Mixtas tienen un acercamiento acerca del manejo emocional a nivel social.	Registros Psicométricos debidamente calificados y validados.	El panorama de la competencia deportiva local y nacional se presta para promover nuevamente la práctica deportiva.

P.1 Mejorar las condiciones laborales para los practicantes de Artes Marciales Mixtas.	P.1.1. Al finalizar el proyecto los practicantes de Artes Marciales Mixtas serán capaces de promover relaciones sociales más fructíferas en el área laboral.	Realizar el proceso de evaluación psicológica periódicamente para contar con datos cuantificables los límites y alcances del grupo.	Los practicantes de Artes Marciales Mixtas sirven como ejemplo a la población en general como deportistas y por ende cuentan con el respaldo necesario para desarrollar su actividad.
C.1. Talleres Psicoeducativos sobre violencia.	C.1.1. Los practicantes deben recibir Asesoría y Consejería psicológica con respecto al tema de la violencia.	MV 1. Lista de asistencia de los participantes.	Los participantes se encuentran predispuestos para asistir al proceso de Asesoría y Consejería.
C.2. Talleres Psicoeducativos sobre habilidades sociales.	C.2.1. Los practicantes identificarán cuáles son las respuestas asertivas en los distintos eventos sociales de convivencia.	MV 2. Registro de asistencia. MV. 3. Evaluación del taller psicoeducativo.	Los practicantes demuestran interés en trabajar en el área propuesta.
A.1. Sociabilizar el Manual con los practicantes de Artes Marciales Mixtas.	A.1. Los practicantes responden a la convocatoria para conocer de la Guía.	Registro de Asistencia. Evaluación de la sesión.	Existen condiciones favorables para promover la práctica deportiva en el país.
A.2. Ejecución de talleres sobre violencia física, psicológica, instrumental.	A.2. Los participantes muestran interés por trabajar estos temas.	Evaluaciones Registro de asistencia	Existe interés de parte de los involucrados para desarrollar estas problemáticas.
A.3. Talleres psicoeducativos con respecto al uso de habilidades en situaciones concretas.	A.3. Los practicantes conocen de forma general las áreas que se proponen en el test estandarizado de Habilidades sociales para el desarrollo de relaciones interpersonales.	Evaluación psicométrica con el test propuesto, donde, se evalúan seis áreas del relacionamiento social.	Las Habilidades que se proponen en el test estandarizado son compatibles con la población ecuatoriana en cuanto a su similitud de rasgos y áreas del relacionamiento social.

3.2.7 Presupuesto

Los datos detallados en la siguiente tabla corresponden a los gastos operativos para trabajar en la modalidad de “Focus Group” «pequeño» hasta 8 participantes, también toma en cuenta los gastos relacionados con los costos de impresión y diseño digital.

Presupuesto para la Aplicación del Manual de Habilidades Sociales	
Detalle	Valor
Diseño digital de guía.	\$60.00
Material de Papelería.	\$20.00
Psicólogo con cocimiento en conducción de grupos.	\$100.00
Licencia Zoom.	\$40.00
Total.	\$220.00

3.2.8 Sostenibilidad

El producto propuesto en la presente disertación cuenta con versiones impresas y digitales lo que promueve la libertad de distribución de la información en una sociedad tecnológica, con la finalidad de hacerlo accesible a las personas interesadas en el área de la Psicología y el deporte, así que, en esta modalidad de trabajo se garantiza la sostenibilidad del proyecto con bajos costos y vale señalar además que, para que las puntuaciones de los test utilizados sean confiables debe existir un margen de tiempo de un año en la aplicación de los instrumentos, una vez haya transcurrido este periodo de tiempo es pertinente realizar nuevamente la aplicación de los instrumentos desde el enfoque de la psicoeducación.

3.2.9 Monitoreo

Teniendo en cuenta la modalidad y horarios de entrenamiento del equipo el monitoreo se realizará de manera interna en coordinación con los distintos entrenadores, existe también la apertura para la revisión de otras áreas de la Psicología interesadas en este trabajo, pero siempre la información que se maneje debe respetar las respectivas normas de confidencialidad que avalan el trabajo psicológico y además vale mencionar también que de existir un interés externo al equipo en dar seguimiento a esta investigación deberá ponerse en contacto con el autor del presente trabajo.

3.2.10 Evaluación

Como parte de la evaluación de las competencias sociales se propone valorar dichos parámetros con resultados de aprendizaje, dicha evaluación se adjunta en la parte de ANEXOS, aquí se miden las competencias que pueden darse en varios escenarios del relacionamiento social, la finalidad de la prueba es medir las destrezas de los deportistas después de compartir la guía - manual y sociabilizar la misma para determinar el interés de los participantes dentro del tema propuesto.

La apreciación consta con una lista de cotejo donde se describen diversas conductas en situaciones sociales en el contexto ecuatoriano, en donde los participantes reciben un punto por cada variable de calificación, en base a si cumple o no cumple con los criterios que se pretenden evaluar, de esta forma la valoración toma un tinte cuantitativo de las destrezas sociales del grupo. Vale mencionar nuevamente que la evaluación presentada se encuentra redactada de forma que mida un resultado, una conducta palpable y que se verifica con los criterios “Sí” cumple, “No” cumple.

3.2.11 Cronograma

El cronograma está sujeto a las normas dictadas por las autoridades de control sanitario, pues, en el momento que se desarrolla el presente trabajo la población se encuentra sujeta a respetar las normas que garanticen superar la crisis sanitaria a causa del virus SARS

CoV 2-, se desarrollará por sesiones con una duración de una hora, misma que pueden llevarse a cabo dos veces por semana y combinarse con los horarios de entrenamiento de los deportistas para hacer el trabajo más ameno al mismo tiempo que se lo hace con empatía al grupo beneficiario de la investigación.

	Sesión 1	Sesión 2	Sesión 3	Sesión 4	Sesión 5
Entrega de la Guía-Manual.					
Trabajo modalidad Focus Group					
Evaluación					
Monitoreo					
Trabajo modalidad Focus Group					

CONCLUSIONES

Una vez terminado este trabajo de disertación se ha llegado a las siguientes conclusiones:

- Las habilidades sociales son las respuestas que una persona tiene en diferentes escenarios o situaciones sociales, el manejo adecuado o asertivo acerca al sujeto a obtener una recompensa del medio externo a consecuencia de la manifestación de dicha conducta, por lo que poseer destrezas en esta área facilita el relacionamiento mutuo y de la misma manera el control de las emociones en la vida social.
- Los participantes entienden esta problemática como dos temas semejantes o puede entenderse que son dos temas iguales o se habla de la misma tónica. Así mismo se llegó a la conclusión que el origen de la violencia es multifactorial y se entiende de manera general como todo acto que puede provocar un daño a otra persona.
- Después del análisis de los datos sobre los resultados obtenidos en la fase diagnóstica se puede evidenciar que los participantes cuentan con un nivel sobre la media en lo que tiene que ver con los niveles de asertividad en diferentes contextos sociales por lo que no se consideran personas desacertadas en sus vínculos relacionales. Es importante también mencionar que en otras áreas específicas como: en la defensa de los derechos propios como consumidor, e iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto las puntuaciones son bajas.
- Teniendo en cuenta las puntuaciones antes descritas se debe señalar la importancia del trabajo en las debilidades que se han descubierto en el grupo, con la finalidad de potenciar dichas áreas del relacionamiento social.
- Se concluye que los participantes de la investigación cuentan con vínculos fructíferos en algunas áreas de relacionamiento y que rara vez la práctica deportiva deconstruye las relaciones afectivas y emocionales entre sus practicantes y que por lo contrario, compartir intereses comunes, en este caso deportivos, mejora la calidad de vida tanto a nivel físico como psicológico.
- La elaboración de un manual que contenga lineamientos para el relacionamiento social puede colaborar y fomentar una mejor vida a nivel relacional para expresar, ideas, pensamientos o sentimientos de manera asertiva, dichas pautas trabajan a la par con el desarrollo de múltiples tipos de pensamiento para mejorar las destrezas de los deportistas tanto para sus competencias actuales y futuras, brindando más

alternativas a las comúnmente conocidas que son las respuestas de agresión o inhibición.

- Con respecto a la elaboración del producto de esta disertación se pretende que sirva como una guía de pautas para tener en cuenta a futuro en el establecimiento de metas ya sean, deportivas, personales o grupales.

RECOMENDACIONES

- Se recomienda sociabilizar los resultados con los practicantes, una vez se ha elaborado el diagnóstico, en donde se pueda transmitir la información de las áreas que se presentan como fortalezas y de la misma manera para dar a conocer cuáles son las áreas del relacionamiento social que se presentan como debilidades para el grupo.
- En el caso de continuar bajo los lineamientos propuestos de la escala (EHS) Escala de Habilidades Sociales, se recomienda utilizar el modelo propuesto por Spivak y Shure con el fin de mejorar las habilidades cognitivas como se detallaron en el marco teórico.
- En los casos particulares que obtuvieron las puntuaciones más bajas es recomendable empezar un proceso de intervención psicoeducativa con un estilo de tutela para que estos deportistas potencien sus habilidades y que el nivel de asertividad pueda mejorar en evaluaciones futuras. De la misma manera es recomendable generar espacios destinados para el trabajo psicológico, antes, durante y después de las competencias deportivas para fomentar una formación integral de los deportistas.
- En el caso de requerir acompañamiento psicológico relacionado con las problemáticas sociales, el trabajo debe guiarse desde el enfoque grupal para después desarrollar un acompañamiento, uno a uno, en donde la comunicación es más favorable y se pueden expresar diferentes puntos de vista con total sinceridad respetando siempre los protocolos y la confidencialidad profesional.
- Desarrollar programas relacionados con los términos propuestos en donde se brinde atención al tema de la violencia con el uso de las destrezas mencionadas con anterioridad, a la población en general pues, es una realidad palpable que en el caso de este trabajo enfocado para artistas marciales, se evidencian ciertos hallazgos de un grupo en específico pero el ser humano se construye siempre en comunicación con las demás personas por lo que vincular la presente propuesta con otros actores de la sociedad es recomendable a futuro. Finalmente, en estos programas planteados puede ser útil una evaluación previa de estos procesos cognitivos para contar con una idea clara de sus niveles de asertividad.

BIBLIOGRAFÍA

- Ardila, A., & Rosselli, M. (2007). *Neuropsicología Clínica*. México: Manual Moderno.
- Bello, Z., Rionda, H., & Rodríguez, M. (2010). La inteligencia emocional y su educación. *VARONA Revista Científico - Metodológica*, 36 - 43.
- Birgüez, A. (2020). *Construyendo entornos No-violentos desde las Artes Marciales y la Educación Física*. Bogotá: Corporación Universitaria Minuto de Dios.
- Carlson, N. (1996). *Fundamentos de Psicología Fisiológica*. Mexico: Prentice - Hall .
- Castelló, A., & Cano, M. (2011). Inteligencia interpersonal: conceptos clave. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 23 - 35.
- Cattell, R. (1971). *Abilities: Their structure, Growth, and Action*. Boston: Houghton Mifflin.
- Cifuentes, P. (2015). *Artes Marciales Mixtas y agresividad, estudio realizado en la academia de artes marciales Schumman y LIL de Quetzaltenango*. Quetzaltenango: Universidad Rafael Landívar.
- Clark, D., Boutros, N., & Méndez, M. (2019). *El cerebro y la conducta: Neuroanatomía para psicólogos*. Ciudad de México: Manual Moderno.
- Cuetos, F. (2012). *Neurociencia del Lenguaje. Bases neurológicas e implicaciones clínicas*. Madrid: Editorial Medica Panamericana.
- Dongil, E., & Cano, A. (2014). *Habilidades Sociales*. España: SEAS.
- Escamilla, A. (2014). *Inteligencias múltiples Claves y propuestas para su desarrollo en el aula*. Barcelona: Grao.
- Escobar, J., & Bonilla, F. (2015). Grupos focales: Una guía conceptual y metodológica. *Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología*, 51 - 67.
- Fajardo , M. (2004). Inteligencias múltiples y educación. *Coloquio*, 20 - 21.
- Francisco, P. (2015). *Carta Encíclica LAUDATO SI del Santo Padre Francisco Sobre el cuidado de la casa común*. Roma: Vaticano.
- García, P., & Marín, P. (2019). Educación en inteligencia emocional y social: revisión y propuesta teórico didáctica. *Revista de estudios e investigación en psicología y educación*, 68 - 83.
- Gismero, E. (2010). *Escala de Habilidades Sociales* . Madrid: TEA Ediciones .
- Goleman, D. (1996). *Inteligencia Emocional*. Barcelona: Kairós.

- Goleman, D. (2015). *Emotional Intelligence* (Nonagésima primera edición ed.). Barcelona, España: Kairós.
- González, L., González, O., Lauretti Paola, & Sandoval, A. (2013). Estimación de la inteligencia interpersonal e intrapersonal según el género y la ubicación geográfica. *Psicogente*, 368 - 378.
- González, M. J. (2014). La inteligencia interpersonal: Tendiendo puentes hacia los demás. *Educación y Futuro*, 219 - 244.
- Kohlberg, L. (1984). *The Psychology of moral development: moral stages and the life cycle*. San Francisco: Harper and Row.
- Machado, L. (1983). Educación e inteligencia. *Revista Trimestral Alemana de Letras, Ciencias y Arte*, 275 - 283.
- Medina, J., & Reverte, M. (2019). Incidencia de la práctica de actividad física y deportiva como reguladora de la violencia escolar . *Retos*, 54 - 60.
- Morales, D., Petro, J., & Bonilla, D. (2019). Revisión integradora sobre proceso civilizatorio y violencia en boxeo y artes marciales mixtas. *Revista Internacional de Ciencias del deporte*, 413 - 423.
- Morris, C., & Maisto, A. (2009). *Psicología* (Decimotercera edición ed.). México: Pearson.
- Murillo, D. (1988). *Psicología Social de la Agresión: Análisis teórico y experimental*. Barcelona: Universidad Autónoma de Barcelona.
- Myers, D. (2005). *Psicología Social*. México: Mc Graw Hill .
- Myers, D. (2008). *Exploraciones de la psicología social*. Madrid: McGraw-Hill Interamericana de España.
- Papalia, D., Wendkos, S., & Duskin, R. (2009). *Psicología del Desarrollo De la infancia a la adolescencia*. México: McGraw Hill.
- Rains, D. (2004). *Principios de neuropsicología humana*. México: McGraw-Hill.
- Ramírez, R. (2016). *Universidad urgente para una sociedad emancipada*. Quito: IESALC - UNESCO.
- Ramírez, M. (2016). *Diseño de un modelo de proyecto de factibilidad dentro del sector de actividades deportivas, para la creación de una escuela de artes marciales mixtas orientada a la formación de competidores amateurs y profesionales en el sector Sur de la ciudad de Quito*. Quito: Universidad Central de Ecuador .
- Sabucedo, J., & Morales, J. (2015). *Psicología Social*. Madrid: Médica Panamericana.

