

UNIVERSIDAD INCA GARCILASO DE LA VEGA
FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y TRABAJO SOCIAL



Trabajo de Suficiencia Profesional

Caracterología en estudiantes de 4to y 5to de educación secundaria de la
Institución Educativa “Coronel José Gálvez”- Comas

Para optar el Título Profesional de Licenciada en Psicología

Presentado por:

Autor: Bachiller Andrea Bullón Cubillas

Lima – Perú

2018

DEDICATORIA

Esta investigación es dedicada a mis padres, por su confianza y apoyo incondicional durante toda mi formación profesional, y por acompañarme y disfrutar conmigo los logros obtenidos a lo largo de mi vida.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios, por darme vida, salud y la oportunidad de cumplir mis metas anhelos, y a la Universidad Inca Garcilaso de la Vega por otorgarme la formación necesaria para desarrollarme y permitirme crecer profesionalmente.

PRESENTACIÓN

Señores miembros del Jurado:

En cumplimiento de las normas de la Facultad de Psicología y Trabajo Social de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega según la Directiva N° 003-FPs y TS.-2016, expongo ante ustedes mi investigación titulado “Caracterología en estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria en la institución educativa Coronel José Gálvez del distrito de Comas” bajo la modalidad de TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA para obtener el título profesional de licenciatura. Por lo cual espero que este trabajo de investigación sea correctamente evaluado y aprobado.

Atentamente,

Andrea Bullón Cubillas

ÍNDICE

Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Presentación	iv
Índice	v
Índice de tablas	viii
Índice de figuras	ix
Resumen	x
Abstrac	xi
Introducción	xii

CAPÍTULO I: Planteamiento del problema

1.1.	Descripción de la realidad problemática	14
1.2.	Formulación del problema	15
1.3.	Objetivos	16
1.4.	Justificación e importancia	17

CAPÍTULO II: Marco teórico conceptual

2.1.	Antecedentes	19
2.1.1.	Internacionales	19
2.1.2.	Nacionales	21
2.2.	Bases teóricas	23
2.2.1.	Personalidad	23
2.2.2.	Definición Conceptual	25
2.2.2.1.	Carácter	25
2.2.3.	La caracterología de Erich Fromm	26
2.2.4.	Teoría Caracterológica de la Personalidad	27
2.2.5.	Dificultades en relación a la caracterología	28
2.2.5.1.	Aprendizaje y carácter	28
2.2.5.2.	Orientación vocacional	29
2.2.5.3.	Conductas inadecuadas	29
2.2.6.	Dimensiones del tipo de carácter según el Cuestionario Caracterológico de Gaston Berger (CCGB)	30

2.2.7.	Característica de los estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la Institución Educativa José Gálvez.	32
--------	---	----

CAPÍTULO III: Metodología

3.1.	Tipo y diseño utilizado	34
3.1.1.	Tipo y enfoque	34
3.1.2.	Diseño de investigación	34
3.2.	Población y muestra	34
3.3.	Identificación de la variable y su operacionalización	35
3.3.1.	Operacionalización de la variable	36
3.4.	Técnicas e instrumentos de evaluación y diagnóstico	39
3.4.1.	Técnicas	39
3.4.2.	Instrumento	39

CAPÍTULO IV: Presentación, procesamiento y análisis de los resultados

4.1.	Procesamiento de los resultados	42
4.2.	Presentación de los resultados	42
4.3.	Análisis y discusión de los resultados	47
4.4.	Conclusiones	49
4.5.	Recomendaciones	50

CAPÍTULO V: Intervención

5.1.	Denominación del programa	52
5.2.	Justificación del problema	52
5.3.	Establecimiento de objetivos	52
5.4.	Sector al que se dirige	53
5.5.	Metodología de la intervención	53
5.6.	Recursos	54
5.8.	Cronograma	54

5.9.	Actividades	55
Referencias bibliográficas		66
Anexos		
Anexo 1.	Matriz de consistencia	73
Anexo 2.	Cuestionario Caracterológico de Gastón Berger	76
Anexo 3.	Carta de aceptación para la aplicación de la investigación	79
Anexo 4.	Fichas situacionales	80
Anexo 5.	Fichas de respiración	81
Anexo 6.	Fichas situacionales problemáticas	82
Anexo 7.	Ficha de compromiso	83
Anexo 8.	Análisis de confiabilidad	84

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Población y muestra	35
Tabla 2. Operacionalización de la variable caracterología.	37
Tabla 3. Media, mínimo y máximo de dimensiones.	43
Tabla 4. Frecuencia del tipo caracterológico de Gastón Berger.	44
Tabla 5. Frecuencia del factor emotividad en hombres y mujeres.	45
Tabla 6. Frecuencia del factor actividad.	46
Tabla 7. Frecuencia del factor resonancia.	47

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Sistemas vinculados al temperamento y carácter.	25
Figura 2. Porcentaje del tipo caracterológico de Gastón Berger.	45
Figura 3. Porcentaje del factor emotividad en hombres y mujeres.	46
Figura 4. Porcentaje del factor actividad.	47
Figura 5. Porcentaje del factor resonancia.	48

RESUMEN

La presente investigación es de diseño cuantitativo no experimental de tipo transversal descriptivo. En la cual el objetivo general es conocer el tipo de carácter en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Coronel José Gálvez del distrito de Comas, la población estuvo compuesta por 53 estudiantes de 4to y 5to de secundaria. El instrumento que se utilizó fue el cuestionario caracterológico de Gastón Berger, revisión 2006, previamente adaptada a la población peruana. La información fue procesada mediante el programa SPSS 22 y Ms Excel 2016. La muestra estuvo conformada por adolescentes, de los cuales fueron 53% hombres y 47% mujeres, en la cuales el 57% eran de 4to de secundaria y el 43% de 5to de secundaria. En los resultados de investigación se determina que el 53% de los evaluados pertenecían al tipo caracterológico colérico. Los factores con mayor predominancia era el de emotividad y actividad.

Palabra clave: *Carácter, descriptivo, tipo caracterológico, colérico, adolescentes, factores.*

ABSTRAC

The present investigation is of non-experimental quantitative design of descriptive transversal type. In which the general objective is to know the type of character in high school students of the Coronel José Galvez Educational Institution of Comas district, the population was composed of 53 4th and 5th high school students. The instrument that was used was the characterological questionnaire of Gastón Berger, 2006 revision, previously adapted to the Peruvian population. The information was processed through the program SPSS 22 and Ms Excel 2016. The sample consisted of adolescents, of which 53% were men and 55% were women, in which 57% were 4th of secondary and 43% of 5th. high school In the research results it is determined that 53% of the evaluated ones belonged to the choleric character type. The most predominant factors were emotionality and activity.

Keyword: *Character, descriptive, characterological type, adolescents, choleric, factors.*

INTRODUCCIÓN

Por el siglo XX el término caracterología tomo fuerza debido al auge de las investigaciones con respecto al estudio del carácter en el hombre. En la actualidad el carácter es muchas veces confundido con la personalidad, siendo éstos, términos de gran diferenciación.

Para Le Senne (1945) el carácter era un sistema que no constituía la totalidad de un individuo, es decir, era considerado como un conjunto de determinación afines al temperamento. Para el autor, el carácter parte de tres propiedades; emotividad, actividad y resonancia. Así, el carácter de una persona puede ser: emotivo o no emotivo, activo o no activo y primario o secundario, en base a la combinación de estos factores resultarían los ocho tipos básicos de carácter como apasionados, coléricos, sentimentales, nerviosos, flemáticos, sanguíneos, apáticos, y amorfos.

Para un adolescente, tener control y manejo de su carácter resulta complicado, es por ello, que es importante la determinación del tipo de carácter de cada uno, debido a que siendo éste modificable, les ayudaría a prevenir futuras interrogantes y conductas inadecuadas, implicando en su mejora a los padres de familia.

La siguiente investigación está dividida por capítulos los cuales serán expuestos a continuación.

En el capítulo I encontraremos el Planteamiento del problema, en el cual se formuló la investigación, en base a esto, se plantea el problema general y los específicos que servirá para ser contestados luego. Además, se incluye el objetivo general y los específicos, concluyendo así con la justificación e importancia del estudio.

Con respecto al capítulo II, se presenta el Marco Teórico, que es base de la investigación, en este apartado se presentan los antecedentes que son investigaciones tanto internacionales como nacionales. El segundo subcapítulo son las Bases Teóricas que sustentan el estudio, donde se presentan los significados de las variables estudiadas, las teorías que resguardan la investigación y del instrumento utilizado.

Continuando con el capítulo III, hallaremos en esta sección la metodología empleada para la investigación, el tipo de investigación, diseño, la población, el instrumento y demás.

En capítulo siguiente, capítulo IV, se podrá encontrar los resultados obtenidos mediante la aplicación del instrumento del estudio. Además, se expondrán las discusiones, conclusiones y recomendaciones.

Finalizando con el capítulo V, donde se proyecta la intervención mediante un programa elaborado por sesiones en la cual su objetivo es fortalecer los déficits obtenidos en los resultados.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Descripción de la realidad problemática

En el estudio del carácter muchas veces se ven manifestados factores que de acuerdo a sus niveles, pueden presentar problemas en el desarrollo del ser humano.

Como es sabido, la adolescencia es una de las etapas de mayores cambios, tanto físicos como psicológicos, uno de los cambios más resaltantes a nivel psicológico es el carácter, es debido a esto que surgen grandes problemáticas para el trato y entendimientos con el adolescente, tanto en el hogar como en el colegio, por ser el segundo ambiente al que continuamente frecuenta.

Según Piaget (como se citó en Linares, 2009) menciona que en la adolescencia media (15 a 18 años) existen inconsistencias entre el pensamiento y la conducta, por lo cual, existen cuestionamientos en general. A su vez, la Revista Cubana de Medicina Militar, describe que en esta etapa del desarrollo del hombre se presenta las conductas de mayor riesgo en los adolescentes, y estas, podrían realizarse de forma consciente o inconsciente, provocadas por una sensación de invulnerabilidad o mortalidad negada (Gómez, 2015).

El no tener una conducta adecuada, a causa del tipo de carácter que cada uno posee, genera inestabilidad en la permanencia escolar del adolescente, muchos de ellos son expulsados, otros desertan, y por estos motivos, muchos no llegan a culminar sus estudios. Según el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2011) en el distrito de Comas, el 28.4% de la población total tiene educación secundaria completa, de la cual, la población de varones representa el 15% y la población de mujeres 13.5%. Estos datos muestran, la poca atención que se les está dando a estos adolescentes, el índice

de personas que acaba la secundaria es bajo, comparado con otros distritos.

En la Institución Educativa Coronel José Gálvez del distrito de Comas, han sido evidenciados diversos problemas, tanto de conducta, socialización, así como también de bajo rendimiento escolar muchas veces producto de una actitud negativa al estudio. El auxiliar encargado del 4to y 5to de secundaria menciona que hay un total de doce alumnos de los cuales algunos han desertado o han sido expulsados por robo a otros estudiantes. Los alumnos de esta Institución provienen de familias de bajos recursos, muchos de ellos tienen padres que trabajan todo el día o tienen hijos pequeños que cuidar, y en su mayoría provienen de familias disfuncionales o de hogares con problemas. Existe un grupo de padres de familia que alegan que dentro del personal de docencia en estos grados de secundaria, se encuentran profesores con problemas para establecer la autoridad y el orden en las aulas de clase.

El presente trabajo se encuentra dirigido a los estudiantes de 4to y 5to de secundaria, se ha escogido estos grados de formación, por ser las aulas que presentan un alto índice de las problemáticas planteadas. Este dato ha sido corroborado mediante la observación e información expuesta por los docentes a cargo de estas aulas, y padres de familia.

Se continuara con el trabajo, planteando planes de intervención, a fin de disminuir las dificultades presentadas y mejorar el ambiente escolar en la mayoría de los alumnos de la Institución Educativa Coronel José Gálvez.

1.1. Formulación del problema

1.1.1. Problema general

¿Cuál es el tipo de carácter en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Institución Educativa Coronel José Gálvez del distrito de Comas?

1.1.2. Problemas específicos

¿Cuál son el tipo de caracterología en la dimensión pasional en los estudiantes que tienen carácter pasional en 4to y 5to de secundaria del I.E. Coronel José Gálvez

¿Cuál son el tipo de caracterología en la dimensión colérico en los estudiantes que tienen carácter colérico en 4to y 5to de secundaria del I.E. J Coronel José Gálvez?

¿Cuál son el tipo de caracterología en la dimensión sentimental en los estudiantes que tienen carácter sentimental en 4to y 5to de secundaria del I.E. Coronel José Gálvez?

¿Cuál son el tipo de caracterología en la dimensión nerviosa en los estudiantes que tienen carácter nervioso en 4to y 5to de secundaria del I.E. Coronel José Gálvez?

¿Cuál son el tipo de caracterología en la dimensión flemático en los estudiantes que tienen carácter flemático en 4to y 5to de secundaria del I.E. Coronel José Gálvez?

¿Cuál son el tipo de caracterología en la dimensión sanguíneo en los estudiantes que tienen carácter sanguíneo en 4to y 5to de secundaria del I.E. Coronel José Gálvez?

¿Cuál son el tipo de caracterología en la dimensión apático en los estudiantes que tienen carácter apático en 4to y 5to de secundaria del I.E. Coronel José Gálvez?

¿Cuál son el tipo de caracterología en la dimensión amorfo en los estudiantes que tienen carácter amorfo en 4to y 5to de secundaria del I.E. Coronel José Gálvez?

