

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



Trabajo de Suficiencia Profesional

Calidad de vida en estudiantes de 5to grado de secundaria de la institución  
educativa estatal del distrito de La Victoria

Para optar por el Título Profesional de Licenciada en Psicología

Presentado por:

Autora: Bachiller Pantoja Guevara Karem Marita

Lima-Perú

2019

## DEDICATORIA

A mi madre, por guiar mis pasos y ser el ángel que siempre me brinda su amor y apoyo incondicional.

A mi bella familia que siempre ha confiado en mí y ha sido mi soporte para cumplir uno de mis objetivos como profesional

## AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios por su amor infinito y por mi existencia del día a día.

Un grato agradecimiento a mi asesor por su orientación para crecer en mi carrera como profesional.

## PRESENTACIÓN

Señores del comité examinador y evaluador:

Dando cumplimiento a los reglamentos y normas de la oficina de grados y títulos de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, es que presento ante ustedes mi investigación que tiene el nombre de “calidad de vida en estudiantes del quinto grado de secundaria de la institución educativa estatal del distrito de la Victoria”, el cual se ciñe a la categoría de curso de Suficiencia Profesional y así optar por el Título Profesional de Licenciada en Psicología.

Atentamente.

Autora: Bachiller Karem Marita Pantoja Guevara

## ÍNDICE

	Pág.
Carátula	
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Presentación	iv
Índice	v
Índice cuadros	ix
Índice tablas	x
Índice de figuras	xi
Índice de anexos	Xii
Resumen	Xii
Abstract	Xiv
Introducción	Xv
<b>CAPITULO I</b>	<b>16</b>
Planteamiento del problema	
1.1. Descripción de la realidad problemática	16
1.2. Formulación del problema	18
1.2.1. Problema general	18
1.2.2. Problemas específicos	18
1.3. Objetivos	19
1.3.1. Objetivo general	19
1.3.2. Objetivos específicos	19

1.4. Justificación e importancia	20
<b>CAPITULO II</b>	<b>22</b>
Marco teórico conceptual	
2.1. Antecedentes	22
2.1.1. Internacionales	22
2.1.2. Nacionales	24
2.2. Bases teóricas	26
2.2.1. Calidad de vida	26
2.2.2. Reseña histórica	27
2.2.3. Importancias de la calidad de vida	28
2.2.4. Características de la calidad de vida	28
2.2.5. Dimensiones	29
2.2.6. Normatividad	29
2.2.7. Modelo etológico	30
2.2.8. Modelo de calidad de vida según la OMS	31
2.2.9. Modelo jerarquizado según Fels & Perry	32
2.3. Definición conceptual de calidad de vida	32
<b>CAPITULO III</b>	<b>35</b>
Metodología	
3.1. Tipo y diseño de investigación	35
3.1.1. Tipo	35
3.1.2. Diseño	35

3.2.	Población y muestra de estudio	35
3.2.1.	Población	35
3.2.2.	Muestra	35
3.3.	Identificación y Operacionalización de la variable	36
3.3.1.	Variable de estudio	36
3.3.2.	Operacionalización de la variable	37
3.4.	Técnicas de evaluación y diagnóstico	38
3.4.1.	Ficha técnica	39
3.4.2.	Baremación y Validez	39
3.4.3.	Confiabilidad	40
3.4.4.	Categorización	40
	<b>CAPITULO IV</b>	41
	Presentación, proceso y análisis del resultado	
4.1.	Procesamiento de los resultados	41
4.2.	Presentación de los resultados	42
4.3.	Discusión de los resultados	59
4.4.	Conclusiones	66
4.5.	Recomendaciones	68
	<b>CAPITULO V</b>	69
	Programa de Intervención	
5.1.	Denominación del programa	69
5.2.	Justificación del programa	70
5.3.	Establecimiento de objetivos	70
5.3.1.	Objetivo general	70