- Sagan, C. (2007). *Los dragones del Edén. Expeculación sobre la evolución de la inteligencia humana*. Barcelona: Crítica.
- Salovey, P., & Mayer, J. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 185 - 211.
- Segura, M. (2009). *Ser persona y relacionarse*. Madrid: Narcea Ediciones.
- Snell, R. (2003). *Neuroanatomía clínica*. Buenos Aires: Médica Panamericana.
- Tejero, C., & Balsalobre, C. (2010). *Práctica de Artes Marciales y niveles de actitud hacia la violencia en adolescentes*. Madrid: Ciudad universitaria de Cantoblanco.
- Tejero, C., Ibañez, A., & Pérez, A. (2008). Cultura de Paz y No Violencia. La defensa personal como propuesta educativa. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y Deporte*, 199 - 211.
- Tendlarz, S., & García, C. (2008). *¿A quién mata el asesino?* Buenos Aires: Grama.
- Trujillo, M., & Rivas, L. (2005). Orígenes, evolución y modelos de inteligencia emocional. *Innovar Journal*, 9 - 24.
- Yépez, R. (2016). *Tres culturas de la costa norte del Ecuador*. Quito: Cámara ecuatoriana del libro.

ANEXOS

Anexo 1: Protocolo de Consentimiento Informado

PROTOCOLO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

**Estudio: Manual de habilidades sociales para el manejo de conductas violentas.
Trabajo realizado con practicantes de Artes Marciales Mixtas, año 2021.**

Información:

El presente estudio es conducido por Andrés Santiago Calderón Aguirre, estudiante de la Facultad de Psicología de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador. El objetivo de este trabajo es elaborar un Manual de Habilidades Sociales para el manejo de conductas violentas en practicantes de Artes Marciales Mixtas de la ciudad de Quito, para intervenir sobre el relacionamiento interpersonal de los participantes y con la finalidad de realizar el trabajo previo a la obtención del título de Psicólogo Educativo.

Las habilidades sociales se pueden definir como un conjunto de capacidades y destrezas interpersonales que nos permiten relacionarnos con otras personas de forma adecuada, siendo capaces de expresar nuestros sentimientos, opiniones, deseos o necesidades en diferentes espacios. El papel de la violencia toma un enfoque multidisciplinario, en donde los diferentes contextos humanos trabajan de manera conjunta en su abordaje. Es así que las conductas violentas pueden ser interpretadas desde las ciencias sociales y legales, pero al ser un trabajo de Psicología se aborda desde un enfoque neurofisiológico. Desde el funcionamiento físico en el sistema nervioso y los distintos procesos que ocurren en la actividad emocional. Los tipos de violencia son: física, psicológica, patrimonial, de género, familiar y laboral.

La historia de las Artes Marciales Mixtas en la ciudad de Quito es un fenómeno reciente que empezó con la promoción de eventos pequeños hasta formar la industria que se conoce en la actualidad.

Si usted accede a formar parte del estudio, se le pedirá participar en cuatro sesiones con duración aproximada de una, y una hora y media cada una. En la primera sesión se procederá con la firma del presente consentimiento informado y la aplicación de la ficha de datos socio – demográficos. En la segunda sesión se realizará la aplicación del Test Estandarizado. (Escala de Habilidades Sociales). En la tercera y cuarta sesión se efectuarán las entrevistas con relación a la historia de las Artes Marciales Mixtas en la ciudad de Quito y la concepción acerca de la violencia. Como beneficio por su participación, se compartirá con usted información verbal y se elaborará recomendaciones en conjunto con usted.

Su participación es voluntaria. La información que se recoja será estrictamente confidencial y no se utilizará para ningún otro propósito que no esté contemplado en este estudio. Se utilizará un código de identificación para garantizar el desarrollo del proceso. Una vez finalizado el estudio los resultados serán sometidos a análisis con fines académicos únicamente.

Si tuviera alguna duda durante el desarrollo del proyecto, puede formular libremente las preguntas que considere pertinentes. Si se sintiera incómodo/a frente a alguna de las preguntas que se le realicen, puede ponerlo en conocimiento de la persona a cargo, y abstenerse de responder si así lo desea. Además de requerirlo, puede finalizar su participación en cualquier momento del estudio sin que esto represente perjuicio para usted. Su experiencia y su aporte son muy valiosos.

Muchas gracias por su participación.

Consentimiento informado.

Código de participante

Yo, (Nombres y Apellidos) _____

Con Cédula de Identidad N° _____

He sido invitado/a a participar en el estudio "Manual de Habilidades Sociales para el manejo de conductas violentas. Trabajo realizado con practicantes de Artes Marciales Mixtas de la ciudad de Quito, año 2021. Conducido por Andrés Santiago Calderón Aguirre, con Cédula de Identidad No 0105270946.

Declaro que doy mi consentimiento para participar en el estudio, además estoy de acuerdo en cooperar en la toma de datos mediante una ficha socio – demográfica, de la misma manera en la prueba estandariza "Escala de Habilidades Sociales" y, finalmente, en las entrevistas.

Estoy consciente de que mi participación es enteramente voluntaria. Entiendo que puedo finalizar mi participación en cualquier momento, sin que esto represente algún perjuicio para mí o para mi familia.

He sido informado/a sobre el estudio mencionado, y he recibido una copia escrita de la información, que he leído y revisado. También, he tenido la oportunidad de hacer preguntas y he recibido respuestas a ellas. Al firmar este consentimiento, estoy de acuerdo con que la información sea usada según lo convenido, es decir, de forma confidencial y académica.

Entiendo que cuando el proyecto haya concluido, recibiré información sobre los resultados y que, de requerirlo, puedo comunicarme con el investigador a cargo del estudio Andrés Santiago Calderón Aguirre al correo acalderon910@puce.edu.ec o al teléfono celular 0995081939.