1.2. Objetivos

1.2.1. Objetivo general

Conocer el tipo de carácter en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la Institución Educativa Coronel José Gálvez.

1.2.2. Objetivos Específicos

- Identificar del tipo caracterología en la dimensión pasional que estudiantes tienen carácter pasional en 4to y 5to de secundaria del I.E. Coronel José Gálvez.
- Identificar del tipo caracterología en la dimensión colérico que estudiantes tienen carácter colérico en 4to y 5to de secundaria del I.E. Coronel José Gálvez.
- Identificar del tipo caracterología en la dimensión sentimental que estudiantes tienen carácter sentimental en 4to y 5to de secundaria del I.E. Coronel José Gálvez.
- Identificar del tipo caracterología en la dimensión nervioso que estudiantes tienen carácter nervioso en los estudiantes 4to y 5to de secundaria del I.E. Coronel José Gálvez.
- Identificar del tipo caracterología en la dimensión flemático que estudiantes tienen carácter flemático en 4to y 5to de secundaria del I.E. Coronel José Gálvez.
- Identificar del tipo caracterología en la dimensión sanguíneo que estudiantes tienen carácter sanguíneo en 4to y 5to de secundaria del I.E. Coronel José Gálvez.
- Identificar del tipo caracterología en la dimensión apático que estudiantes tienen carácter apático en 4to y 5to de secundaria del I.E. Coronel José Gálvez.

- Identificar del tipo caracterología en la dimensión amorfo que estudiantes tienen el carácter amorfo en 4to y 5to de secundaria del I.E. Coronel José Gálvez.

1.3. Justificación e importancia

El presente trabajo tiene como objetivo conocer los tipos caracterológicos en los estudiantes que están por finalizar su etapa escolar y aquellos que se preparan para pasar por esta última etapa. La importancia que tiene la investigación es desarrollar y brindar un aporte al sistema educativo y a la orientación vocacional en el autoconocimiento de los alumnos al momento de iniciar y desarrollar su proceso académico, a través, de la determinación del tipo de carácter individual, lo cual determina su personalidad.

Si bien es cierto, la actitud hacia el estudio y predisposición para aprender es importante, muchas veces no es suficiente. Los factores que influyen en el adecuado desarrollo y crecimiento de un estudiante son primordialmente el compromiso del docente, padre de familia y alumno, el óptimo trabajo de estos personajes hace que el desarrollo del alumno sea el esperado.

Este trabajo es de gran importancia debido a que ayudara a la comprensión y análisis de la situación que se vive en día en la Institución Educativa Coronel José Gálvez; con los resultados obtenidos se podrá dar solución a los problemas anteriormente planteados, debido a que mejorara la convivencia escolar y les dará a los alumnos nuevas y mejores herramientas, presentados bajo un programa de intervención dirigidas propiamente a los estudiantes evaluados y a los padres de familia de los mismos.

El que los padres de familia estén involucrados en el desarrollo escolar de sus hijos es de gran importancia, ya que este es un trabajo en conjunto, y rendirá sus frutos solo con el compromiso de todos los involucrados.

CAPITULO II

MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL

2.1. Antecedentes

Para una mejor comprensión de la “caracterología”, es necesario tener en cuenta los procesos de investigación en los que esta variable ha tenido influencia.

2.1.1. Internacionales

Narvaez (2003) “Rasgos psicológicos del hijo único adolescente de 12 a 15 años” esta investigación de tipo descriptiva fue realizada en la ciudad de Quito, teniendo como población a 25 adolescentes. Los instrumentos utilizados fueron el test de Kretschmer, test de Rene Le Senne y test de Thurstone. Entre los resultados se pudo obtener que con respecto al temperamento, todos los adolescentes evaluados pertenecen a un perfil ciclotímico, además, de acuerdo al tipo de carácter el 80% es amorfo, el 10% sentimental y finalmente 10% apasionado.

Dolcet (2006) “Carácter y temperamento: similitudes y diferencias entre los modelos de personalidad de 5 y 7 factores”. Con una muestra de 928 personas, donde el 42% (396) fueron varones y el 57.3% (532) mujeres, con una distribución que va desde los 18 y 77 años, paroximadamente un 40% de la muestra se encuentra en el intervalo de edad entre los 18 y 25 años, otro 40% de la muestra se encuentra situado entre los 25 y los 45 años, un 19% entre los 45 y 60 años, y solamente 1% supera los 60 años de edad. Esta investigación tuvo como instrumentos utilizados el Inventario revisado de temperamento y carácter (TCI-R), Cuestionario de Personalidad de Zuckeman-Kuhlman (ZKPQ-50-CC) y el Inventario revisado de Neuroticismo, Apertura de Extraversión, Factor Cinco (NEO-FFI-R). Entre los resultados obtenidos se halló la existencia de relación entre los tres elementos evaluados, determinando también relación entre las dimensiones del TCI-R y el NEO-FFI-R que las

dimensiones propuestas por el ZKPQ-50-CC, hallando un correlación por encima de 0.40 con al menos una de las dimensiones medidas por el NEO-FFI-R.

Cerda (2011) “La instrucción militar como factor influyente en la formación de rasgos de personalidad de los adolescentes que se educan en la academia militar Miguel Iturralde de la ciudad de Latacunga”, este estudio tuvo como objetivo investigar cómo influye la instrucción militar que se imparte en la academia militar en la formación de rasgos de personalidad en los adolescentes que se educan en la misma, se trabajó con una población de 35 estudiantes. Los instrumentos utilizados es la encuesta sobre la instrucción militar y el test de carácter de Mauricio Gex, basado en la tipología de Heymans Le Senne. Según los resultados obtenidos los rasgos de personalidad que encajan mejor con el perfil necesario para ser militar son del tipo caracterológico nervioso, apasionado o el colérico, estos datos corroboraron que la personalidad de cada uno de ellos fue influida por la instrucción militar, comprobando que en la adolescencia no se tiene definido y/o estable el carácter de cada uno de ellos. La investigación realizada describe a cada uno de ellos como personas autoritarias, impulsivas, inestables y de impulso nervioso violento.

Hernández, Mejía y Mejía (2012), realizó su investigación con su tesis titulada “Relación de la Inteligencia Emocional con los Rasgos Caracterológicos de los Estudiantes de Segundo Año de la Carrera de Licenciatura en Psicología, Ciclo 01-2012, de la Universidad Francisco Gavidia”, teniendo como objetivo establecer un estudio correlacional entre la inteligencia emocional y los rasgos Caracterológico de los estudiantes de segundo año de la carrera de Licenciatura en Psicología, haciendo el uso de diseño transaccional, teniendo como población 540 estudiantes inscritos en la carrera de Licenciatura en Psicología, y como muestra seleccionada está constituida por 54 sujetos masculinos y femeninos, en la materia de Psicología Fisiológica, aplicando el instrumento Test Caracterológico

de Paul Grieger, obteniendo como resultado que el 72.2% tiene una inteligencia emocional con adecuada claridad, el 48.1% es de carácter apasionado o sea personas muy activas, concluyendo que existe relación entre la inteligencia emocional y los rasgos caracterológicos en los estudiantes de segundo grado.

Sánchez (2014), en su ensayo “Carácter y Valores”, se basa sobre la estructura del carácter como dinamismo axiogénico, teniendo como objetivo determinar la relación entre la estructura del carácter y la orientación axiológica del individuo, haciendo uso de la metodología conceptual, teniendo como muestra 860 estudiantes, entre hombres y mujeres; las facultades de donde se tomaron las muestras estadísticas fueron: Arquitectura, Conservatorio de Música, Derecho, Enfermería, Estadística, Farmacia y Letras, Ingeniería Civil, Matemáticas, Odontología, Psicología, Sociología. Sin embargo, por razones técnicas, la muestra definitiva se redujo a 400 personas, distribuidas en 260 hombres y 140 mujeres.

Como se aplicaron dos pruebas por persona, esto representa un total de 800. Los valores predominantes en los sujetos de esta investigación, encuadran muy significativamente dentro de la fisonomía propia de cada grupo Caracterológico, El contraste de los grupos es muy claro, especialmente como aparecen en las correlaciones viscerales. La impresión general que estos resultados concuerda casi en todo con las suficientemente probadas descripciones Caracterológicas de Le Senne, Berger y Grieger, principalmente.

2.1.2. Nacionales

Zavala (2001) “El clima familiar, su relación con los intereses vocacionales y los tipos caracterológicos de los alumnos del 5to de secundaria de los colegios del Rímac”. Investigación tipo descriptivo correlacional con una muestra de 286 alumnos. Se utilizó la Escala del clima social en la familia (FES), el Cuestionario caracterológico de Gaston Berguer y el Inventario de intereses vocacionales y

ocupacionales (CASM83-R91). De la investigación se obtuvo como resultado que prevalecen los alumnos del tipo caracterológico apático con un 21.7%, seguido por los sentimentales con un 26.6%, en un 12.6% por los de características amorfo y un 11.9% por los pasionales; todos estos seguidos del tipo nervioso con un 10.1%, flemáticos 9.8%, coléricos 8.7% y por último sanguíneos 4.5%. El autor concluye que los alumnos de 5to grado de secundaria se diferencian significativamente en las dimensiones de relaciones, desarrollo y estabilidad del clima familiar, respecto a su tipo caracterológico. Así como también finaliza argumentando que los tipos caracterológico que prevalecieron en su investigación fueron apático, sentimental, amorfo y pasional.

Deza y Guzmán (2014), realizó su investigación sobre “Una Experiencia de Orientación Vocacional y Consejería para Jóvenes de un Programa de Inserción Laboral”, teniendo como objetivo orientar una opción viable a sus necesidades y expectativas para enfrentar la vida y superar la adversidad a los jóvenes procedentes de los sectores sociales marginales, haciendo el uso de diseño cuasi experimental, teniendo como muestra 90 jóvenes, donde 51 fueron mujeres y 39 varones, de 16 a 27 años, residentes en San Juan de Lurigancho con nivel instrucción que oscila desde el 6to grado de primaria hasta instrucción superior, aplicando el instrumento Test de matrices progresivas Raven, Test de Inteligencias Múltiples de Howard Gardner, Test de la figura humana de Karen Machover, Inventario de personalidad Eysenck forma B, Test Caracterológico de Gastón Berger y el Test de intereses vocacionales de Kuder, obteniendo como resultado que el 44% tiene inteligencia término medio, el 28% es de temperamento sanguíneo y el 62 % de temperamento no emotivo activo secundario (NEAS), que supone una personalidad bien estructurada.

Roca y Sinche (2017) realizaron una tesis que tiene por nombre “Adaptación del Cuestionario Caracterológico de Gastón Berger en personas de 14 a 25 años de edad en la ciudad de Huancayo”. Para

ello se desarrolló el estudio metodológico de tipo descriptivo y diseño transversal, en una muestra de 380 personas de 14 a 25 años de edad. En los resultados conseguidos la validez se obtuvo mediante criterio de jueces, también presenta una consistencia interna estimada por el alto índice de confiabilidad de 0.94. Por otro lado, se concluyó que el 40% de evaluados resultaron ser de carácter flemático, 13% pasional, 12% apático, 11% sanguíneo, 8% colérico 6% entre sentimental y nervioso y 5% amorfo.

Parhuayo (2017) en su investigación titulada “Estructuras Caracterológicas en los estudiantes del ciclo anual turno mañana de la Academia Pitágoras de Lima Metropolitana” tuvo como objetivo determinar e identificar las circunstancias de los tipos de estructuras caracterológicas en una muestra de 77 estudiantes, utilizando para ello el Cuestionario Caracterológico de Gastón Berger, Revisión 2006. Este trabajo de investigación concluyó determinando el tipo de estructura caracterológica flemático, abarcando un porcentaje de 25%.

2.2. Bases teóricas

La variable a tratar en la presente investigación, cuenta con diferentes definiciones e investigaciones. A continuación, se expondrá las diversas definiciones, teorías y tipos de carácter que han sido tratados en distintas épocas.

2.2.1. Personalidad

La personalidad es uno de los términos más usados en el área psicológica, cada autor ha ido definiendo el término y atribuyéndole distintos factores para su desarrollo de acuerdo a la fecha en la que se ha ido investigando, y en este apartado veremos algunos postulados.