5.3.2. Objetivos específicos	70
5.4. Alcances	70
5.5. Metodología de la intervención	71
5.6 Recursos	72
5.6.1 Humanos	72
5.6.2 Materiales	72
5.6.3 Financieros	73
5.7. Cronograma de Actividades	74
5.8 Desarrollo del programa por sesiones (11)	75
5.9. Referencias bibliográficas	98



## ÍNDICE DE CUADROS

CUADRO N° 1	Operalización de la Variable	37
CUADRO N° 2	Categorización de los puntajes para la variable	40

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla N° 1	Medidas estadísticas descriptivas de la variable de investigación de Calidad de Vida	42
Tabla N° 2	Medidas estadísticas descriptivas de los factores pertenecientes a calidad de vida	42
Tabla N° 3	Resultados generales del Nivel de Calidad de vida	44
Tabla N° 4	Resultados del “Nivel de calidad de vida según la dimensión Hogar y Bienestar Económico”	46
Tabla N° 5	Resultados del Nivel de calidad de vida según la dimensión Amigos, Vecindario y comunidad”	47
Tabla N° 6	Resultado del Nivel de calidad de vida según la dimensión Vida Familiar y Familia Extensa de Calidad de vida.	49
Tabla N° 7	Resultados del “Nivel Educación y Ocio” como factor de la variable calidad de vida	51
Tabla N° 8	Resultados del “Nivel Medios de Comunicación” como factor de la variable calidad de vida	53
Tabla N° 9	Resultados del “Nivel Religión” como factor de la variable calidad de vida	55
Tabla N° 10	Resultados del “Nivel Salud” como factor de la variable calidad de vida	57

## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura N° 1	Resultados del Nivel Calidad de Vida	45
Figura N° 2	Resultados del “Nivel de calidad de vida según la dimensión Hogar y Bienestar Económico” como factor de la variable Calidad de Vida	47
Figura N° 3	Resultados del “Nivel de calidad de vida según la dimensión Amigos y Vecindario” como factor de la variable Calidad de vida	48
Figura N° 4	Resultados del “Nivel de calidad de vida según la dimensión Vida Familiar y Familia Extensa” como factor de la variable calidad de vida	50
Figura N° 5	Resultados del “Nivel de calidad de vida según la dimensión Educación y Ocio” como factor de la variable calidad de vida	52
Figura N° 6	Resultados del “Nivel de calidad de vida según la dimensión Medios de Comunicación” como factor de la variable calidad de vida	54
Figura N° 7	Resultados del “Nivel de calidad de vida según la dimensión Religión” como factor de la variable calidad de vida	56
Figura N° 8	Resultados del “Nivel de calidad de vida según la dimensión Salud” como factor de la variable calidad de vida	58

## INDICE DE ANEXOS

Anexo N° 1	Matriz de consistencia	104
Anexo N° 2	Carta de presentación a la institución pública	105
Anexo N° 3	Escala de Calidad de Vida de Olson y Barnes	106
Anexo N° 4	Puntaje total de la escala calidad de vida	110
Anexo N° 5	Puntaje de las dimensiones de la escala de calidad de vida	112
Anexo N° 6	Resultado del anti plagio	115
Anexo N° 7	Aprobación del asesor	116

## INDICE DE ANEXOS DEL PROGRAMA

Anexo N° 8	Sesión 1 Valoro mis prioridades	117
Anexo N° 9	Sesión 2 El presupuesto	118
Anexo N° 10	Sesión 3 Haciendo Música	119
Anexo N° 11	Sesión 4 Vamos al teatro	120
Anexo N° 12	Sesión 5 Mi Familia y yo	121