Firma del_/la participante

Firma del investigador

Lugar y fecha

Anexo 2: Ficha de datos sociodemográficos

Pontificia Universidad Católica del Ecuador		PUCE	
FICHA DATOS SOCIO DEMOGRÁFICOS			
FECHA	<input type="text"/>	CÓDIGO	<input type="text"/>
I. DATOS GENERALES			
1. Sexo	<input type="checkbox"/> Hombre <input type="checkbox"/> Mujer	2. Fecha nacimiento	<input type="text"/> Día <input type="text"/> Mes <input type="text"/> Año
3. Lugar de nacimiento (ciudad, cantón y provincia)	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
	<small>Ciudad/localidad</small>	<small>Cantón</small>	<small>Provincia</small>
4. Tiempo que vive en Quito	<input type="text"/> Años <input type="text"/> Meses		
5. Nivel de instrucción	Señale con una "x" el nivel de instrucción alcanzado		
	<input type="checkbox"/> Ninguna	<input type="checkbox"/> Educación Básica incompleta	<input type="checkbox"/> Educación Básica completa
	<input type="checkbox"/> Bachillerato incompleto	<input type="checkbox"/> Bachillerato completo	<input type="checkbox"/> Superior incompleta
	<input type="checkbox"/> Cuarto Nivel	<input type="checkbox"/> Otra (especifique) <input type="text"/>	<input type="checkbox"/> Superior completa
6. Estado Civil	<input type="checkbox"/> Soltero	<input type="checkbox"/> Casado	<input type="checkbox"/> Divorciado <input type="checkbox"/> Viudo <input type="checkbox"/> Unión libre
7. ¿Con quién vive actualmente?	<input type="checkbox"/> Solo <input type="checkbox"/> Pareja/hijos/as <input type="checkbox"/> Pareja <input type="checkbox"/> Otro <input type="text"/>	<input type="checkbox"/> Con hijos/hijas	8. ¿Cuántos hijo/as tiene? <input type="text"/>
9. Profesión/ ocupación	<input type="text"/>		
10. ¿Está asegurado al IESS?	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No	11. Desde que año está asegurado?	<input type="text"/>
12. ¿Tiene otro tipo de Seguro?	<input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/> No		
13. ¿Qué tipo de seguro dispone?	<input type="checkbox"/> Seguro de tránsito	<input type="checkbox"/> Seguro de vida	<input type="checkbox"/> Seguro dental <input type="checkbox"/> Seguro privado <input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/> Otro <input type="text"/>		
14. ¿Puede indicar sus ingresos mensuales aproximados?	<input type="checkbox"/> Menos de 400 dólares	<input type="checkbox"/> De 400 a 800 dólares	<input type="checkbox"/> Más de 800 a 1.200 dólares <input type="checkbox"/> Mas 1.200 <input type="checkbox"/> Ningún ingreso <input type="checkbox"/>
II. DATOS BIOMÉTRICOS			
15. Estatura	<input type="text"/> metros	16. Peso	<input type="text"/>
17. Índice de masa corporal	<input type="text"/>		
18. Intervenciones quirúrgicas	No <input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/>	Indique: <input type="text"/>	
19. Accidentes	No <input type="checkbox"/> Sí <input type="checkbox"/>	Indique: <input type="text"/>	
20. Dolores frecuentes:	Sí <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>		
21. Convulsiones	Sí <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>	¿Cuándo? <input type="text"/>	Efectos <input type="text"/>
22. Visión doble	Sí <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>	¿Cuándo? <input type="text"/>	Efectos <input type="text"/>
23. Pérdida de equilibrio	Sí <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>	¿Cuándo? <input type="text"/>	Efectos <input type="text"/>
24. Déficit de audición	Sí <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>	¿Cuándo? <input type="text"/>	Efectos <input type="text"/>
25. Familiares con diabetes, presión alta, enfermedades psiquiátricas	Sí <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>	¿Cuál? <input type="text"/>	
Investigador	Nombre: Andrés Santiago Calderón Aguirre		
Firma:	<input type="text"/>		
Fecha:	<input type="text"/>		

Anexo 3: Transcripciones de entrevistas

Entrevista 1. Tema: agresión y violencia

Fecha: 27 de abril de 2021 **Hora:** 21:00 pm.

Modalidad: Virtual Plataforma Zoom.

Entrevistador: Andrés Calderón.

Entrevistado: 005

Introducción: La presente entrevista trata acerca de la comprensión de los temas relacionados la agresión y violencia, un abordaje histórico, cuáles son los detonantes de estos temas, se plantean otras ideas como la relación que existe con el cerebro y la expresión de las emociones, la entrevista es de tipo estructurada, en donde los temas se remiten a una elaboración previa con la finalidad de abordar la problemática planteada.

Preguntas

- 1. ¿Qué entiende usted por agresión?**
- 2. ¿Qué entiende por violencia?**
- 3. ¿Conoce los tipos de violencia que existen hoy en día?**
- 4. ¿Cree que el ser humano es violento?**
- 5. ¿Considera que existen detonantes de la agresión?**
- 6. ¿Está al tanto de programas que aborden el manejo y control de estas conductas?**
- 7. ¿Qué considera como una alternativa prudente ante la respuesta agresiva?**
- 8. ¿Para las nuevas generaciones, qué mundo les estamos dejando?**
- 9. ¿Considera que la agresión es algo que se puede aprender?**
- 10. ¿Piensa que existe una relación entre el cerebro y las conductas agresivas/violentas?**
- 11. ¿Ha tenido un conflicto relacionado con la violencia?**

Manual de Habilidades Sociales para el manejo de conductas violentas. Trabajo realizado con practicantes de Artes Marciales Mixtas de la ciudad de Quito.

Recolección de los datos: Entrevistas.

Contexto: Entrevista con deportista de Artes Marciales Mixtas, 21 años, ciudad de residencia Quito.

Entrevistador: Vamos a comenzar con la primera pregunta. ¿Qué entiendes tu por agresión?

Entrevistado: Agresión (!ehh!) cuando una persona actúa de mala manera hacia otra persona, sin saber lo que hace.

Entrevistador: ¿Qué entiendes por violencia?

Entrevistado: (Silencio) depende, existe violencia verbal y física es similar a la agresión un poco, no tanto.

Entrevistador: ¿Algo más talvez?

Entrevistado: No.

Entrevistador: ¿Israel, conoces sobre los tipos de violencia que existen hoy en día? ¿A parte de la que me acabas de mencionar, algún otro tipo de violencia que hayas escuchado?

Entrevistado: El chantaje sería uno, ¿no?

Entrevistador: ¿Alguna otra más talvez?

Entrevistado: No.

Entrevistador: En las preguntas que voy a formular a continuación, me gustaría que te detengas un momento a pensar, un poco más, antes de darme tu respuesta por favor. ¿Crees que el ser humano es violento?

Entrevistado: A veces por la crianza que se le da no, a veces cuando se crían con padres violentos (!ehh!) desde pequeños van forjando esa violencia y luego cuando son grandes la reflejan y no se detiene a dialogarlo por decirlo así

Entrevistador: Sí, sí Israel, en este mismo sentido con la violencia enfocada hacia el ser humano, ¿Quisieras agregar algo más?