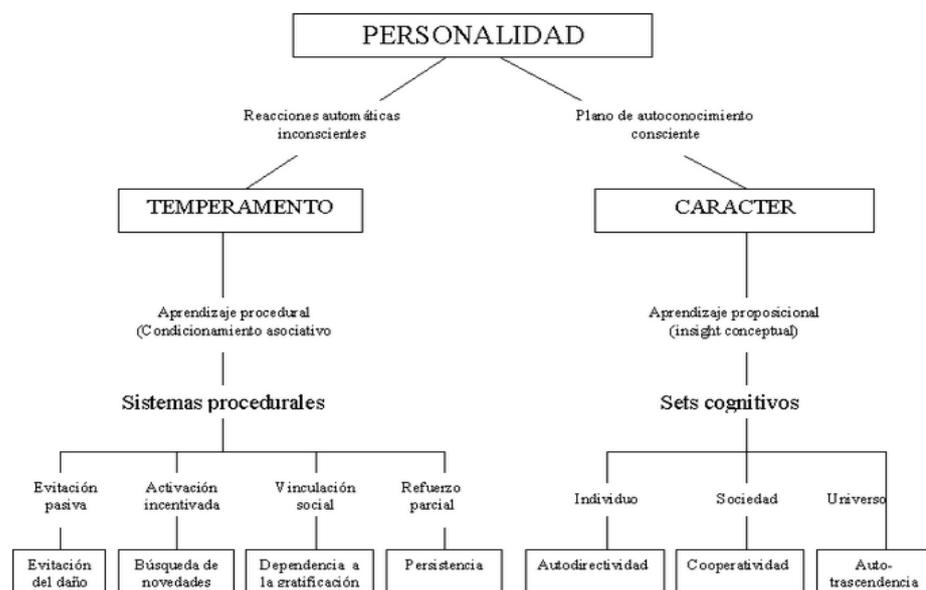
Allport (1937) define la personalidad como un conjunto de rasgos que responden a diferentes estímulos de formas similares, consistentes y duraderas al reaccionar frente al entorno. El carácter

constituye la personalidad evaluada y la personalidad es el carácter devaluado, sugiriéndonos con esto, que el carácter es un concepto ético. El temperamento y la personalidad también ofrecen diferencias. El temperamento se refiere a las disposiciones que están ligadas a determinantes biológicos o fisiológicos que, por consiguiente, muestran pocas modificaciones con el desarrollo. El papel de la herencia es naturalmente mayor aquí que en el caso de los otros aspectos de la personalidad. Allport (como se citó en Tomas, 2017) menciona que el temperamento refiere a los fenómenos característicos de la naturaleza emocional de un individuo, incluyendo su susceptibilidad para la estimulación emocional, su intensidad y velocidad de respuesta habituales, la cualidad de su estado de ánimo predominante y todas las peculiaridades de la fluctuación e intensidad del mismo; considera que este fenómeno depende de la estructura constitucional y, por tanto, es de origen hereditario.

Eysenck es, sin duda alguna, el autor más representativo de los modelos factoriales-biológicos de la personalidad, tanto por lo que representa aun hoy en día, por lo que ha aportado a lo largo de los últimos 50 años. El modelo de personalidad de Eysenck, llamado también modelo PEN (Psicoticismo, Extraversión y Neuroticismo) tiene sus orígenes en la década de los años 40 cuando, después de un estudio empírico para identificar factores de personalidad en una población de pacientes penitenciarios, el análisis factorial ofreció claramente la diferenciación de dos factores que serían el punto de partida de los clásicos rasgos: Extraversión y Neuroticismo. Posteriormente, Eysenck postula su tercera dimensión importante para el modelo, que llamo Psicoticismo.

Cloninger (2003) presenta un modelo de personalidad, tiempo después de los modelos de Eysenck, Gray y Zuckerman, y toma prestados conceptos y elementos causales, pretendiendo ser una teoría integradora a partir de los modelos biológico-factoriales anteriores. No obstante, la adición del carácter parece contrastar

fuertemente con la naturaleza “temperamental” de los modelos de referencia. Haciendo un esfuerzo considerable se puede conectar el concepto de carácter de Cloninger, como se ha insinuado anteriormente, con el concepto Cattelliano de “carácter”, entiendo como tal y de forma libre, para no desatar contrariedades, los aspectos motivacionales, intelectuales y actitudinales de la personalidad.



Fuente; *Sistemas vinculados al temperamento y carácter.*
Cloninger, 1993.

Le Senne (como se citó en Roca y Sinche, 2017) toma a la personalidad como la finalización del proceso evolutivo de cada individuo, y menciona el carácter como un factor que constituye la personalidad, pero no la define.

2.2.2. Definición Conceptual

2.2.2.1. Carácter

Razincov (1984) define el carácter como un elemento invariable, comprendido de rasgos psicológicos debidamente estables en el ser humano, según el autor, dicho elemento dependerá también de

factores influidos genéticamente, es decir, podría ser heredado y trascendido descendentemente.

Berguer (1964) apoyado en la teoría de Le Senne, define al carácter como consecuencia de las transformaciones y cambios sufridos a lo largo de la vida del hombre, constituyendo un todo, llamado individualidad.

Dosh (1981) habla del carácter como un conjunto o trama de cualidades psíquicas que dan especificidad al modo de ser de un individuo; el conjunto de disposiciones reflejado en las cualidades que determinan el modo de adaptación a la vida de un individuo, su conducta responsable y sus valores.

Para Lorenzini (1965), el Carácter está constituido por aquel conjunto individual de propiedades que comienzan a manifestarse en un sujeto tan pronto sale del estado de inconciencia de las primeras fases de la vida, y que van afirmándose, cada vez más en aquel conjunto de sentimientos, intenciones, propósitos e ideas en las cuales el sujeto siente vivir la propia individualidad.

2.2.3. La caracterología de Erich Fromm

Erich Fromm define al carácter como “La forma relativamente fija en que la energía psíquica se canaliza en el proceso de la vida” y complementa con, “Es la forma específica en el que la energía humana es moldeada en la adaptación dinámica de las necesidades humanas al modo peculiar de existencia de una sociedad dada”

Piensa Fromm que hay dos aspectos relativamente fijos que al interaccionar forman el carácter como la constitución biológica y el ambiente social, es por ello, que explica la formación del carácter a partir de lo que considera la necesidad más primordial del ser humano: Su necesidad de vincularse con el mundo , con las personas y consigo mismo. Llama a la primera modalidad proceso de asimilación y a la segunda como proceso de socialización.

En la caracterología de Fromm se pone en conjunto el carácter social de la persona y ya no tanto solo lo biológico como lo es en la caracterología de Freud-Abraham, con este enfoque se pueden observar muchas más interacciones que tiene la persona con otras y de cómo son sus diferentes actuaciones con el medio.

2.2.4. Teoría caracterológica de la personalidad

La teoría describe las formas de manifestación del carácter e investiga su desarrollo con referencia a la aportación congénita y a la acción del medio ambiente (Dorsh,1981).

La Caracterología alcanza no sólo a lo que hay de permanente, inicial y perpetuo en el espíritu de un hombre, sino a la manera como ese hombre explota el fondo congénito de sí mismo, lo especifica, lo compensa y reacciona sobre él (Le Senne, 1953).

Le Senne (1954) define el carácter como "el núcleo de disposiciones congénitas, producto de la herencia, que constituye la infraestructura somatopsíquica de un individuo". Y la base más profunda de todos los caracteres está formada por tres disposiciones o elementos fundamentales que intervienen en proporciones variadas:

- a. **Emotividad:** mide la sensibilidad ante un estímulo que afecta de cerca al hombre ya sea interno como externo. Van desde la crisis explosiva, eufórica hasta la serenidad.
- b. **Actividad:** es una tendencia congénita, íntima y asidua que empuja a obrar y a crearse ocasiones para obrar. Permite una larga dedicación motora e intelectual hasta que la pasividad del pensamiento, el deseo y la imaginación sustituyan la acción misma.
- c. **Repercusión:** llamada también resonancia es una propiedad mixta de fondo psicológico, con expresión caracterológica. Organización innata que dirige al sujeto hacia el orden o hacia el caos.

De la combinación de estos tres elementos, en el grado en que cada uno interviene en la estructura básica de la persona ya sea por encima o por debajo de la proporción media ordinaria, Le Senne obtiene ocho tipos de caracteres: Apasionado, Colérico, Flemático, Sanguíneo, Sentimental, Nervioso, Apático, Amorfo.

EMOTIVO:			
ACTIVOS	Secundario	EAS	Pasionales
	Primario	EAP	Coléricos
NO ACTIVOS	Secundario	ENAS	Sentimentales
	Primario	ENAP	Nerviosos
NO EMOTIVOS:			
ACTIVOS	Secundario	NEAS	Flemático
	Primario	NEAP	Sanguíneo
NO ACTIVOS	Secundario	NENAS	Apáticos
	Primario	NENAP	Amorfo

Fuente; *Cuestionario Caracterológico de Gastón Berger*. Vicuña, 1998.

2.2.5. Dificultades en relación a la caracterología

2.2.5.1. Aprendizaje y carácter

Piaget (1969) define el aprendizaje como un proceso que se da ante situaciones de cambio, es por ello, que aprender es en parte saber adaptarse a esas novedades. El autor en su teoría del aprendizaje, menciona que la inteligencia humana es un proceso de naturaleza biológica y genética que influye en el procesamiento de información proveniente del exterior.

Derbez (1958) en su estudio preliminar señala la existencia de una relación estrecha entre carácter y el aprendizaje. El autor señala a la actitud ante el estudio como uno de los factores importantes en el proceso del aprendizaje, es por ello, que a su vez menciona también que las diferentes actitudes ante el estudio son correspondientes a ciertos tipos caracterológicos de los

estudiantes, es decir, el análisis de las actitudes ante el estudio conduciría a tratar de establecer una caracterología en el estudiante.

Así mismo, afirma que si la causa básica e inmediata del éxito o fracaso vocacional o profesional radica en la actitud ante el estudio, la causa inmediata ha de encontrarse en el carácter del alumno.

2.2.5.2. Orientación vocacional

Al finalizar la etapa escolar, se espera que los alumnos salgan con una clara expectativa de lo que quieren ser y a lo que se quieren dedicar profesionalmente.

Zavala (2010), menciona que es necesario ejecutar programas de orientación vocacional con un fundamento más sólido que le permita a los estudiantes posibilidades vocacionales a los que pueden acceder de acuerdo a sus características individuales, es por ello que es necesario que estos programas sean preparados y desarrollados antes que los estudiantes culminen su etapa escolar.

2.2.5.3. Conducta inadecuada

Uno de los factores que influyen en la emisión de la conducta agresiva es el factor sociocultural del individuo, ya que es el responsable de los modelos a que haya sido expuesto, así como de los procesos de reforzamiento a que haya sido sometido. Si en él abundan modelos agresivos, la adquisición de estos comportamientos desadaptados será muy fácil.

Sin embargo, aunque muchas veces la agresividad y violencia sea aprendida y/o imitada, la mayor predisposición a este problema la tienen los alumnos cuya caracterología favorece de componentes negativos, como la impulsividad, la cual es definida como la tendencia responder rápidamente y sin reflexionar (Murray, 1938).

Colet y Raga (como se citó en Alcázar, 2007) encuentran que los sujetos impulsivos tienen menores tiempos de reacción que los sujetos no impulsivos; por otra parte, se concluyó en el mismo estudio que los déficits en la inhibición de las respuestas se relacionarían con elevaciones de la ira a través de los efectos del mayor nivel de impulsividad. Así, diversos autores defienden que la estabilidad y la severidad de la conducta infractora en menores, está especialmente asociada con un bajo control de impulsos.

2.2.6. Dimensiones del carácter según el cuestionario caracterológico de Gastón Berger (CCBB)

La clasificación y el estudio de los diferentes caracteres considerados en sus formas típicas y representativas, constituyen el objeto de la caracterología especial. Su finalidad es la combinación o composición de las propiedades fundamentales, analizadas por la caracterología general y de cuyas distintas combinaciones resultan los diferentes caracteres.

Ahora bien, las tres propiedades fundamentales del carácter son: la emotividad, actividad y resonancia, que combinadas en su doble dirección de primariedad y secundariedad, dan origen a los ocho tipos de carácter en la teoría de Le Senne; los cuales brevemente descritos son los siguientes:

- **Pasional:** esta dimensión caracteriza a las personas con rasgos ambiciosos, que realizan tensión extrema de toda la personalidad. Dominadores, naturalmente aptos para mandar. Saben dominar y utilizar su violencia. Resaltan por ser serviciales, honorables, amantes de la sociedad y con frecuencia resultan buenos conversadores. Demuestran tomar en serio la familia, la patria y la religión. Suelen tener un sentido profundo de la grandeza.

- **Colérico:** Representan a aquellos generosos, cordiales, llenos de vitalidad y exuberancia. Optimistas, generalmente de buen humor; carecen a menudo de gusto y de medida. Su actitud es intensa y

febril. Suelen interesarse por la política, aman al pueblo, creen en el progreso y son revolucionarios de buena gana. Dotados con frecuencia de aptitudes oratorias y llenos de impetuosidad, arrastran a las multitudes; valor dominante: la acción.

- **Sentimental:** Suelen ser aquellos que no pasan de la etapa de la aspiración, meditativos e introvertidos. A menudo melancólicos y descontentos de sí mismos, tímidos, vulnerables, escrupulosos, alimentan su vida interior con su pasado. No les resulta fácil entrar en relación con el prójimo y caen con frecuencia en la misantropía. Se resignan de antemano a lo que sin embargo podrían evitar.

- **Nervioso:** Son aquellos de humor variable, les gusta conmover y llamar la atención de los demás sobre sí mismos. Indiferentes a la objetividad, sienten necesidad de embellecer la realidad, tienen un gusto pronunciado por lo extravagante, y en general por lo negativo. Trabajan irregularmente y sólo en lo que les agrada. Tienen necesidad de excitantes para salir de la inactividad y del fastidio. Inconstantes en sus afectos, se ven prontamente seducidos y también consolados.

- **Flemático:** Hombres de hábitos, respetuosos de los principios, puntuales, dignos de fé, objetivos y ponderados. Son también pacientes, tenaces y desprovistos de toda afectación. Su civismo es profundo y su religión tiene sobre todo un carácter moral. Su sentido del humor es a menudo muy vivo. Tienen marcada preferencia por los sistemas abstractos.

- **Sanguíneo:** Resultan ser extrovertidos, saben hacer observaciones exactas y dan prueba de un acentuado espíritu práctico. Aman al mundo, en cuyo seno se muestran corteses, espirituales, irónicos y escépticos. Saben manejar a los hombres y son hábiles diplomáticos. Liberales y tolerantes en política, sienten poco respeto por los grandes sistemas y asignan un gran valor a la experiencia. Dan prueba de iniciativa y de una gran flexibilidad de espíritu, siendo a menudo oportunistas.