## RESUMEN

La presente investigación de tipo descriptiva de diseño no experimental y corte transversal, tuvo el objetivo de determinar el nivel de Calidad de vida en estudiantes del quinto grado de secundaria de la institución educativa estatal del distrito de La Victoria. La muestra contaba con 49 estudiantes, evaluados con la prueba psicométrica “escala de Calidad de Vida de Olsom & Barnes” prueba que mide dimensiones en la calidad de vida de los adolescentes, los resultados indicaron que los alumnos de quinto de secundaria se encontraban en el nivel general en una categoría promedio alto “Mala en Calidad de Vida” con un 67.3% (33), y una tendencia a baja calidad de vida con un 26.5 % (13), así mismo un nivel bajo de calidad de vida buena con un 6,1% (3). De acuerdo a los resultados y con la finalidad de mejorar los niveles que representan un problema en la calidad de vida de los estudiantes se diseñaron sesiones para un programa de intervención denominado: “Mejorando mi calidad de Vida”.

**Palabras Clave:** *calidad de vida, niveles, bienestar, adolescencia, satisfacción.*

## ABSTRACT

The present research of descriptive type of non-experimental design and cross-section, had the objective of determining the level of quality of life in the fifth grade students of secondary of the State educational institution of the District of La Victoria. Sample had 49 students, evaluated with the test 'scale of quality of life of Olsom & Barnes' psychometric test that measures dimensions on the quality of life of adolescents, results indicated that students of grades is they were at the general level in an average high "bad in quality of life" category with a 67.3% (33), and a tendency to low quality of life with a 26.5% (13), also a low quality of good life with a 6.1% (3). According to the results and with the aim of improving levels that represent a problem in the quality of life of the students were designed sessions to an intervention programme called: "improving my quality of life"

**Keywords:** *Quality of life, levels, well-being, adolescence, satisfaction*

## INTRODUCCIÓN

Hoy en día la calidad de vida sigue siendo un tema de gran importancia ya que existen muchas disciplinas que se relacionen con su estudio. Esta variable aborda diversas esferas de la vida Además, dicha variable influyen en lo personal como lo social ya que permite satisfacer las necesidades básicas humanas como las necesidades sociales y espirituales. Por ejemplo, Ramírez define que la calidad de vida es un proceso dinámico, de la percepción que tiene la persona en lo psicológico, social, espiritual y físico y el grado de satisfacción o insatisfacción en el bienestar del paciente. Igualmente, Dienes (1984 citado por Rodríguez, 1995) definen Calidad de vida en lo subjetivo del grado en que se ha alcanzado el sentimiento de la satisfacción y bienestar de cada persona.

Conocer la calidad de vida de los estudiantes de secundaria es muy importante para poder desarrollar un programa de intervención adecuado, motivo por el cual, el objetivo de la investigación es: Determinar los niveles de Calidad de vida en estudiantes del quinto grado de secundaria de la institución educativa estatal del distrito de La Victoria

El primer capítulo, se describe la problemática nacional, internacional y local, se formula el problema general y objetivos y se justifica el problema, En el segundo capítulo se define el marco teórico (conceptos y teorías), en el capítulo tercero se detalla la metodología usada y operacionalización de la variable, se describen la población tipo y muestra de estudio, así como el instrumento empleado. Por el capítulo cuarto, se tabulan los resultados para su presentación, análisis y discusión. Finalmente, en el capítulo quinto se presenta un programa de intervención elaborado solo para los participantes en la actual muestra de estudio.

## CAPÍTULO I

### PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

#### 1.1. Descripción de la realidad problemática

##### A nivel Internacional

Según la (OMS 2013) Calidad de vida según la Organización Mundial de Salud es la percepción que un sujeto tiene del lugar de su existencia, de su contexto cultural y valores, donde convive con sus normas y expectativas entre otros.