Entrevistado: Hasta ahí nomás.

Entrevistador: ¿Consideras que existen ciertos detonantes para que ocurra la agresión?

Entrevistado: (silencio) ¿Cómo detonantes?

Entrevistador: Algunas causas, algunos motivos, que están latentes al mínimo estímulo para que se produzca la agresión ¿Crees que exista algún detonante para que ocurra la agresión?

Entrevistado: Sí, cuando no existe la paciencia, cuando las personas no tienen esa virtud, tener paciencia, explotan, sea en una discusión, sea cuando una persona que está gritando, otra vuelve a gritar más fuerte y comienza ya a armarse un batallón

Entrevistador: En otras palabras se pudiera decir que existen características propias de los seres humanos, no, externas sino propias mismo que detonan estas conductas?

Entrevistado: Claro.

Entrevistador: Te voy a plantear la siguiente pregunta: ¿Estás al tanto de programas que aborden el manejo de estas conductas? ¿Has escuchado? ¿Que está trabajando en esto o se muestra interesado, en construirnos en una sociedad menos violenta?

Entrevistado: No aparte de este estudio específico.

Entrevistador: ¿Cuáles consideras tu como que son alternativas prudentes en contraposición a las agresivas?

Entrevistado: Evitar, supongamos yo estoy conversando con una persona violenta y algo de mi no le gustó y comienza con (ehh) a prender esa chispa por decirlo así, evito, no le digo nada de lo que habla y me mantengo en paciencia

Entrevistador: Paralelamente al mismo tiempo que se evita has pensado, se te ha pasado por la cabeza, ante estas mismas situaciones responder con palabras, ¿te parece que puede funcionar?

Entrevistado: ¡eh!, supongamos si alguien me insulta yo volverle a insultar?

Entrevistador: No necesariamente con un insulto, pero puede ser con un comentario constructivo, con una crítica, ¿piensas que puede funcionar?

Entrevistado: (ehh) no, podría ayudar en ciertas personas, en otras no porque si una persona que actúa violentamente y tu quiere corregirle hablando de una bonita manera por decirlo así, esa persona aparte que no tiene paciencia (ehh) es necio, sería muy difícil.

Entrevistador: ¿Para las nuevas generaciones qué mundo les estamos dejando?

Entrevistado: !mmm! Si hablamos en general en todo, no es un mundo tan bonito por las cosas que han pasado, por las cosas que van a pasar, supongamos no sabemos cuando acabará este virus y tal vez habrá otro virus o en las personas hoy en día nadie, no todos, nadie es como honesto todos actúan de una manera violenta con tal de estar bien ellos mismos entonces por parte de algunas personas dejamos un bien y por otra un mal

Entrevistador: ¿Consideras que la agresión o la violencia es algo que se puede aprender?

Entrevistado: Ciertas películas, ciertas series que enseñan violencia y mas que todo cuando son niños ahí la aprenden, primero la ven como un juego luego (ehh) si sigue como por decir practicando ese juego luego va y se relaciona con la vida después para ellos, en cambio hay otros que se dejan influenciar como tomando el ejemplo de alguien más grande

Entrevistador: ¿Crees que existe una relación entre el cerebro y las conductas violentas?

Entrevistado: (silencio) Sí, supongamos, yo tengo un amigo, mi amigo sin querer le hacemos recordar algo que no le gusta y se porta de una manera agresiva o violenta ante los

demás o algún mal pensamiento que él tenga creo que todo se relaciona con el cerebro tanto ya sean buenas.

Entrevistador: ¿En tu experiencia hasta ahora has tenido un evento relacionado con la violencia o agresión ?

Entrevistado: (mmm) cuando era pequeño era muy calmado, era muy tranquilo era un chico que no le gustaba pelear o discutir con nadie, por mi calma y todo cuando era más pequeño no me defendía de chicos más grandes, cuando me molestaban en la escuela no podía hacer mucho y a veces también por el miedo o decirlo así, tu mamá vaya al colegio y le reclame da vergüenza no. Entonces al entrar al Colegio me hice una promesa a mí mismo, que era, que nunca más nadie me faltara al respecto o me golpeará entonces en el colegio empecé a tomar una postura muy violenta, a veces no tenía control y por eso me metía en muchos problemas, en el cual era que tres chicos me querían pegar así, y yo por no dejarme (eh) era como que cogí un bastón y le pegué y esta situación seguía como hecho costumbre, se puede decir que por no defenderme verbalmente tomé la iniciativa de pelear, no medí las consecuencias.

Entrevista 2. Tema: agresión y violencia

Fecha: 28 de abril de 2021 **Hora:** 21:00 pm.

Modalidad: Virtual Plataforma Zoom.

Entrevistador: Andrés Calderón.

Entrevistado: 003.

Introducción: La presente entrevista trata acerca de la comprensión de los temas relacionados la agresión y violencia, un abordaje histórico, cuáles son los detonantes de estos temas, se plantean otras ideas como la relación que existe con el cerebro y la expresión de las emociones, la entrevista es de tipo estructurada, en donde los temas se remiten a una elaboración previa con la finalidad de abordar la problemática planteada.

Preguntas

- 1. ¿Qué entiende usted por agresión?**
- 2. ¿Qué entiende por violencia?**
- 3. ¿Conoce los tipos de violencia que existen hoy en día?**
- 4. ¿Cree que el ser humano es violento?**
- 5. ¿Considera que existen detonantes de la agresión?**

6. **¿Está al tanto de programas que aborden el manejo y control de estas conductas?**
 7. **¿Qué considera como una alternativa prudente ante la respuesta agresiva?**
 8. **¿Para las nuevas generaciones, qué mundo les estamos dejando?**
 9. **¿Considera que la agresión es algo que se puede aprender?**
 10. **¿Piensa que existe una relación entre el cerebro y las conductas agresivas/violentas?**
 11. **¿Ha tenido un conflicto relacionado con la violencia?**
-

Manual de Habilidades Sociales para el manejo de conductas violentas. Trabajo realizado con practicantes de Artes Marciales Mixtas de la ciudad de Quito.

Recolección de los datos: Entrevistas.

Contexto: Entrevista con deportista de Artes Marciales Mixtas, 18 años, ciudad de residencia Quito.

Entrevistador: ¿Qué entiende usted por agresión?

Entrevistado: Por agresión yo entiendo, golpear a alguien sin que la otra persona tenga el consentimiento de ser golpeada, eso yo entiendo como agresión, golpear al alguien sin su consentimiento

Entrevistador: ¿Qué entiende por violencia?

Entrevistado: Por violencia yo entiendo cualquier acto, que pueda dañar física o psicológicamente a un ser humano, desde cualquier perspectiva, puede ser deportivo o puede ser desde cualquier perspectiva, cualquier acto donde el ser humano puede ser lastimado por otro ser humano porque la violencia no solo puede ser que alguien golpea a alguien también puede ser que un ser humano ponga una bomba eso sería un acto y que esa bomba explote y en ese acto de violencia mueran personas.