- **Apático:** Representan a aquellos herméticos, misteriosos, vueltos hacia sí mismos pero sin una vida interior intensa. Son sombríos y taciturnos, ríen muy rara vez. Esclavos de sus hábitos, son conservadores. Tenaces en sus enemistades, se reconcilian con mucha dificultad. Siendo muy poco conversadores, aman la soledad. Aun cuando indiferentes a la vida social, son sin embargo generalmente honestos, veraces y honorables.

- **Amorfo:** Son los disponibles, conciliadores, tolerantes por indiferencia, dan sin embargo pruebas con frecuencia de una obstinación pasiva muy tenaz. Tomados en conjunto, son aquellos de los que se dice que tienen "buen carácter". Negligentes, inclinados a la pereza, carecen por completo de puntualidad. Son indiferentes al pasado y más todavía que al porvenir. Tienen a menudo aptitudes para la música (ejecución) y para el teatro.

2.2.7. Características de los estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la Institución Educativo Coronel José Gálvez del distrito de Comas

De acuerdo a lo desarrollado por diversos autores en torno a este tema, se puede decir que la familia es el primer medio ambiente que moldea el carácter del niño, la importancia del hogar o familia es profunda y extensa, su influencia es como una "Escuela del Carácter" que es la unidad básica e institucional de formación, dada su proximidad al niño y al gran control que se ejerce sobre él durante los años plásticos como para ser realmente el primer escultor del carácter.

La importancia de una formación y un medio ambiente adecuados desde la iniciación de la existencia no pueden ser suficientemente resaltada. La labor de los padres consiste en preparar un medio ambiente familiar apropiado, que contenga los incentivos esenciales para la virtud y el autodomínio; solo el hogar puede proporcionar el ejemplo íntimo, la orientación consistente y la disciplina constructiva que son esenciales para moldear el carácter.

Como es de conocimiento común, las familias en los que las limitaciones económicas son visibles, tienden a vivir en un círculo conflictivo, la frustración y la poca tolerancia desencadena que los padres críen a sus hijos en un ambiente inapropiado, por lo que al crecer, estos, adoptan un carácter, muchas veces difícil y complicado.

Los alumnos 4to y 5to de secundaria del colegio Coronel José Gálvez son estudiantes de entre 14 y 16 años de edad, estos en su mayoría provienen de familias de bajos recursos.

La información recabada por los docentes, nos muestra que la conducta que estos adolescentes poseen, es rebelde, con problemas de control de impulso, en su minoría también se han visto alumnos callados y problemas de socialización. También, el director de la institución manifiesta que el rendimiento en los alumnos de estas aulas ha bajado considerablemente, ya que, en años anteriores tenían notas más altas, a las que ahora reflejan en los exámenes.

CAPÍTULO III METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño utilizado

3.1.1. Tipo y enfoque

El tipo de la investigación es descriptiva. Para Hernández, Fernández y Baptista (2014), el objetivo de la investigación es detallar fenómenos, hechos, situaciones y contextos. A esto llaman detallar, cómo son y cómo se muestran. Con este estudio descriptivo se busca explicar las características y los perfiles de individuos, objetos y fenómenos que puedan estar inmersos en un análisis.

3.1.2. Diseños de investigación

Con respecto a esta investigación, tiene un diseño no experimental por la cual no está fundamentalmente ligada al aspecto de manipulación de la variable estudiada, teniendo como principal objetivo la observación científica de una variable en un contexto cultural determinado, no siendo éstas, provocadas intencionalmente por el investigador (Fernández et al., 2014). Además, de que la investigación sea no experimental, pertenece a un corte transversal. Según Liu y Tucker (como se citó en Hernández et al., 2014) el diseño a nivel transversal determina que el procedimiento de recolección de datos solo se dará en un determinado tiempo.

3.2. Población y muestra

3.2.1. Población

Para Vara (2008), la población es el conjunto de todos los individuos, sucesos situaciones, cosas que se van a investigar los cuales tienen una o más propiedades en común. La población está ubicada en un espacio, lugar o territorio que va cambiando con el paso del tiempo. En varias ocasiones es difícil evaluar a toda la población por muchos factores como: costo, tiempo, por eso es, necesario trabajar con una sola parte. La población para el presente estudio estuvo conformada

por 53 estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de la I.E. Coronel José Gálvez.

3.2.2. Muestra

Vara (2008), la muestra, es el conjunto de casos extraídos de la población que ha sido elegida por algún método racional, pero siempre parte de la población. En esta investigación se utilizará la muestra no probabilística. Para Hernandez.et al (2014), este tipo de muestra no depende de la probabilidad, sino del objetivo que el investigador quiere lograr. En ese sentido la muestra seleccionada para el presente estudio es de 53 estudiantes.

Tabla 1.

Población y Muestra

Grado	Hombres	Mujeres
4to	19	11
5to	10	13

Como se aprecia en la tabla 1, nuestra muestra total está conformada por 30 alumnos del 4to de secundaria, de los cuales 19 son hombres y 11 mujeres. Así también, se observa que en 5to de secundaria son 23 alumnos, de los cuales 10 son hombres y 13 mujeres.

3.3. Identificación de la variable y su operacionalización

Tipo de carácter

Como bien se ha descrito la caracterología es el término empleado para señalar el estudio del carácter de acuerdo al tipo al que pertenezca, Vicuña (2006) refiere que existen tres tipos de factores, emotividad, actividad y resonancia. Al combinar estos tres componentes dan como resultado 8 tipos caracterológicos.

3.3.1. Operacionalización de la variable

Para entender la forma en cómo estudiaremos la variable caracterológica, nos apoyaremos en la formación de ésta basándonos en el instrumento que usaremos para su medición (Tabla 2).

Expresarlo minuciosamente ayudará a comprender con mayor precisión el estudio.

Tabla 2. Operacionalización de la variable tipo de carácter.

VARIABLE	DEFINICIÓN TEÓRICA	DIMENSIONES	FACTORES	INDICADORES	ITEM
Tipo de carácter	Vicuña (2006) refiere que existen tres tipos de factores, emotividad, actividad y resonancia. Al combinar estos tres componentes dan como resultado 8 tipos caracterológicos.	Dimensión 1 Colérico	- Emotivo	Combativo	1
			- Activo	Proselitista	2
			- Primario	Persuasivo	3
				Intuitivo	4
		Dimensión 2: Pasional	- Emotivo	Organizado	5
			- Activo	Eficaz	6
			- Secundario	Protector	7
				Enérgico	8
		Dimensión 3 Nervioso	- Emotivo	Sugestionable	9
			- No activo	Vivaz	10
			- Primario	Suspica	11
				Curioso	12

	- Emotivo	Sensible	13
Dimensión 4:	- No activo	Tenaz	14
Sentimental	- Secundario	Perseverante	15
		Disciplinado	16
	- No emotivo	Benevolente	17
Dimensión 5	- Activo	Afabilidad	18
Sanguíneo	- Primario	Sociable	19
		Efusivo	20
	- No emotivo	Esquemático	21
DIMENSION 6:	- Activo	Calmado	22
Flemático	- Secundario	Organizado	23
		Objetivo	24
	- No emotivo	Vulnerable	25
DIMENSION 7:	- No activo	Servicial	26
Amorfo	- Primario	Egocéntrico	27
		Metódico	28

DIMENSION 8: Apático	- No emotivo	Independiente	29
	- No activo	Monótono	30
	- Secundario	Desinteresado Conformista	

Adaptado de Vicuña (2006)

Podemos observar que en la Tabla 1, se encuentra una definición de la variable estudiada que utilizó Berger en la elaboración de su instrumento CCGB, en la cual menciona los factores que integran las ocho dimensiones que constituyen los tipos de carácter.

3.4. Técnicas e instrumentos de evaluación y diagnóstico

3.4.1. Técnicas

La técnica que fue utilizada en esta investigación fue de recolección de datos directa, en la cual se tenía contacto con los estudiantes y a quienes se les brindó el instrumento de manera presencial.

3.4.2. Instrumento

En la siguiente investigación fue utilizado el Cuestionario Caracterológico de Gastón Berger (Anexo 2), quien fue un filósofo Francés, empresario, administrador. Introdutor de la fenomenología en Francia. El cuestionario consta de 30 ítems con dos a tres opciones de respuesta. Su baremación fue realizada por Luis A. Vicuña Peri en sujetos de diferente sexo, de 14 a 25 años, en el año 79, revisada en 1992 y actualizada en 1998 y actualizada en el 2006.

Ficha Técnica

- a. **Nombre:** Cuestionario caracterológico Gaston Berger
- b. **Autor:** Gaston Berger
- c. **Adaptación:** Luis Alberto Vicuña Pieri
- d. **Procedencia:** Universidad de la Sorbona (Francia)
- e. **Duración:** aproximadamente 20 minutos
- f. **Aplicación:** Adolescentes y adultos de ambos sexos, con un nivel cultural mínimo para comprender las instrucciones y enunciados del cuestionario.
- g. **Objetivo:** Determinar los tipos de personalidad en cuanto a estructuras caracterológicas, mediante un auto descripción.
- h. **Tipo de ítem:** Enunciados de doble opción.

Baremación: Realizada por Luis Vicuña Peri en sujetos de diferentes sexo, de 14 a 25 años, en el año de 1979 y revisada en 1992, 1998 y actualizada en el 2006.

Características: conformado por 30 ítems de respuestas dicotómicas, a excepción de los ítems 11 y 26 que tienen tres alternativas y emplea la técnica de elección forzada de todos los ítems, los cuales están distribuidos en orden secuencial a los factores a evaluarse:

EMOTIVO	NO EMOTIVO	Ítems	1 – 10
ACTIVO	NO ACTIVO	Ítems	11 - 20
PRIMARIO	SECUNDARIO	Ítems	21 – 30

Fuente; *Cuestionario Caracterológico de Gastón Berger.* Vicuña, 2006.

Campo de aplicación

- Orientación Vocacional.
- Consejo Psicológico.
- Modificación de Conducta

Calificación

Se obtiene el puntaje total sumando el valor de los ítems marcados, dicho puntaje se ubica en el cuadro de calificación, para luego obtener los tres factores caracterológicos predominantes, que al combinarlos nos dará como resultado un tipo caracterológico de los ocho establecidos en el cuestionario.

	EMOTIVO		ACTIVO	SECUNDARIO
	Varones	Damas		
MA	60 a +	66 a +	68 a +	69 a +
A	52 a 59	58 a 65	61 a 67	62 a 68
TA	48 a 51	51 a 57	55 a 60	55 a 61
TB	35 a 47	42 a 50	47 a 54	47 a 54
B	26 a 34	35 a 41	41 a 46	40 a 46
MB	10 a 25	10 a 34	10 a 40	10 a 39
	NO EMOTIVO		NO ACTIVO	PRIMARIO

Fuente; *Cuestionario Caracterológico de Gastón Berger*. Vicuña, 2006.

Confiabilidad

La confiabilidad fue mediante el método test retest en una muestra de 645 de sujetos, hallando en el factor emotividad 0.89, actividad 0.92, resonancia 0.90. Además, la consistencia interna medida por la formula r_{20} de Kuder-Richardson, obteniendo en el factor emotividad 0.92, actividad 0.94, resonancia 0.92.

Validez

Para establecer la validez del cuestionario utilizado se realizó una descripción detallada y específica de los ocho tipos caracterológicos que el cuestionario diagnostica.

CAPITULO IV

PRESENTACIÓN, PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

4.1. Procesamiento de los resultados

Para el análisis de los datos obtenidos mediante el instrumento Cuestionario Caracterológico de Gastón Berger, se elaboró una Base de Datos donde se expresan las respuestas de cada individuo mediante el puntaje por cada ítem a través del programa de Microsoft Excel 2016, en donde se realizó el análisis de frecuencias con respecto a los factores.

Seguido de esto, vaciaron los datos del instrumento utilizando el programa estadístico Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versión 22.0, por el cual se realizara el análisis descriptivo.

Análisis descriptivo en la búsqueda del valor mínimo, máximo y promedio de cada factor.

$$\bar{X} = \frac{\sum X_i}{n}$$

4.2. Presentación de los resultados

Para iniciar la presentación de los resultados primero se pasara a exponer el análisis de datos obtenido en el instrumento.

Tabla 3

Media, mínimo, máximo del puntaje obtenido por cada factor para la dimensión correspondiente de los tipos caracterológicos

Dimensión	Mínimo	Máximo	Promedio
E.A.P	50	70	57.9
E.A.S	66	71.3	68.3
E.NA.P	46	52.2	49.5
E.NA.S	52.6	60.6	56.4
NE.A.P	47.3	56.3	51.4
NE.NA.S	50	52.6	51.0

A continuación expondremos la tendencia de los evaluados para con las dimensiones determinadas por el cuestionario caracterológico de Gaston Berger (CCGB).

Tabla 4

Frecuencia del tipo caracterológico de Gastón Berger.

Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Colérico	28	53%
Nervioso	4	8%
Sentimental	5	9%
Sanguíneo	9	17%
Pasional	2	4%
Apático	5	9%
Total	53	100%

Se puede apreciar en la tabla 3, que el tipo de carácter predominante en la muestra es el Colérico (E.A.P) con un 53%, sin embargo, el carácter con menor frecuencia es el Nervioso (E.NA.P) ocupando un 8% del total.

Los estudiantes que tienen carácter pasional son el 4% de la muestra, esto significa que se caracterizan por ser serviciales, honorables y sociales, sin embargo, también pueden tener rasgos dominadores, y ser ambiciosos.