LA ONG Social Progress Imperative (2016) señala que Finlandia es uno de los países con mejor calidad de vida por contar con cuidados médicos básicos, teniendo a su vez un alto desempeño en nutrición y si de bienestar se habla, Finlandia cuenta con los mejores resultados en acceso a conocimientos básicos

La ONG Social Progress Imperative, (2016) refiere que el ranking que ocupa Islandia y Nueva Zelanda es el décimo lugar con buena calidad de vida y ambos tienen un buen progreso social y las necesidades humanas básicas

MERCER (2018) indica que Viena, capital de Austria es la ciudad con una me

jor calidad de vida en comparación con el mundo. Esta ciudad les brinda a sus pobladores y expatriados un alto nivel de seguridad ciudadana, siendo reconocida por toda Europa como la “ciudad más segura para vivir”. Igualmente deben darse cuenta que tienen un medio de transporte seguro y con una infraestructura de primer nivel, además brinda un fácil acceso a la adquisición de viviendas y al uso respetuoso de espacios culturales como recreativos para todas las edades.



## **A nivel nacional**

INEI (2013) según los resultados en la encuesta nacional sobre las condiciones de vida en hogares peruanos, estos se vieron favorecidas por el acceso a servicios como, educación, vivienda, tecnología de información, comunicación y trabajo, entonces la calidad de vida de los peruanos mejora.

INEI (2013) EL 83,6% de hogares en el Perú accedieron a agua por red pública y también se aprecia la creciente tendencia de hogares que eliminan las excretas por red pública de alcantarilla, así también 93 de 100 casas cuentan con luz eléctrica en sus hogares.

INEI (2013) en enero – setiembre de 2013- 2012, la estadística de población que cuenta con seguro de salud se elevó en cuatro puntos porcentajes al pasar 61,9% en 2012 a 65% en el 2013. En octubre y diciembre 41 de cada 100 personas cuentan con seguro integral de salud – SIS eso quiere decir que aumentó y mejoró la calidad de vida con respecto al SIS (seguro integral de salud) en todo el país.

MINISTERIO DE EDUCACION (2015) la propuesta del Ministerio de Educación Nacional de impulsar el desarrollo de la educación básica de calidad en Perú. Su papel sería aún más positivo si incluyeran evaluaciones que desarrollen el pensamiento y las competencias en los ciudadanos. Los docentes piensan que no es posible hacer una comparación, por una parte 1) institución educativa pública con otra que está en un contexto social, económico y geográfico distinto. Existe razón para pensar de esa forma porque tanto niños como jóvenes viven socioculturalmente en condiciones desiguales, sin embargo si deseamos otro tipo de educación es necesario tener en cuenta el contexto de la actual formación.

Así mismo el MINISTERIO DE EDUCACION (2015) dice que dos instituciones no son comparables por su condición cultural y su contexto, sin embargo, es evidente que un colegio sí es comparable consigo mismo en dos periodos de tiempo. Así, mismo es independiente el puesto ultimo o

primero (5.000 o 10.000) lo importante es sí que tanto se avanza frente a sus resultados anteriores, saber cómo y qué tanto lo hacen. Para evaluar esta situación se tiene en cuenta el número de estudiantes que dejaron un nivel por otro en un año. Partiendo de ese punto se inicia un mecanismo de mejora en una educación de calidad del país.

### **A nivel local**

La República (2015) nos redacta que Lima es la sexta ciudad con mejor calidad de vida en Latinoamérica, es lo que nos dice en la encuesta elaborada por la consultora MERCER, estudio donde se evaluó factores como transporte público, salud economía, educación, vivienda y agenda cultural

Perú 21 (2018) nos indica y confirma que Lima se encuentra estancada, en el puesto 8 de cada 11 ciudades Sudamericanas, y en la posición 124 entre las 231 ciudades de mundo. Llama la atención que Lima no mejore en sus ubicaciones todo lo contrario se mantuvo en la misma posición que ocupó en el año 2017.

Perú al día (2018) el término calidad de vida se entiende como una persona o comunidad tiene la posibilidad de alcanzar el bienestar y su satisfacción de sus necesidades. Lima actualmente es una ciudad donde se vive en caos en consecuencia de un tránsito incontrolado acompañado de una contaminación, prostitución, feminicidios entre otros. Lima es una ciudad con los peores índices en calidad de vida, refiere el reporte de MERCER, la ubica en el puesto 124.