Entrevistador: ¿Conoce los tipos de violencia que existen hoy en día?

Entrevistado: (Emm) bueno no específicamente pero creo que hay violencia intrafamiliar, violencia deportiva y violencia en general y o llamaría la hecho que por ejemplo hay un enfrentamiento en la calle entre una pandilla y obviamente hay muertos con armas, también podría llamarse violencia al acto en que un policía agrede a un civil en cualquier aspecto obviamente en que un ser humano se vea afectado por un acto de otro ser humano, yo específicamente no conozco.

Entrevistador: Ya hemos hablado de agresión y también hemos hablado sobre violencia ¿Consideras tu en tu experiencia de vida qué existen factores detonantes para la violencia?

Entrevistado: No, por ejemplo en una pelea de MMA si yo veo un signo de debilidad, es como que se activa un instinto en mí, de acabarlo, finalizarlo y ese instinto no solo es un instinto de hacerlo por ganar sino porque siento una especie de placer al finalizar a alguien en una pelea de MMA piensas, analizas vas creando una estrategia hasta el punto en el cual tienes que finalizar y ya eso igual en el momento en que yo sé que es el momento de finalizar me siento, no se es como que me siento más seguro en probar un montón de cosas ósea puedo finalizarlo a golpes pero si me da la oportunidad es como que me vuelvo más creativo y puedo ir a la espalda o decido volverlo a derribar no se pero es como un detonante en sí una debilidad de una persona para finalizarlo y obviamente en ese momento aplicar es decir la violencia deportiva

Entrevistador: Pasamos a la siguiente pregunta: ¿El ser humano es violento?

Entrevistado: Yo creo que sí porque por ejemplo (Emm) antes (Emm) en los tiempo romanos yo tengo entendido alguna vez he consultado eso, que se practicaba el Pancraccio que una especie de MMA a la antigua obviamente antes, pero el mismo, mismo, mismo principio, es más, igualmente que la lucha olímpica, que es uno, de los primeros deportes olímpicos que nace en Roma me parece, me puedo equivocar o no me acuerdo si fue en Grecia pero de la lucha olímpica se desprende el pancraceo que es más rústico y si eso pasó desde los tiempos griegos !eh! Y aparte obviamente los asesinatos todas las historias de guerra, de violencia !eh! Creo que el ser humano es violento sinceramente ósea, yo soy cristiano y creo en Dios, de hecho que Caín haya matado a Abel (Emm) eso es como que todos los descendientes de Cain de alguna manera no estoy muy seguro de eso, en la historia de Caín y Abel ha habido violencia obviamente yo creo en Dios y creo en la biblia, entonces yo creo que el ser humano es violento.

Entrevistador: La siguiente pregunta: ¿Está tu al tanto hoy en día acerca de programas que traten acerca del control de las conductas violentas o agresivas?

Entrevistado: No, no he escuchado.

Entrevistador: ¿Cuál consideras tú una alternativa prudente a una respuesta agresiva?

Entrevistado: El diálogo, sinceramente el diálogo, por eso por ejemplo mi violencia se reduce solamente a la violencia deportiva pero yo sinceramente, sinceramente mi violencia se resume deportivamente porque prácticamente no hay consecuencias. Muchas guerras son provocadas por el hecho de que en una parte (Emm) están pidiendo algo y lo que están

pidiendo probablemente perjudique a la otra nación entonces no solo es el diálogo, sino llegar a un acuerdo en común, que no perjudique y desmerite o desvalore a la otra parte, por ejemplo, el otro día yo fui en un taxi y cogí un indrive y justamente en ese mismo lugar estaban otras personas esperando el mismo indrive entonces resulta que yo había pedido a la Mañosca, donde yo vivo y ese indrive iba a la mascota que era en el sur y yo me doy cuenta cuando ya llegamos a la 5 de junio, que es, una parte del sur, entonces hubo un problema pero finalmente me dejó en mi casa me pidió que le pague tres dólares más y yo no accedí, solamente me bajé y entré a mi casa, pero ósea eso fue un error de los dos porque digamos yo pensé que era el indrive correcto, él tampoco cogió bien a sus pasajeros porque no preguntó quien era, solamente me llevó entonces creo que fue un error de parte y parte solamente que no llegamos a un acuerdo común, yo tampoco le iba a pagar tres dólares más porque yo para el indrive que pedí tenía el dinero exacto, entonces yo le pagué lo que le iba a pagar y después solamente me salí y entonces no pasó nada porque él tampoco no quiso pelear pero yo tampoco le iba a pagar más, ósea tampoco iba a pedirle al guardia que también pude haber hecho eso, que me presté pero no lo hice entonces yo tampoco iba ser grosero.

Entrevistador: A las nuevas generaciones ¿Qué mundo les estamos dejando?

Entrevistado: Osea loco la plena yo te digo yo creo que es un mundo violento brother y más violento porque ahorita hay muchas restricciones por lo que tu puedes hablar por ejemplo un presidente Lasso, en su discurso (Emm) habló de las feministas y habló de la comunidad LGBT, mal error porque lo que él dijo fue que iba a apoyar, ya en teoría eso fue lo que dijo pero la comunidad se expresó que no necesitaban ningún apoyo de él, algo así, no estoy muy seguro pero hubiera sido mejor que Lasso no hubiera mencionado nada acerca de las feministas o de la comunidad LGBT por ejemplo en una reunión social si tu no quieres como ahorita socialmente se dice, no quieres que te funen, así se dice cuando alguien habla de temas que de verdad no debería hablar, bajo su perspectiva que, según ellos, ellos conocen que no es lo correcto, entonces es preferible reservarse ante algunos temas (Emm) lo que ellos dicen es según la violencia que ellos han recibido alguna vez, por ejemplo la discriminación yo creo que es un tipo de violencia entonces ese simple hecho demuestra que la sociedad que dejamos a las demás generaciones está llena de violencia y también el hecho loco, la plena que la gente dice que el MMA es un deporte violento y en verdad lo es, no podemos ocultar el sol con un dedo (Emm) del deporte del MMA es muy violento ósea igual cualquier deporte de contacto, hasta la lucha olímpica es muy violenta el hecho de que la gente se lesione o se deforme la orejas por el hecho de practicar este deporte demuestra que

el cuerpo humano no está diseñado para practicar MMA al menos, lo que no se deforman, al menos lo que no se lesionan, los seres humanos no estamos diseñados para boxear por eso utilizamos guantes, entonces creo que dejamos un mundo de violencia y que la gente igual para ganar dinero va a seguir intentando ocultar o verlo de distinta manera pero no loco, ósea el boxeo es violencia es hasta más violencia porque atrás del boxeo hay violencia por las apuestas por todo el dinero que se mueve (Emm) igual entonces dejamos un mundo lleno de violencia, eso nomás.

Entrevistador: ¿Consideras que la agresión es algo que se puede aprender?