Del total de evaluados, los que tienen carácter nervioso son el 8%, esto significa que pueden ser sensibles, compasivos, generosos, de humor variable y extravagantes.

El carácter sentimental está representado por el 9% del total de evaluados, ellos se caracterizan por ser honrados, bondadosos, introvertidos y melancólicos.

Los estudiantes que tienen carácter sanguíneo forman el 17% de los estudiantes por lo cual estos muestran ser extrovertidos, prácticos, inconsistentes, no reflexivos.

El carácter apático fue identificado en el 9% del total, estos estudiantes tienen características tales como herméticos, misteriosos, sombríos y taciturnos, tenaces en sus enemistades, poco conversadores, aman la soledad.

El carácter amorfo no se encuentra expresado en la tabla 4, ya que no se evidencio en la muestra evaluada, por lo que se infiere que no se encuentran alumnos con características tales como, conciliadores, tolerantes por indiferencia, negligentes, inclinados a la pereza.

Dentro de los estudiantes no se encontró alumno alguno que posea carácter flemático, es decir, que sean respetuosos, puntuales, pacientes y tenaces.

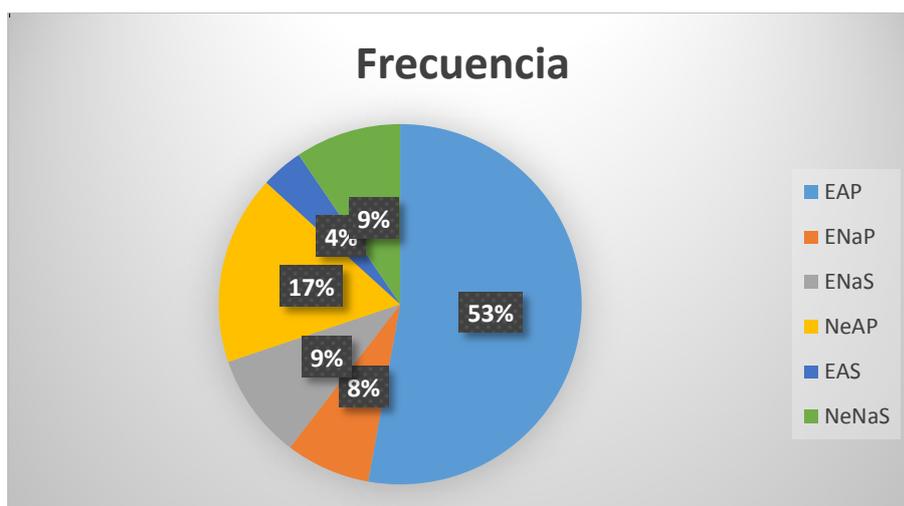


Figura 1. Porcentaje del tipo de carácter.

Por consiguiente se detallara la frecuencia en forma individual de los factores influyentes en la formación de los tipos caracterológicos que fueron obtenidos en la investigación.

A continuación se expondrá el porcentaje de respuestas que tienen el factor emotividad según el género en los estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria.

Tabla 5

Frecuencia del factor emotividad en hombres y mujeres.

Emotividad					
	Nivel	Hombre	Porcentaje	Mujer	Porcentaje
Emotivo	Muy alto	10	36%	14	56%
	Alto	4	14%	6	24%
	Tiende alto	3	11%	2	8%
No Emotivo	Tiende bajo	6	21%	3	12%
	Bajo	4	14%	0	0%
	Muy bajo	1	4%	0	0%
	Total	28	100%	25	100%

Dentro del factor emotividad se observa que el 61% de los hombres es emotivo y el 25 % es no emotivo, a su vez, es notable que el 88% del total de mujeres es emotivo y por lo tanto el 12% se encuentra dentro del rango no emotivo.

Por otro lado, se puede apreciar que el 74% del total de la muestra, entre hombre y mujeres presenta la categoría emotiva dentro del tipo caracterológico que presentan los evaluados.

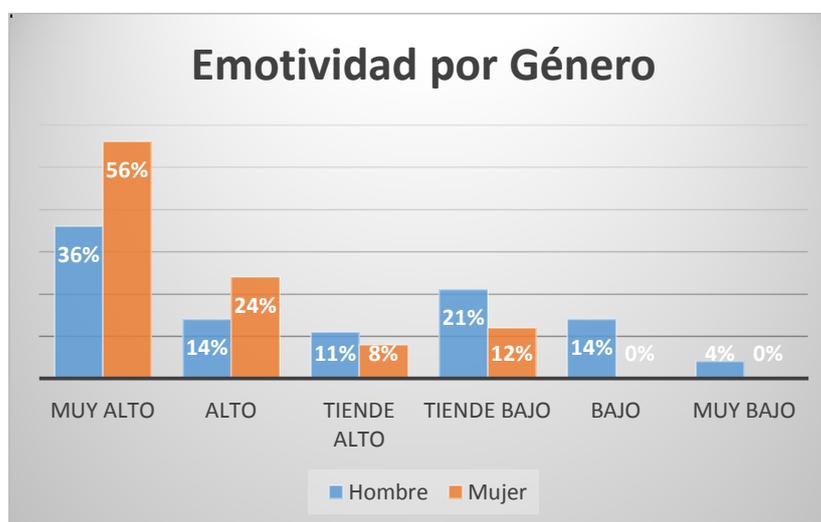


Figura 2. Emotividad por género en Hombres y Mujeres.

Se puede observar en la Figura 3 que en nuestra muestra, los hombres y las mujeres tienen un nivel de emotividad “muy alto”, sin embargo, son las mujeres quienes tienen un mayor porcentaje de emotividad frente a los hombres.

A continuación se expone la frecuencia y el porcentaje que tiene el factor actividad en la muestra de los estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria.

Tabla 6

Frecuencia del factor actividad.

Actividad			
	Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Activo	Muy alto	1	2%
	Alto	12	23%
	Tiende alto	26	49%
No Activo	Tiende bajo	14	26%
	Bajo	0	0%
	Muy bajo	0	0%
Total		53	100%

En la Tabla 5 se puede observar que en el factor actividad el 49% se encuentra en el nivel “tiende alto”, con una frecuencia que se ve reflejada por 26 personas que en su mayoría marcaron los ítems correspondientes al nivel expresado. Sin embargo, es necesario resaltar que el nivel con menor frecuencia fue “muy alto”, representado por un 2%, seguido de los niveles “bajo” y “muy bajo”, los cuales no cuentan con frecuencia alguna.

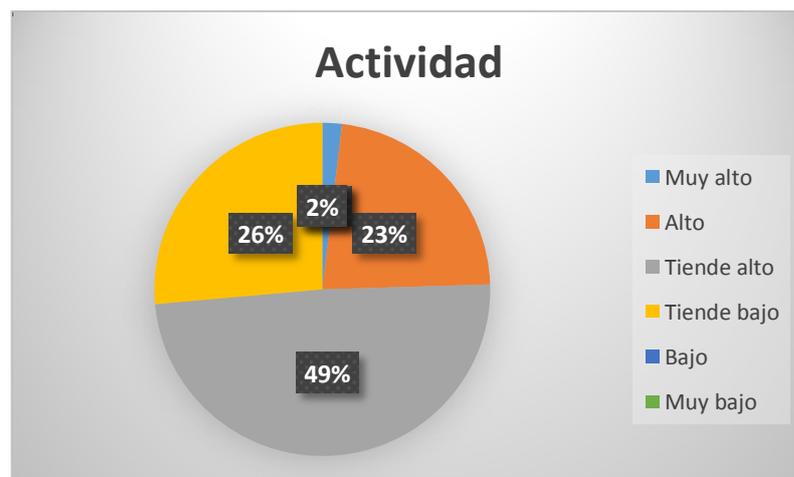


Figura 3. Porcentaje del factor actividad.

En la Tabla 5 y en la Figura 4 se observa que dentro del factor actividad, los activos representan un 74% y los no activos forman parte del 26% restante, conformado por los tres últimos niveles del factor.

A continuación se presentara la tabla que expone la frecuencia del factor resonancia en los estudiantes de 4to y 5to grado

Tabla 7

Frecuencia del factor resonancia.

Resonancia			
	Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Secundario	Muy alto	0	0%
	Alto	3	6%
	Tiende alto	9	17%
Primario	Tiende bajo	27	51%
	Bajo	13	25%
	Muy bajo	1	2%
Total		53	100%

En la tabla 6 el factor resonancia, dividido por la categoría secundario y primario, muestran que esta última categoría tiene la mayor frecuencia dado a que representa el 78% de la muestra total.

Por otro lado, se evidencia que dentro de este factor, el nivel “tiende bajo” respresenta el 51%, siendo este el mayor de los porcentajes de acuerdo a la frecuencia obtenida en los niveles. Así mismo, es visible que el nivel “muy alto” no se vio evidenciado en las respuestas de los alumnos, sin embargo, el nivel “alto” evidencia una frecuencia de 3, representando el 6% del total, no siendo el menor porcentaje, ya que ese lugar lo ocuparía el “muy bajo”, con un 2%.

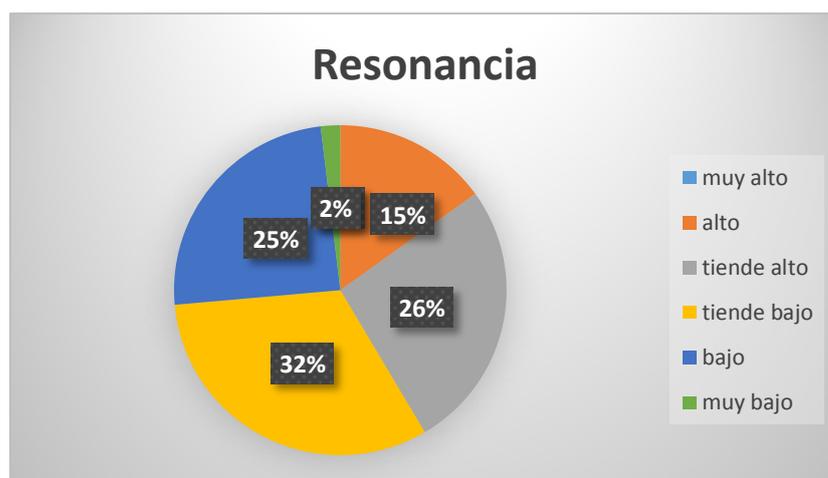


Figura 4. Porcentaje del factor Resonancia

4.3. Análisis y discusión de resultados

El objetivo de esta investigación fue determinar el tipo de carácter de los estudiantes de 4to y 5to de secundaria y de acuerdo a los datos obtenidos, se halla que la caracterología de los evaluados está representada por 6 de los 8 tipos caracterológicos establecidos por el CCGB, los cuales de acuerdo a su frecuencia son: 53% colérico, 17% sanguíneo, 9% sentimental, 9% apático, 8% nervioso y 4% pasional. Esto quiere decir, que del total de la muestra prevalece el tipo caracterológico colérico, lo cual significaría que en su mayoría los estudiantes son extrovertidos, tienen la necesidad de realizar alguna actividad descargando su ímpetu vital de un modo impulsivo y pueden reaccionar de forma violenta ante alguna injuria. Este resultado no coincidiría con Zavala (2001) concluye que en los estudiantes de 5to de secundaria de los colegios nacionales del Rimac, el carácter preponderante es el sentimental, obteniendo un 26,6% de la muestra total. Sin embargo, el autor en su investigación plantea problemas de conducta y bajo rendimiento escolar, producto del desinterés por parte del alumno al aprendizaje, en los colegios ubicados en las zonas más peligrosas del distrito, hallándose entre ellos el 8.7% de tipo colérico, que correspondería dentro del total al alumnado con los problemas anteriormente mencionados, este resultado tendría conexión con lo

expuesto por Derbez (1938) quien menciona la existencia de una relación entre la actitud ante el estudio y la caracterología del estudiante.

Por el contrario, Deza y Guzman (2014) hallan que el carácter de mayor frecuencia es de tipo flemático ocupando un 62% de la muestra total, no evidenciándose en la investigación frecuencia alguna de respuestas que correspondan al tipo colérico.

Por otro lado, Narvaez (2003) en su investigación realizada en Ecuador establece que el carácter predominante es amorfo con un 80% de la muestra total, es decir, a diferencia de lo arrojado en nuestros resultados, los adolescentes son no activos y no emotivos, lo que quiere decir que muchas veces son perezosos, se fatigan con facilidad y tienen poco sentimiento de lo real; sin embargo, en semejanza con el “colérico”, ambos tipos son sociables.

De acuerdo a los factores influyentes en la determinación de los 6 tipos caracterológicos presentados, en el factor emotividad, el cual mide la sensibilidad ante un estímulo, establece que el 74% son emotivos, es decir, tienden a ser explosivos y eufóricos, en similitud con esto, Zavala (2001) demuestra en su resultados que el 57,3% de los evaluados son emotivos, sin embargo, en la investigación de Narvárez (2003), se infiere que el 80% de la muestra no es emotiva, por lo cual, resaltan más por su serenidad.

Con respecto al factor actividad, en la presente investigación se obtuvo que el 74% de la muestra es activa, es decir, poseen larga duración motora e intelectual, en similitud a este puntaje Roca y Sinche (2017) establecen que el 72% del total de evaluados son activos. Por otro lado, Zavala (2001) presenta que el 65,1% de los alumnos de 5to año son no activos, lo que significa que la pasividad de su pensamiento e imaginación sustituyen la acción misma.