Por todo lo mencionado, es pertinente realizar una investigación en la Institución Educativa estatal de la victoria en cuanto a calidad de vida y sobre todo en los adolescentes, pues se observa que en la institución la mayoría de casos éstos viven solo con uno de los padres o un tutor, y si viven con ambos padres en algunos casos existen desentendimientos o falta de atención que hacen que los adolescentes se encuentren expuestos a diversos peligros como pueden ser la delincuencia, el alcoholismo y la drogadicción, incluso los embarazos precoz, que por la vulnerabilidad que

representan en la toma de sus propias decisiones pueden ocasionarles daños y consecuencias en su vida y futuro

Para esta finalidad se ha tomado en cuenta el instrumento Escala de Calidad de Vida de Olson y Barnes, el cual posee 7 factores (Factor Hogar y Bienestar Económico, Factor Amigos, Vecindario y Comunidad, Factor Vida familiar y familia extensa, Factor de Educación y ocio, Factor Medios de Comunicación, Factor Religión y Factor Salud), además es de aplicación colectiva e individual, asimismo ha sido adaptado por otros autores los cuales han comprobado su validez y confiabilidad.

De este modo, para mejorar la Calidad de Vida y tener vida saludable, se tiene en cuenta diversos factores, tal y como se describe en la Escala de Calidad de vida de Olson y Barnes, en donde se evalúa a la persona en todos los dominios o aspectos de su vida, dando como resultado una evaluación más amplia que nos permita conocer al adolescente en todos los ámbitos de su vida y poder dar alternativas de mejora con respecto a la calidad de vida. En ello reside la importancia del estudio, para poder contribuir en la medición de la Calidad de vida en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa estatal del distrito de la Victoria, mediante un estudio psicométrico.

## **1.2. Formulación del problema**

### **1.2.1. Problema general**

¿Cuál es el nivel de Calidad de vida en estudiantes del quinto grado de secundaria de la institución educativa estatal del distrito de la Victoria?

### **1.2.2. Problemas específicos**

¿Cuál es el nivel de Calidad de vida de hogar y bienestar económico en estudiantes del quinto grado de secundaria de la institución educativa estatal del distrito de La Victoria?

¿Cuál es el nivel de Calidad de vida de amigos, vecindario y comunidad en estudiantes del quinto grado de secundaria de la institución educativa estatal del distrito de La Victoria?

¿Cuál es el nivel de Calidad de vida de vida familiar y familia extensa en estudiantes del quinto grado de secundaria de la institución educativa estatal del distrito de La Victoria?

¿Cuál es el nivel de Calidad de vida de educación y ocio en estudiantes del quinto grado de secundaria de la institución educativa estatal del distrito de La Victoria?

¿Cuál es el nivel de Calidad de vida de comunicación en estudiantes del quinto grado de secundaria de la institución educativa estatal del distrito de La Victoria?

¿Cuál es el nivel de Calidad de vida de religión en estudiantes del quinto grado de secundaria de la institución educativa estatal del distrito de La Victoria?

¿Cuál es el nivel de Calidad de vida de salud en estudiantes del quinto grado de secundaria de la institución educativa estatal del distrito de La Victoria?

### **1.3. Objetivos**

#### **1.3.1. Objetivo general**

Determinar el nivel de Calidad de vida en estudiantes del quinto grado de secundaria de la institución educativa estatal del distrito de La Victoria