Entrevistado: Sí, claro. (Emm) por ejemplo el hecho que tu continuamente esté entrenando para finalizar a alguien para nokear a alguien, para someter a alguien está aprendiendo a agredir, si tu no supieras eso, simplemente utilizarías tus manos para intentar dañar la cara de la otra persona, intentar agarrar su cuello cómo más o menos sepas entonces obviamente se pues aprender a agredir (Emm) no solo inclusive, el hecho que una persona crezca en un barrio peligroso y sepa manejar un cuchillo él obviamente de bebé no sabía manejar un cuchillo, pero él aprendió a hacerlo (Emm) yo personalmente no sé cómo manejar un cuchillo pero he conversado con gente que pertenece a pandillas que está en ese mundo y ellos me dicen que no es una cosa tan así nomás de solo coger y apuñalar así nomás y ya, no, tiene un poco su ciencia entonces obviamente se aprende a agredir (Emm) y también es un problema filosófico loco ¿El ser humano nace malo, se vuelve malo? Eh yo creo que sinceramente se vuelve malo y aprende a agredir.

Entrevistador: Ahora vamos a centrarnos en lo que tiene que ver con la neurología ¿Piensas que existe una relación entre el cerebro y las conductas agresivas y violentas?

Entrevistado: (Emm) el cerebro de alguna manera es el órgano que mediante la vista capta las imágenes que se le dan ¿no? Entonces yo creo que depende lo que tu hayas vivido y hayas aprendido en la vida (Emm) el cerebro tiene conexión con tus conductas agresivas ¿no? (Emm) por ejemplo obviamente si tú has vivido en un ambiente tenso todo tu vida, no es mi caso, pero obviamente tu cerebro se va a adaptar a esas situaciones y va a buscar la manera de, entre comillas, hacerte sobrevivir entonces obviamente va a ordenar a tus hueso, a tus brazos, a tus piernas a tomar conductas agresivas para poder seguir viviendo de alguna manera el cerebro obviamente lo que siempre quiere es la sobrevivencia del ser humano es algo que todos los seres humanos tenemos (Emm) obviamente eso es algo que te envía el cerebro lo que se sea necesario para que tu puedas sobrevivir y ya pues entonces yo creo que si tiene que ver, depende de lo que tu hayas vivido en tu vida, depende de que ambiente

hayas tenido que pasar en tu vida, el cerebro obviamente tiene conexión con las conductas agresivas por instinto de supervivencia que tiene todos los cerebros.

Entrevistador: ¿Has tenido un conflicto relacionado con la violencia?

Entrevistado: Sí, sí he tenido un conflicto

Entrevistador: ¿Te gustaría compartirlo?

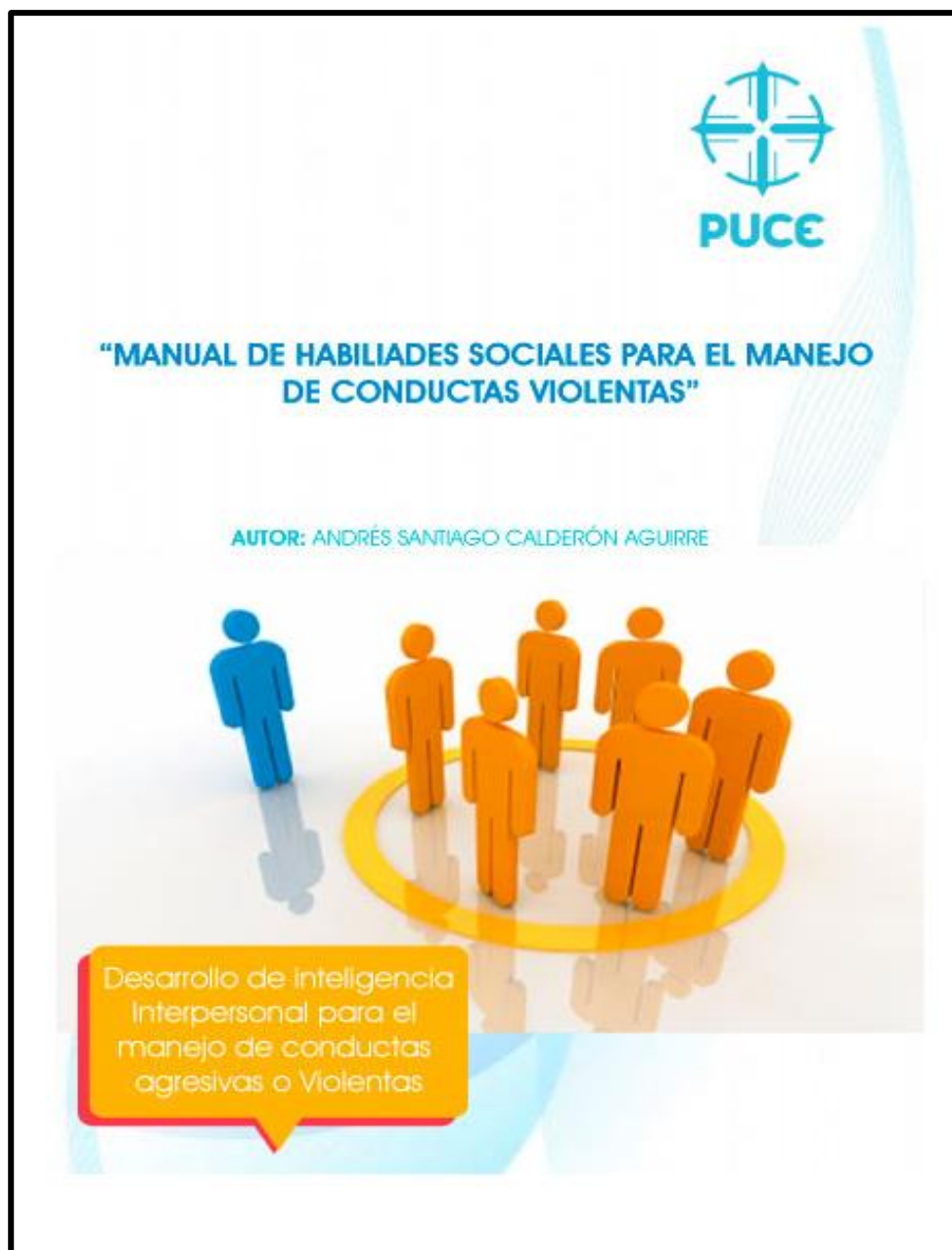
Entrevistado: Sí, loco, la plena ya sí yo tuve un conflicto con mi padre porque (Emm) bueno mi padre cuando yo era pequeño, él no vivía con nosotros porque bueno, vivió con nosotros, con mi mamá y yo, hasta cuando yo tenía cinco años, después cómo él era alcohólico se fue a una clínica de rehabilitación después pasaron varios años más, después regresó con nosotros pero yo ya no lo acepté, ¿Sí me entiendes? Siempre hubo como una especie de rechazo hacia él, nunca lo acepté porque el vino cuando yo tenía once o doce años entonces yo nunca la pude aceptar, entonces (Emm) evidentemente yo iba creciendo yo me iba haciendo más fuerte, ya sabía pelear entonces ahí nosotros nos cambiamos de casa, entonces él cómo que no se quería ir, no se quería ir con nosotros, él simplemente era una persona que no quería avanzar en la vida, ¿me entiendes? Pasó full años sin trabajo loco y mi mamá le permitía seguir viviendo con nosotros pero bueno después consiguió un trabajo pero bueno digamos él tiene dos hijos más que son mayores de edad y él les seguía dando dinero y a nosotros no nos daba nada ósea, él no aportaba ósea no te digo que yo sea una persona preocupado por le dinero pero ósea si tu eres una persona que está con una familia, tienes que comprometerte con esa familia, con el avance de ellos, entonces ya pues, él como que no se quería ir, y ya pues loco tuvimos un conflicto, en donde, yo lo iba a sacar, yo lo iba a golpear brother porque yo estaba harto de ese man y se armó un relajo horrible brother y él agarró un cuchillo y amenazó con que mi iba a dar brother y él ya tenía eso y yo no me acerqué porque obviamente cómo iba a pelear yo contra un cuchillo y él llamó a su hermano loco y vino su hermano y vino así, y mi mamá me dijo que mejor me vaya porque venía con unos dos manes más, con su hermano que es mi tío y con mi primo y ya pues, mi mamá me dijo que me vaya porque no quería que pase nada, pero yo estaba en modo asesino loco, ósea yo lo iba a golpear igualmente, yo iba a morir peleando y pasa que me voy, me voy y ya pues mi mamá les manda, se enojan y todo entonces obviamente nos pasamos a vivir acá a la Mañosca hace que será unos seis meses tal vez y ya pues loco igual él me escribió que quiere volver y todo pero es que yo no puedo, no puedo, no puedo quedarme bien con él loco porque no sé no nos llevamos bien loco entonces digamos estuvimos bien un par de días pero después ya decidí mejor cortar de raíz la relación con él, es que no puedo loco, no