De acuerdo al factor resonancia, se estableció que el 78% pertenecen a la categoría primaria, es decir, los examinados en su mayoría improvisan, por lo que lo que tendrían tendencia al caos. Sin embargo,

Deza y Guzman (2014) obtienen que el 62% es secundario, por lo que los evaluados se diferencian por ser planificados y tener tendencia al orden.

4.4. Conclusiones

- La muestra evaluada presenta que en los estudiantes del 4to y 5to de secundaria mantienen una predominancia al carácter de tipo colérico con un 53%. Con este resultado se puede decir que los estudiantes tienden a tener actitud que no favorece al manejo de la convivencia escolar de las aulas.
- En cuanto a la dimensión pasional, este tipo caracterológico se encuentra representado por el 4% de la muestra, es decir, en cuanto a los factores que intervienen en la formación de este carácter se halló que los estudiantes son emotivos, activos y secundarios.
- El carácter colérico representa el 53% de la población total, por lo que se establece que los estudiantes que poseen este tipo de carácter son emotivos, activos y primarios.
- En la dimensión sentimental se encuentra que el 9% de la muestra total posee este tipo caracterológico, en lo que se establece que los estudiantes que conforman este grupo son emotivos, no activos y secundarios.
- El carácter nervioso es desarrollado por el 8% de los evaluados, lo cual tendría como significancia que los estudiantes que tienen este tipo caracterológico son emotivos, no activos y primarios.
- En cuanto al carácter flemático, este no fue hallado dentro de la muestra, por lo que se establece que ninguno de los estudiantes poseen la interrelación de ser no emotivos, activos y secundarios.
- En la dimensión sanguíneo se encontró que el 17% de los evaluados, posee este tipo caracterológico, resaltando así que en relación con sus factores los estudiantes son no emotivos, activos y primarios.

- Los estudiantes que tienen carácter apático son el 9% de la población, esto tendría como significancia que los evaluados correspondientes a este tipo son no activo, no emotivo y secundario.
- Finalmente, se concluye que la dimensión correspondiente al tipo amorfo no se encuentra dentro del total de evaluados, por lo que se evidencia que no se encontraron estudiantes que sean no emotivos, no activos y primarios.

4.5. Recomendaciones

- Comunicar a la directora de la Institución Educativa los resultados obtenidos en la investigación para el pronto abordaje de los problemas encontrados.
- Elaborar, implementar y ejecutar programas de intervención en donde se puedan disminuir los problemas que acarrearán los datos encontrados en la investigación.
- Brindar charla de capacitación para el alumnado, personal, docente y padres de familia con la intención de hacer conocer las etapas del desarrollo biopsicosocial en el adolescente, en donde se trate de fomentar la adecuada intervención.
- Elaborar, implementar y ejecutar programas y talleres para aquellos alumnos que reflejen problemas de conducta, habilidades sociales y rendimiento escolar, con la intención de brindarles orientación, a la vez que desarrollan su autoestima y potencian sus capacidades y habilidades psicosociales.
- Capacitar a los profesores y auxiliares en busca del adecuado manejo de las aulas que le sean otorgadas, cumpliendo las normas de convivencia en el colegio.
- Llevar a cabo “Escuela de Padres” para el centro educativo Coronel José Gálvez, con la intención de informar, sensibilizar y concientizar a los

padres de familia acerca de la necesidad de generar dentro del hogar y el colegio, un clima que ayude a la formación integral de los hijos.

CAPITULO V

PROGRAMA DE INTERVENCIÓN

5.1. Denominación del programa

“APRENDIENDO A SER MEJOR”

5.2. Objetivos

5.2.1. General

Promover la adecuada convivencia escolar en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria, de la Institución educativa “Coronel José Gálvez” a través del programa “Aprendiendo a ser Mejor”, utilizando técnicas y estrategias, para reducir los problemas planteados.

5.2.2. Específicos

- Mejorar la comunicación en los alumnos utilizando técnicas de interacción grupal.
- Incrementar la empatía en los alumnos mediante técnicas de sensibilización.
- Disminuir la impulsividad en los alumnos mediante técnicas de relajación.
- Resolver los conflictos entre compañeros mediante estrategias de afrontamiento.
- Mejorar la autoestima a través de una reestructuración cognitiva.
- Aumentar el rendimiento académico en los alumnos mediante la motivación.
- Difundir la adecuada educación en los padres de familia a través de charlas.

5.3. Justificación

Mediante el siguiente plan de intervención lo que se espera lograr es el adecuado trato entre los compañeros de las aulas identificadas con los problemas anteriormente expresados, tales como, la impulsividad, la baja autoestima, el bajo rendimiento escolar, habilidades sociales, entre otros.

Estos problemas que suelen desarrollarse en muchos colegios suelen acarrear problemas severos como la depresión, ansiedad, bullying, etc. Es por ello, que es necesaria la pronta intervención como programa psicológico en las aulas ya mencionadas.

Debido que la mejora de muchos de los problemas expresados se deberá desarrollar con la ayuda de los padres de familia, se está detallando el procedimiento de la escuela de padres en diferentes temas. Este, es un punto bastante importante, ya que los padres de familia podrán tener mayor conocimiento de los problemas por los que estarían pasando sus hijos, y por lo tanto, se les daría información útil para que puedan trabajar en casa.

Lo que se logra con el involucramiento de los padres de familia, es prevenir y disminuir futuros inconvenientes, así como también, terminar en corto plazo el desarrollo de dichos problemas.

5.4. Alcance

Este programa de intervención va dirigido a los estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de la Institución Educativa Coronel José Gálvez del distrito de Comas.

5.5. Metodología

a. Acciones:

El siguiente programa de intervención se encuentra conformado por ocho sesiones de 60 minutos c/u, las cuales serán distribuidas en dos sesiones por semana, por lo cual serán culminadas en un mes.

b. Estrategias o técnicas:

Para el desarrollo de las sesiones se harán uso de estrategias y técnicas psicológicas de diferentes enfoques, tales como, Cognitivo-Conductual de esta manera se promoverá el desarrollo personal de los estudiantes.

Por otro lado, las técnicas individuales y grupales , ayudaran a trabajar en equipo de forma adecuada, y asi se podrá cumplir con los objetivos planteados.

5.6. Recursos

5.6.1. Humanos

- Responsable del programa: Andrea Bullón Cubillas
- Director de la Institución Educativa
- Auxiliar de cada aula

5.6.2. Materiales

- Pizarra
- Lapiceros
- Plumones
- Hojas bond A4
- Papelotes
- Post – it
- Cartulinas
- Ovillo de lana
- Fichas auxiliares
- Sillas

5.7. Cronograma

Sesiones	Marzo			Abril		
1. “Conociéndonos y escuchándonos”.						
2. “Imaginándome lo que sientes”.						
3. “Respirando me relajo”.						
4. “Si espero no desespero”.						
5. “Queriéndome”.						
6. “Motivado yo rindo”.						
7. “Aprendiendo a aprender”.						

Sesión 1: “Conociéndonos y escuchándonos”

Objetivo específico

Mejorar la comunicación en los alumnos utilizando técnicas de interacción grupal.

Actividades	Objetivo	Metodología	Recursos	Tiempo
Presentación	Identificar a todas las personas involucradas en la sesión	El psicólogo encargado de la sesión se presenta y solicita a los alumnos que se paren y digan su nombre.		10 min
El ovillo de lana	Recordar el nombre de todos los compañeros de aula	Se hará un círculo compuesto de todos los integrantes de la sesión, el ovillo de lana empezará en la mano de uno de los alumnos, él deberá decir un nombre y deberá pasar el ovillo de lana al compañero dueño del nombre, quedándose con el punto inicial de la lana, la siguiente persona deberá decir otro nombre y seguir con la misma actividad. La persona que no recuerde a quien pertenezca el nombre que menciona, recibirá un castigo que será definido por el grupo.	Ovillo de lana Sillas Ambiente espacioso	15 min

<p>Importancia de la comunicación</p>	<p>Conocer y reconocer la importancia de la comunicación</p>	<p>El psicólogo deberá establecer ejemplos claros acerca de la importancia de la comunicación. Seguido de proporcionar al alumno un breve y claro concepto de lo que esto significa. Mencionar cuales son las ventajas y desventajas de la escucha activa y en que ayudaría en la mejora de nuestra comunicación, haciendo también parte la dinámica anteriormente mencionada.</p>	<p>Pizarra Plumones</p>	<p>20</p>
<p>Feedback</p>	<p>Reconocer las ventajas de una buena comunicación</p>	<p>El modelador deberá hacer preguntas con respecto a la información planteada durante la sesión. Deberá corroborar el entendimiento de los alumnos en el tema planteado</p>		<p>15 min</p>

Sesión 2: “Imaginándome lo que sientes”

Objetivo específico

Incrementar la empatía en los alumnos mediante técnicas de sensibilización.

Actividades	Objetivo	Metodología	Recursos	Tiempo
Presentación	Identificar si los alumnos tienen claro el tema a tratar en la sesión.	I. El psicólogo encargado de la sesión hará preguntas alumnos acerca de la empatía para definir el conocimiento previo que estos tienen acerca del tema a tratar en la sesión.		10 min
La charada de los gestos	Reconocer emociones ajenas.	Se forman 6 grupos de 5 personas, a cada persona se le dará una ficha que contenga una situación que en el lector deberá desencadenar una emoción, dicha emoción deberá ser gesticulada sin verbalizar palabra alguna, los demás compañeros del grupo deberán imaginar la situación que le tocó.	Fichas de situaciones	15 min
La empatía	Conocer y reconocer la importancia de la empatía	El psicólogo deberá definir de forma breve y explicativa la importancia de la empatía en el establecimiento de las relaciones interpersonales.	Pizarra Plumones	15 min

Grupo de conocimiento y debate	Concientizar al grupo de la importancia que tiene la empatía	El psicólogo formara 6 grupos de 5 personas distintos a los establecidos inicialmente. Cada grupo deberá debatir sobre tres importantes ventajas de la empatía.	Papelotes Plumones	10 min
Feedback	Conocer la información captada por los alumnos con respecto al tema desarrollado.	El modelador deberá hacer preguntas con respecto a la información planteada durante la sesión. Deberá corroborar el entendimiento de los alumnos en el tema planteado		10 min

Sesión 3: “Respirando me relajo”

Objetivo específico

Disminuir la impulsividad en los alumnos mediante técnicas de respiración.

Actividades	Objetivo	Metodología	Recursos	Tiempo
Conociéndome	Favorecer al autoconocimiento personal.	<ul style="list-style-type: none">-Se le otorgara a cada alumno un plumón y un post – it.-Se le dará la instrucción de pensar en aquello que les moleste de sí mismo.-Posteriormente se les pedirá escribirlo en el post – it y pegarlo en el pecho de c/u.	Plumones Post - it	10 min
“El volcán”	Favorecer a concientización de la sensaciones de malestar	<ul style="list-style-type: none">-Habiendo identificado aquello que nos causa malestar de nosotros mismos, vamos a esclarecer los cambios que experimentamos interiormente debido a esta sensación.-El psicólogo dibujará un volcán en la pizarra, identificando al alumno con el fenómeno.-Con ayuda de todos los participantes se ira escribiendo alrededor del volcán las sensaciones que ellos van sintiendo en el proceso de llegar a sentirse molestos.	Pizarra Plumones	15 min

Técnicas de respiración	Conocer cómo se lleva a cabo una adecuada respiración	<ul style="list-style-type: none"> -Se le otorgara a c/ alumno una ficha que define y especifica el proceso de una adecuada respiración. -El modelador escenificara el proceso, y se explicara cada parte, haciendo de entendimiento grupal el ejercicio. -Se le pedirá a cada alumno la repetición del ejercicio mostrado por el modelador. 	Ficha de la adecuada respiración	10 min
Ventajas de la adecuada respiración	Promover la imaginación y debate grupal.	<ul style="list-style-type: none"> -El psicólogo formara 6 grupos. -Cada equipo deberá escribir en una cartulina las ventajas de una adecuada respiración. -Luego, decidirán que dibujo puede representar dichas ventajas, para luego ser plasmadas en la cartulina. 	6 Cartulinas Plumones Colores	15 min
Feedback	Conocer la información captada por los alumnos con respecto al tema desarrollado.	-El modelador propondrá y desarrollar preguntas con respecto al tema planteado.		10 min

Sesión 4: “Si espero no desespero”

Objetivo específico

Resolver los conflictos entre compañeros mediante estrategias de afrontamiento.

Actividades	Objetivo	Metodología	Recursos	Tiempo
La torre	Mejorar el nivel de compañerismo.	Se formaran equipos de 5 personas. Cada equipo tendrá a su disposición 6 vasos de plástico. Cada una de las personas de cada equipo deberá formar la torre de vasos en el menor tiempo. De acuerdo a lo que en equipo observen en cada turno, deberán a la elegir a una persona para que pase la prueba de hacerlo con el cronometro en 0. El alumno que gane hará ganador a cada integrante del equipo	30 vasos de plástico Cronometro 6 chupetines	15 min
El mono hablador	Determinar el grado de escucha y comunicación.	Se harán grupo de 4 o 5 alumnos. Cada equipo recibirá una ficha de alguna situación problemática. Cada integrante deberá dar una solución al problema. Posteriormente, el grupo deberá debatir sobre la mejor solución que dicha problemática pueda tener.	Fichas situacionales 30 caramelos	10 min

Aprendo a escuchar	Mejorar el nivel de escucha	Se harán grupos de a dos. Cada integrante deberá hablar al compañero de cualquier tema durante 2 minutos. El otro integrante deberá escuchar atentamente. Luego, se le preguntará acerca de lo que escucho.		10 min
Disidiendo por mi	Encontrar soluciones asertivas a los problemas	Se hará un círculo, cada alumno saldrá al frente y expondrá aquello que le cause incomodidad de otra persona. El público, deberá brindar propuestas de solución al expositor. Finalmente, el alumno con ayuda del psicólogo deberá elegir cual fue la mejor propuesta,	Papelotes plumones	10 min
Mis conclusiones	Conocer la información captada por los alumnos con respecto al tema desarrollado.	El modelador le pedirá a c/ alumno que de una idea acerca de lo aprendido en cada dinámica.		15 min

Sesión 5: “Queriéndome”

Objetivo específico

Mejorar la autoestima a través de una reestructuración cognitiva.