#### **1.3.2. Objetivos específicos**

- ✓ Evaluar el nivel de Calidad de vida según su dimensión hogar y bienestar económico en estudiantes del quinto grado de secundaria de la institución educativa estatal del distrito de La Victoria.
- ✓ Describir el nivel de Calidad de vida según su dimensión amigos, vecindario y comunidad en estudiantes del quinto grado de secundaria de la institución educativa estatal del distrito de La Victoria.
- ✓ Establecer el nivel de Calidad de vida según su dimensión vida familiar y familia extensa en estudiantes del quinto grado de secundaria de la institución educativa estatal del distrito de La Victoria.
- ✓ Especificar el nivel de Calidad de vida según su dimensión educación y ocio en estudiantes del quinto grado de secundaria de la institución educativa estatal del distrito de La Victoria.
- ✓ Detallar el nivel de Calidad de vida según su dimensión medios de comunicación en estudiantes del quinto grado de secundaria de la institución educativa estatal del distrito de La Victoria.
- ✓ Explicar el nivel de Calidad de vida según su dimensión religión de los profesionales egresados en estudiantes del quinto grado de secundaria de la institución educativa estatal del distrito de La Victoria.
- ✓ Definir el nivel de Calidad de vida según su dimensión salud en estudiantes del quinto grado de secundaria de la institución educativa estatal del distrito de La Victoria.

#### **1.4. Justificación e importancia**

Si tomamos en cuenta el concepto de calidad de vida según la OMS 2008, ella refiere que es la percepción que determinado individuo tiene de su lugar en el contexto de cultura, sistema de valores en el que vive, con relación a objetivos, expectativas, normas e inquietudes.

Por ello es importante considerar que calidad de vida abarca todos los campos y que no es un proceso simple si no requiere de un análisis minucioso. Por tanto, medir el nivel de calidad de vida de los estudiantes nos permite analizar e incrementar el conocimiento respecto a esta variable y se entiende como preocupante este aspecto poder intervenir de manera favorable para unas futuras investigaciones que tenga el tema similar, y de la misma manera abordarla adecuadamente.

Podemos afirmar el ser humano necesita y le gusta la calidad de vida lo que conlleva a una mejora en el nivel de vida y con ello cambios en el estilo de vida en forma individual y general.

## CAPÍTULO II

### MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL

#### 2.1. Antecedentes

##### 2.1.1. Antecedentes internacionales

Escobar, P., Rodríguez, Macías, (2017), en Baja California-México, presentaron su investigación “Evaluación de la calidad de vida escolar en estudiantes de 3ro de secundaria”, con el objetivo de evaluar la calidad de vida escolar en estudiantes de 3er grado de secundaria. Su estudio fue descriptivo, contó con una población de 14.545 alumnos que asistían a escuelas secundarias privadas, generales, telesecundaria y técnicas de todo el estado, se usó 41 reactivos que dieron resultados resultados de mayor calidad de vida escolar para estudiantes de 13 años o menos que asisten a escuelas privadas inscritos en turno vespertino, los mismos piensan abandonar la escuela por el poco interés al estudio.

Pérez, D. (2015) en Venezuela realizó su investigación sobre “Calidad de vida en estudiantes de secundaria en Caracas” y tuvo como objetivo medir la condición real de la vida percibida, pensada y sentida. Su estudio fue correlacional y diseño no experimental de corte transversal. Su muestra estuvo compuesta de 801 alumnos (46.94% mujeres y 53.06 varones) de colegios estatales y colegios privados, a quienes evaluó con Cummins 2001 y la escala de satisfacción con la vida en el país (Tonon, 2009), los resultados que indicaron menor satisfacción, fueron seguridad nacional y satisfacción con el gobierno; así mismo se observó valores bajos en satisfacción con las decisiones y acción del gobierno para atender necesidades de la población. Se recalca que estos indicadores mostraron correlación positiva con la variable “edad”.

Brito & Palacios (2015), en Colombia presentaron la investigación “Calidad de vida y desempeño académico con variables socio-demográficas en estudiantes universitarios de Santa Marta”. Con el

objetivo de identificar efectos en las variables socio-demográficas con la calidad de vida en el desempeño académico. Su diseño fue descriptivo, correlacional. Con una muestra de 465 estudiantes, se usó el instrumento de Martha Artunduaga y el SF 36 de calidad de vida en la salud. Sus conclusiones fueron de relación significativa y proporcional entre la edad y el desempeño académico lo mismo en el estrato social y desempeño académico, cuanto menos edad tiene el evaluado mejor es su desempeño académico; esto se relaciona con el hecho que los estudiantes persisten a las dificultades y toman la educación como una oportunidad de superar la pobreza (teoría de la movilidad social).