puedo yo soy cristiano loco y yo todos los días intento perdonarle pero no puedo, ósea no puedo, lo único que quiero hacer es golpearlo cuando lo veo, me entiendes ósea no puedo llevarme con él, no puedo hacerlo, eso es todo y ahora peor que sigo alimentando esto, porque me encanta, ósea la plena te digo a mí me gusta pelear porque me da pasión, me da alegría, fuego en mi corazón loco pero ahorita peor, ahorita que he desarrollado más cosas preferiría no volverlo a ver a él ni a su familia que tengo... no, no me caen bien para nada, entonces ese se puede decir que es el hecho de violencia más representativo que he vivido.

Anexo 4: Evaluación

DATOS INFORMATIVOS				
Fecha:	Lugar:	Nombres:	Apellidos:	
<u>Resultado/Conducta esperada.</u>		Apreciación		
		Sí	No	Puntos
1. Expresa asertivamente su punto de vista en situaciones sociales.				
2. Mantiene el respecto en situaciones comerciales donde ha ocurrido algún inconveniente				
3. Controla sus respuestas agresivas o violentas antes que estas ocurran.				
4. Finaliza conversaciones o relaciones que no desea seguir manteniendo en el corto, mediano y largo plazo.				
5. Comunica asertivamente sus necesidades al momento de pedir ayuda en algún área de la vida social.				
6. Inicia positivamente una conversación con otra persona del sexo opuesto.				
7. Se involucra en situaciones de comercio y mantiene comunicación asertiva con el/los comerciantes.				
8. Dice no a situaciones que no desea seguir manteniendo de forma amable y cortés.				
9. Explora nuevas respuestas ante situaciones conflictivas o que se han presentado problemáticas.				
10. Interpreta con habilidad las conductas positivas que se establecen con el sexo opuesto.				
			Calificación.	

Anexo 5: Guía – Manual



El origen de la violencia es multifactorial

(Tendiarz & García, 2008) Define a la violencia como:

"La violencia como fenómeno manifiesta la acción de la fuerza. Su etimología así lo indica: derivada de violo, y ésta de vis, que en el latín significa fuerza."

Tipos de violencia

Física: Agresiones menos duras, como abofetear o pegar, hasta la violencia más extrema, como violar, torturar o matar.

Psicológica: Incluye acciones como amenazar o humillar, que tienen como objetivo destruir psicológicamente al otro de tal forma que pierda su autonomía y se plegue a los deseos del victimario.

Relacional o social: Es aislar socialmente a la persona, tratar de que los demás la rechacen, con esto se ataca la necesidad de pertenencia y la identidad social.

Estructural: Es una forma indirecta de violencia. Aquí no hay un victimario directo, sino que se trata de una estructura o práctica de Gobierno que excluye los derechos sociales o económicos a determinados sectores de la ciudadanía. El caso más extremo fue el Apartheid.

Violencia cultural: Son aquellas creencias o valores que justifican las desigualdades, la discriminación o violencia. Ciertos planteamientos religiosos, políticos o incluso científicos, como la eugenesia, crean y fomentan este tipo de violencia.



Áreas donde se desarrolla la vida social según: (Gismero, 2010)

- I. Autoexpresión en situaciones sociales.
- II. Defensa de los derechos propios como consumidor.
- III. Expresión de enfado o disconformidad.
- IV. Decir no y cortar interacciones.
- V. Hacer peticiones.
- VI. Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto.

Formas de pensamiento ante un conflicto:

Frente a una problemática usted puede utilizar los siguientes tipos de pensamiento:

1. **Pensamiento Causal:** Es la capacidad de encontrar la causa que ocasiona un conflicto, las personas que no poseen este tipo de pensamiento lo atribuyen todo a la suerte.
2. **Pensamiento Alternativo:** Facilita la creación de diversos escenarios para abordar una situación, mientras más ideas se tengan mejor. Las personas de conductas violentas suelen carecer de este tipo de pensamiento y ven una sola salida, la violenta.
3. **Pensamiento Consecuencial:** Supone lanzar el pensamiento hacia adelante y prever lo que probablemente pasará, si hago esto, ocurre esto, para prevenir eventos indeseables.
4. **Pensamiento de perspectiva:** Se piensa y se actúa desde la perspectiva de los diferentes involucrados, es comprender por qué piensa así la gente, por qué está triste o alegre y nos hace entender mejor para perdonar, ayudar, consolar y aconsejar.
5. **Pensamiento Medios - Fin:** Es la capacidad de trazarse metas a futuro y utilizar todos los recursos presentes para culminar lo propuesto.



Para relacionarse asertivamente es necesario:

- Describir la conducta que le molestó.
- Expresar sus sentimientos e ideas.
- Indicar el cambio que espera.

RECLAMO

"Son unos vagos, no han venido a los entrenamientos"

RECLAMO ASERTIVO

"Alumnos, cuando ustedes no llegan a tiempo a los entrenamientos, me molesto, por lo que les pido que lleguen puntuales"

RECLAMO ASERTIVO

"De hoy en adelante quien llegue tarde, será llamado la atención, con la finalidad de hacerles llegar a tiempo"