Actividades	Objetivo	Metodología	Recursos	Tiempo
Mi “yo” preferido	Conocer lo que aprecio de mi	Se le pedirá a los alumnos que hagan un dibujo que plasme el como ellos se ven. Posteriormente, deberán poner alrededor todas las cosas que le gustan de sí mismos.	Lápices Colores	10 min
Mejorando mi “Yo”	Mejorar mi percepción negativa	El psicólogo le pedirá a c/ alumno que escriban sus virtudes y defectos Al lado de cada defecto, el alumno deberá poner una solución. Los papeles serán entregados sin nombre, para luego, se proporcionado a otro alumno. Cada compañero, deberá pensar en otra opción de mejora para los defectos que vera en el papel que le tocó.	Hojas bond Lapiceros	15 min

La autoestima	Conocer la importancia de la autoestima.	El psicólogo deberá explicar brevemente la importancia del que quererse a uno mismo. Y la importancia que tiene el aceptar los defectos que no podemos cambiar. Luego, cada alumno recibirá una ficha en la que deberá firma y comprometerse a amarse a sí mismo.	Hoja de compromiso	15 min
Feedback	Determinar el nivel de lo captado en la sesión.	El modelador deberá hacer preguntas con respecto a la información planteada durante la sesión. Deberá corroborar el entendimiento de los alumnos en el tema planteado		10 min

Sesión 6: “Motivado yo rindo”

Objetivo Especifico

Aumentar el rendimiento académico en los alumnos mediante la motivación

Actividades	Objetivo	Metodología	Recursos	Tiempo
Aquello que me gusta hacer	Favorecer a la identificación de las cosas apreciables por cada alumno.	<ul style="list-style-type: none">-El psicólogo le dará a cada alumno 2 min para pensar en aquellas cosas que les gusta hacer y tener.-Luego se les pedirá plasmarlo en un papel de color.- En otra hoja deberán escribir aquello que necesitarían para tener y hacer aquello que les gusta.	Hojas de colores Lapiceros	15 min
Los aspectos destacados de la vida	Conocer y reconocer lo bueno de la vida.	<ul style="list-style-type: none">-El facilitador del grupo pedirá que todo el mundo piense qué 30 segundos de su vida querrían volver a vivir en el hipotético caso de que sólo les quedara ese espacio de tiempo de vida.-Reflexionar en ese grupo. Si el pensamiento es íntimo y si no se quiere compartir con el resto del grupo, la persona no debe sentirse obligada.-El facilitador podrá guiar la reflexión con las siguientes preguntas: ¿Qué dice tu elección acerca de ti como persona?, ¿qué talentos o pasiones estás descuidando?	Pizarra Plumones	15 min

“Paracaidista confiado”		<ul style="list-style-type: none"> -Los participantes del grupo, realizan dos filas todos puestos en pie (una enfrente de otra) con los brazos extendidos. -Con una separación suficiente para que haya espacio y de tal forma que la persona que caiga encima de los brazos de los componentes de dichas filas no caiga al suelo. -Otro participante, desde una altura superior donde están formadas sendas filas, se tirará hacia los brazos de los integrantes del grupo. -Estos agarrarán al participante que se lanza para que no caiga al suelo. -El participante que se tira, debe tener plena confianza en sus compañeros, sabiendo que éstos van a evitar su caída. 	Amplio ambiente	20 min
Me alimento de conocimiento	Conocer las ventajas de la motivación	Comenzaremos por comprender la importancia y ventajas que existe en mantenerse motivados.	Papelote	10 min

Sesión 7: “Aprendiendo a aprender”

Objetivo específico

Difundir la adecuada educación en los padres de familia a través de charlas.

Actividades	Objetivo	Metodología	Recursos	Tiempo
Presentación	Conocer a cada miembro de la charla	-Se empezará con la presentación del psicólogo a cargo. -Cada padre de familia deberá colocar su nombre en un post it. -Se hará un círculo donde todos los presentes deberán presentarse.	Post it Plumones	10 min
La ruleta de nombres	Memorizar los nombres de los miembros.	Se forma un círculo con los participantes, todos ellos sentados. El jugador que está a la cabeza comienza diciendo su nombre y llamando a otro jugador, ejemplo: "Pedro llama a María", María responde "María llama a Juan", Juan dice "Juan llama a Pablo", etc. El que no responda rápido a su nombre paga penitencia que puede ser: contar un chiste, bailar con la escoba, cantar.	Sillas	15 min
Focus Group	Identificar las interrogantes de los padres de familia	Cada padre de familia hará brevemente una pregunta o consulta de aquello que no puede tratar con su hijo.	Pizarra Plumones	15 min

La motivación	Conocer la importancia de la motivación.	El expositor hablara sobre la motivación extrínseca y las ventajas que tienen en el adolescente.	Pizarra Plumones	10 min
Feedback	Conocer la información captada por los alumnos con respecto al tema desarrollado.	El modelador hará preguntas con respecto a lo explicado.		10 min

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Cerda, P. (2011). *La instrucción militar como factor influyente en la formación de rasgos de personalidad de los adolescentes que se educan en la academia militar Miguel Iturralde de la ciudad de Latacunga*, Universidad Técnica de Ambato, Ambato, Ecuador. (Tesis de pregrado). Recuperado de <http://repo.uta.edu.ec/handle/123456789/3969>

Cloninger, S. C. (2003). *Teorías de la personalidad*. Naucalpan de Juárez, México: Pine Tree Tomposition.

Deza, S. y Guzmán, M. (2014, Julio). Orientación vocacional y consejería para jóvenes de un programa de inserción laboral. *Revista UNIFE*. Recuperado de <http://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/psicologia/2014/AVANCES.S.D eza.pdf>

Dolcet, J. (2006). *Carácter y temperamento: similitudes y diferencias entre los modelos de personalidad de 5 y 7 factores*, Universidad de Lleida, -- (Tesis doctoral). Recuperado de <http://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/8295/Tjds1de1.pdf>

Hernández, Mejía y Mejía (2012). *Relación de la Inteligencia Emocional con los Rasgos Caracterológicos de los Estudiantes de Segundo Año de la Carrera de Licenciatura en Psicología*, Universidad Francisco Gavidia, San Salvador, El Salvador (Tesis de pregrado). Recuperado de <http://hdl.handle.net/10972/599>

Jimenez, L. (2009) *Guía de práctica clínica sobre la depresión mayor en la infancia y en la adolescencia*. Técnicas psicoterapéuticas. Recuperado de http://www.guiasalud.es/egpc/depresion_infancia/completa/documentos/anexos/anexo7.pdf

Le Senne, R. (1960). *Tratado de caracterología*. Paris, Francia: El Ateneo.

Narvaez, R. (2003). *Rasgos psicológicos del hijo único adolescente de 12 a 15 años*, Universidad Politécnica Salesiana, Quito, Ecuador. (Tesis de pregrado) Recuperado de <http://dspace.ups.edu.ec/handle/123456789/3021>

Municipalidad Distrital de Comas (2010). *Plan de Desarrollo Concertado 2011 – 2021*. Recuperado de http://www.imp.gob.pe/images/IMP%20-%20PLANES%20DE%20DESARROLLO%20MUNICIPAL/comas_plan_de_desarrollo_concertado_2011_2021.pdf

Parhuayo, L. (2017) *Estructuras Caracterológicas en los estudiantes del ciclo anual turno mañana de la Academia Pitágoras de Lima Metropolitana, 2017*(Tesis de grado). Universidad Inca Garcilaso de la Vega, Lima, Perú. Recuperado de <http://repositorio.uigv.edu.pe/handle/20.500.11818/1391>

Peri, L. (2006). *Test Caracterológico de Gastón Berger*. Perú, Lima: El caracter . (ACP, Ed.)

Roca, S. y Sinche, S. (2017) *Adaptación del cuestionario caracterológico de Gaston Berger dirigido a personas de 14 a 25 años en Huancayo*, Huancayo , Perú (Tesis de grado). Univerisdad Continental Recuperado de http://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/continental/3382/1/INV_FIN_501_TE_Roca_Calderon_Sinche_Zambrano_2017.pdf

Sánchez, J. A. (2014, Setiembre). Carácter y Valores. *Revista Colombiana de Psicología*. Recuperado de <http://revistas.unal.edu.co/index.php/psicologia/article/view/32692>

Zavala, G. (2001). *El clima familiar, su relación con los intereses vocacionales y los tipos caracterológicos de los alumnos del 5to de secundaria de los colegios del Rímac*, Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú. (Tesis de grado). Recuperado de <http://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/cybertesis/3150>

ANEXOS

Anexo 1

MATRIZ DE CONSISTENCIA

CARACTEROLOGÍA EN ESTUDIANTES DE 4TO Y 5TO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCION EDUCATIVA CORONEL JOSE GALVEZ DEL DISTRITO DE COMAS

DEFINICIÓN DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	DEFINICIÓN DE LA VARIABLE	DEFINICIÓN OPERACIONAL	METODOLOGÍA
Problema general	Objetivo general	Vicuña (2006) refiere que existen tres tipos de factores, emotividad, actividad y resonancia. Al combinar estos tres componentes dan como resultado 8 tipos caracterológicos.	Dimensión 1: Pasional <ul style="list-style-type: none"> - Organizado - Eficaz - Protector - Enérgico Dimensión 2: Colérico <ul style="list-style-type: none"> - Combativo - Proselitista - Persuasivo - Intuitivo Dimensión 3	Tipo: aplicada de enfoque cuantitativo. Nivel: descriptivo Diseño: No experimental de corte transversal Población: Estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de I.E. del distrito de Comas. Muestra: 60 Estudiantes de 4to y 5to grado de secundaria de I.E. del distrito de Comas.
¿Cuál es el tipo de carácter en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria del Institución educativa José Gálvez?	Conocer el tipo de carácter en los estudiantes de 4to y 5to de secundaria de la Institución Educativa José Gálvez.			
Problemas específicos	Objetivos específicos			

<p>¿Cuál son el tipo de caracterología en la dimensión pasional en los estudiantes que tienen carácter pasional en 4to y 5to de secundaria del I.E. Coronel José Gálvez</p> <p>¿Cuál son el tipo de caracterología en la dimensión colérico en los estudiantes que tienen carácter colérico en 4to y 5to de secundaria del I.E. J Coronel José Gálvez?</p> <p>¿Cuál son el tipo de caracterología en la dimensión sentimental en los estudiantes que tienen carácter sentimental en 4to y 5to de secundaria del I.E. Coronel José Gálvez?</p> <p>¿Cuál son el tipo de caracterología en la</p>	<p>Identificar del tipo caracterología en la dimensión pasional que estudiantes tienen carácter pasional en 4to y 5to de secundaria del I.E. Coronel José Gálvez.</p> <p>Identificar del tipo caracterología en la dimensión colérico que estudiantes tienen carácter colérico en 4to y 5to de secundaria del I.E. Coronel José Gálvez.</p> <p>Identificar del tipo caracterología en la dimensión sentimental que estudiantes tienen carácter sentimental en 4to y 5to de secundaria del I.E. Coronel José Gálvez.</p>		<p>Sentimental</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sensible - Tenaz - Perseverante - Disciplinado <p>Dimensión 4:</p> <p>Nervioso</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sugestionable - Vivaz - Suspica - Curioso <p>Dimensión 5</p> <p>Flemático</p> <ul style="list-style-type: none"> - Esquemático - Calmado - Organizado - Objetivo <p>DIMENSION 6:</p> <p>Sanguíneo</p> <ul style="list-style-type: none"> - Benevolente - Afabilidad - Sociable - Efusivo <p>DIMENSION 7:</p> <p>Apático</p> <ul style="list-style-type: none"> - Independiente 	<p>Instrumento: Cuestionario Caracterológico de Gastón Berger (CCGB)</p> <p>Calificación: cuestionario dicotómico. El puntaje total es la suma de los Items, luego se procede a ubicar dicho puntaje en la tabla.</p> <p>Aplicación: adolescentes y adultos de 14 a 25 años.</p> <p>Duración: 20 minutos</p> <p>Adaptado al Perú, Lima por Luis Vicuña Peri</p>
--	---	--	---	--

<p>dimensión nerviosa en los estudiantes que tienen carácter nervioso en 4to y 5to de secundaria del I.E. Coronel José Gálvez? ¿Cuál son el tipo de caracterología en la dimensión flemático en los estudiantes que tienen carácter flemático en 4to y 5to de secundaria del I.E. Coronel José Gálvez? ¿Cuál son el tipo de caracterología en la dimensión sanguíneo en los estudiantes que tienen carácter sanguíneo en 4to y 5to de secundaria del I.E. Coronel José Gálvez? ¿Cuál son el tipo de caracterología en la dimensión apático en los estudiantes que tienen carácter apático en 4to y</p>	<p>Identificar del tipo caracterología en la dimensión nervioso que estudiantes tienen carácter nervioso en los estudiantes 4to y 5to de secundaria del I.E. Coronel José Gálvez. Identificar del tipo caracterología en la dimensión flemático que estudiantes tienen carácter flemático en 4to y 5to de secundaria del I.E. Coronel José Gálvez. Identificar del tipo caracterología en la dimensión sanguíneo que estudiantes tienen carácter sanguíneo en 4to y 5to de secundaria del I.E. Coronel José Gálvez.</p>		<ul style="list-style-type: none"> - Monótono - Desinteresado - Conformista <p>DIMENSION 8: Amorfo</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vulnerable - Servicial - Egocéntrico - Metódico 	
--	---	--	---	--

<p>5to de secundaria del I.E. Coronel José Gálvez? ¿Cuál son el tipo de caracterología en la dimensión amorfo en los estudiantes que tienen carácter amorfo en 4to y 5to de secundaria del I.E. Coronel José Gálvez?</p>	<p>Identificar del tipo caracterología en la dimensión apático que estudiantes tienen carácter apático en 4to y 5to de secundaria del I.E. Coronel José Gálvez.</p> <p>Identificar del tipo caracterología en la dimensión amorfo que estudiantes tienen el carácter amorfo en 4to y 5to de secundaria del I.E. Coronel José Gálvez.</p>			
---	--	--	--	--

Anexo 2. Cuestionario Caracterológico de Gaston Berger

CCGB

APELLIDOS Y NOMBRES:

FECHA Y LUGAR DE NACIMIENTO:

SEXO:

EDAD:

FECHA:

GRADO DE INSTRUCCIÓN:

CENTRO DE ESTUDIOS:

DOMICILIO:

EVALUADOR:

PUNTAJES DIRECTOS: EMOTIVIDAD

ACTIVIDAD

RESONANCIA

FORMULA CARACTEROLOGICA:

TIPO CRACTEROLOGICO:

INSTRUCCIONES:

Esta es una prueba que te ayuda a conocerte mucho mejor. Para conseguirlo, solo tendrás que contestar las siguientes preguntas indicando tu respuesta de la siguiente manera:

Al final de cada grupo de respuesta hay un número (1, 5 ó 9), deberás elegir la respuesta que mejor describa una características tuya y luego marcar con una "X" el número correspondiente en la caja de respuestas.

Ejemplo: ¿Le gusta salir a pesar con sus amigas?

¿Prefiere salir sola (o)?

De esta manera responderás a todas las preguntas, de forma más sincera posible, recuerda que de ello depende el mejor conocimiento de tu carácter.

Nº	ITEM	
1	¿Toma usted a pecho las pequeñas cosas cuya importancia sin embargo sabes que es mínima? ¿Se trastorna a veces por insignificancias?	9
	¿Solo le perturban los acontecimientos graves?	1
2	¿Se entusiasma o se indigna con facilidad?	9
	¿Acepta Ud. Las cosas tal como son?	1
3	¿Toma Ud. A pecho las pequeñas cosas cuya importancia sin embargo sabes que es mínima? ¿Se trastorna a veces por insignificancias?	9
	¿Soporta las críticas sin sentirse menoscabado?	1
4	¿Se turba con facilidad ante un suceso imprevisto? ¿Se sobresalta cuando lo llaman intempestivamente? ¿Palidece o ruboriza con facilidad?	9
	¿No se desconcierta Ud. Sino muy difícilmente?	1
5	¿Se acelera al hablar ¿Eleva la voz en una conversación? ¿Siente la necesidad de emplear términos violentos o palabras demasiado expresiva?	9
	¿Conversa Ud. Con calma, sin prisa, de una manera reposada?	1
6	¿Se siente Ud. Angustiado frente a una tarea nueva o ante expectativa de cambio?	9
	O ¿Afronta la situación con serenidad?	1

7	¿Pasa Ud. Alternativamente exaltación al abatimiento, de la alegría a la tristeza y viceversa, por tonterías y aun sin razón aparente?	9
	O ¿Es de humor constante?	1
8	¿Se siente frecuentemente perturbado con dudas y escrúpulos, frente actos sin importancia? ¿Conserva a menudo en la mente un pensamiento completamente inútil y inútil hace sufrir?	9
	O ¿No conoce mas que por excepción este penoso estado de preocupación?	1
9	¿A veces Ud. Experimenta estados de miedo que le impiden realizar cualquier movimiento, p timidez que no le deja articular una sola palabra?	9
	O ¿Por el contrario jamás los ha experimentado?	1
10	¿Se siente con frecuencia desgraciado? O	9
	¿Esta generalmente contento de su suerte, y aun cuando las cosas no sucedan como Ud. Quiera, piensa más en lo que será menester cambiar, que en sus propios sentimientos?	1
11	¿Suele Ud. Ocuparse activamente durante sus horas libres (estudios suplementario, alguna acción social, trabajos manuales o en cualquier tarea voluntaria)?	9
	O ¿Para largos ratos sin hacer nada, soñando, meditando o simplemente distrayéndose (con lecturas entretenidas, escuchando la radio, etc)?	1
12	¿Lleva a cabo inmediatamente y sin dificultad lo que ha decidido hacer?	9
	O ¿Necesita realizar mucho esfuerzo para pasar de la idea a la acción, de la decisión a la acción?	1
13	¿Se siente estimulado por las dificultades y motivado por la idea del esfuerzo a realizar?	9
	O ¿Se desanima Ud. Fácilmente ante las dificultades o ante una tarea que se anuncia demasiado ardua?	1
14	¿Prefiere Ud. Pasar a la acción directamente o por lo menos forjar proyectos que realmente lo preparan para el porvenir?	9
	O ¿Le gusta soñar y meditar, ya sea sobre el pasado o sobre el futuro, o también acerca de cosas puramente imaginarias?	1
15	¿Hace Ud. Lo que tiene que hacer en seguida y sin que le cueste mucho (por ejemplo, escribir una carta, arreglar un problema, etc)?	9
	O ¿se siente inclinado a postergar las cosas?	1
16	¿To decisiones rápidamente, aun en los casos difíciles?	9
	O ¿Es indeciso y vacila generalmente por largo tiempo?	1
17	¿Es movedizo e inquieto (gesticula, se levanta súbitamente de su silla, va y viene por la habitación, etc) en ausencia de toda emoción vía?	9
	O ¿Esta generalmente inquieto cuando una emoción no lo agita?	1
18	¿Jamás vacila al emprender una transformación útil cuando sabe que exigirá un gran esfuerzo de su parte?	9
	O ¿Retrocedo ante el trabajo a realizar y prefiere contentarse, por dicha causa, con el estado de cosas en el que se encuentra?	1
19	¿Cuándo han impartido instrucciones para una determinada tarea, ¿Vigila su realización de cerca, asegurándose que todo quede bien hecho en la condiciones y en el momento requerido?	9
	O ¿Se desentiende de la ejecución con el sentimiento de haberse desembarcado de una preocupación?	1
20	¿Le gusta más actuar, que observar pasivamente resultándole aburrido el simple espectáculo?	9

	O ¿Prefiere mirar que hacer (siente placer por ejemplo, en observar a menudo y largamente el desarrollo de un juego que no practica?)	1
21	¿Está a menudo en su acción a la idea de porvenir lejano (ahorrar para la vejez, acumular y reunir materiales y datos para un trabajo a largo plazo, etc) o por las consecuencias lejanas que puede tener?	9
	O ¿Se interesa especialmente por los resultados inmediatos?	1
22	¿Prevé "todo lo que puede hacer" y se prepara cuidadosamente para cada caso (por ejemplo en ocasión de paseos hace equipajes minuciosos, etc)?	9
	O prefiere atenerse a la inspiración de momento?	1
23	¿Tiene principios estrictos de los que trata ceñirse	9
	O ¿Prefiere adaptarse a las circunstancias con flexibilidad?	1
24	¿Es constante en sus tareas y/o actividades? ¿Termina siempre lo que ha comenzado?	9
	O ¿Abandona con frecuencia una tarea antes de terminar de concluirlo?	1
25	¿Es constante en su simpatía (continúa con sus amistades de infancia o frecuente regularmente alas misma personas del mismo círculo?	9
	O ¿Cambia a menudo de amigos?	1
26	¿Después de un exceso de cólera se reconcilia con su circunstancial enemigo?	9
	O ¿durante cierto tiempo permanece de mal humor?	5
	O más aun ¿Es difícil de reconciliar (resentimiento persistente)?	1
27	¿Tiene hábitos sumamente estrictos a los que esta apegado?	9
	¿Siente horror por todo lo que es habitual o previsto de antemano, siendo lo espontaneo un elemento esencial de su vida?	1
28	¿Le gusta el orden, la simetría, la regularidad?	9
	¿El orden le parece aburrido	1
29	¿Prevé con anticipación el empleo de su tiempo	9
	¿Se lanza a la acción sin regla precisa?	1
30	¿Cuándo a adoptado una opinión se aferra a ella con insistencia?	9
	O ¿Se convence fácilmente de lo contrario y se deja seducir por la novedad de alguna idea?	1

Anexo 3. Carta de presentación



Universidad
Inca Garcilaso de la Vega

Nuevos Tiempos. Nuevas Ideas

Facultad de Psicología y Trabajo Social

Lima, 27 de setiembre del 2017

Carta N° 2737-2017-DFPTS

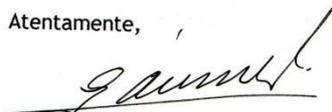
Señor
RODOLFO AGUILAR
DIRECTOR
I.E. "JOSÉ GALVEZ"

Presente.-

Luego de recibir mis saludos y muestras de respeto, presento a la señorita **Andrea BULLÓN CUBILLAS**, estudiante de la Carrera Profesional de Psicología de nuestra Facultad, identificada con código 48-240243-0, quien desea realizar una muestra representativa de investigación en la Institución que usted dirige; para poder así optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología, bajo la Modalidad de Suficiencia Profesional.

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

Atentamente,



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

CARGO

RGS/erh
Id. 745312

18 NOV 2017

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

Anexo 4: Fichas situacionales, sesión 2

Hoy saque 10 en mi examen final de Aritmética.

Compré ropa nueva.

Mi amiga me contó que uno de sus perritos esta enfermito.

He decidido estudiar medicina.

Son las 11 pm y acabo de ver una película de terror.

Anexo 5. Ficha de respiración, Sesión 3

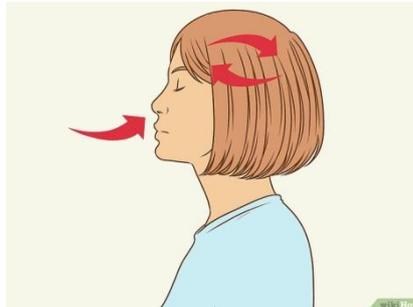
Técnicas de respiración para relajarte

Respiración equitativa o Sama Vritti

Inhala por la nariz contando hasta cuatro y exhala también por la nariz contando hasta cuatro. Eso sería lo básico. Una vez que hayas practicado varias veces puedes seguir contando hasta cinco, seis o diez. El objetivo es que calmes tu sistema nervioso, aumentes la concentración y reduzcas el estrés. Es una técnica muy efectiva para hacer antes de dormir.

Respiración abdominal

Coloca una mano encima de tu pecho y otra en el abdomen. Al respirar fíjate que el diafragma se infle con el aire suficiente como para ensanchar los pulmones al máximo. Realiza entre 6 a 10 respiraciones lentas por minuto. Repite todos los días y verás que cambiará tu estado general. Además es bueno para mejorar la presión sanguínea y cardíaca. Funciona mejor antes de un evento importante como ser un examen, la boda o una reunión de negocios.



Anexo 6. Fichas de situaciones problemáticas, Sesión 4

Roberto fue al colegio, sin recordar que había examen de Aritmética.

Cuando estaba por entrar al colegio, se detuvo un momento, al recordar, no sabía si entrar o no al salón, finalmente el entro.

Llego la hora de examen, y no sabía nada de las preguntas que habían, acabo la hora y la profesara recogió los exámenes, Roberto había sacado 05, y la profesora le pidió que trajera al día sgt. su examen firmado por su madre.

Liliana tiene 24 años, trabaja en un hospital, ella ha terminado su carrera de medicina en la universidad, solo le faltaba hacer un pago fina, para recibir su título universitario.

Unos días antes ella perdió el dinero que tenía para pagar, estaba preocupada.

Luis tiene 15 años, un día unos compañero lo invitaron al cumpleaños de un amigo cercano, luego de hablar y bailar, sus compañeros le sugieren ir a fumar afuera del establecimiento.

Luis estaba confundido, no sabía si aceptar o no la propuesta de sus compañeros.

Maria, tiene 15 años y desde los 12 años, presenta un problema de acné, ella se siente mal, porque no le gusta como se ve, y también, porque sus amigos del colegio la molestan frecuentemente, debido a este problema.

Anexo 7. Ficha de Compromiso, Sesión 5.

Mi Compromiso

Yo: _____, me comprometo a querermme y apreciarme, valorar cada una de las diferencias que me hagan especial. Y pulir aquellas cosas que esté haciendo mal y que me hagan mejor persona.

“La vida te trata tal como tú te tratas a ti mismo.”

Louise L. Hay

Anexo 8. Análisis de confiabilidad

Número de casos válidos y perdidos

Resumen del procesamiento de los casos

		N	%
Casos	Válidos	53	100,0
	Excluidos ^a	0	,0
	Total	53	100,0

Confiabilidad total

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,764	30

Confiabilidad del factor emotivo

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,709	10

Confiabilidad del factor primario

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,809	10

Confiabilidad del factor activo

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
.910	10