Cuellar, Montoya & Castaño (2014) presentaron en Colombia su tesis “Percepción subjetiva en la calidad de vida de los estudiantes enfermeros de una universidad pública”. Cuyo objetivo es determinar el nivel en la calidad de vida subjetiva percibida por los estudiantes enfermeros de una universidad pública. La investigación descriptiva, correlacional, se llevó acabo con una muestra de 112 enfermeros activos, a quienes se le aplicó la encuesta socio-demográficos y la escala GENCAT de calidad de vida. Sus resultados dieron un promedio de percepción subjetiva de calidad de vida (106), lo cual indica apreciación buena en cuanto a la condición de vida actual. La dimensión Derechos obtuvo un 87,1% y fue la mejor evaluada; con respecto al Bienestar físico obtuvo un 77,3% con una baja puntuación. Esto quiere decir que el estudiante considera el acompañamiento y soporte afectivo, espiritual y emocional de una red de apoyo sólida a lo largo del transcurso de su período formativo como de mayor impacto y relevancia, en comparación con la estabilidad financiera o capacidad de adquisición material.

Rosales, F. (2013), en Guatemala, presentó su investigación “Calidad de vida en alumnos adolescentes del colegio privado de Santa Cruz del Quiché”, el objetivo fue determinar la calidad de vida en estudiantes adolescentes de un colegio privado de Santa Cruz del Quiché. Su estudio descriptivo de corte transversal se realizó en una



muestra de (12 a 16 años), hizo uso del Cuestionario de Evaluación en la Calidad de Vida de Alumnos Adolescentes de Gómez, M. y Verdugo, M. Sus conclusiones fueron que el 85% de adolescentes se encuentran satisfechos en torno a la Calidad de Vida, mientras que un grupo de 12 a 13 años tiene mayor nivel de satisfacción en cada área en comparación con el grupo de 14 a 16 años. así mismo, las dimensiones afectadas fueron Autodeterminación e Integración a la Comunidad por lo que se recomendó impartir talleres, actividades y practicas donde se promueva y desarrolle sus diversas dimensiones y los adolescentes mejoren su calidad de vida.

### **2.1.2. Antecedentes nacionales**

Cañedo (2018), en Lima expuso su investigación “Educación sexual y Calidad de vida en relación con la Salud en jóvenes de universidades privadas de”, con el objetivo de conocer la relación entre la educación sexual y la calidad de vida en relación con la salud. Su estudio probabilístico de tipo intencional validado con el método de rotación de Varimax se realizó en una muestra de 300 jóvenes (17 a 29 años) provenientes de 5 universidades privadas provienen siendo el 40.7% o 122 hombres y 59.3% o 178 mujeres, se hizo uso del cuestionario de educación sexual de Rodríguez Sanabria & Perdomo (2013), en donde las conclusiones revelaron que el estudio cumple con la hipótesis planteada por que existe relación positiva y negativa con las dos variables, así mismo relación entre factores de la variable educación sexual, la cual influye entre ellos. Entonces si se cuenta con información sobre sexualidad esto hará que se tome conciencia, responsabilidad y precauciones, con respecto a las decisiones que mejoraran su calidad de vida.

Fernández (2018), en Lima Perú presentó su investigación “Resiliencia y calidad de vida en adolescentes de asentamientos humanos de Lima”. Tuvo como objetivo analizar la correlación entre los puntajes de resiliencia y calidad de vida de los adolescentes que estudian en colegios de asentamientos humanos de Lima. Tipo de

diseño descriptiva, correlacional. Se evaluó una muestra de 671 participantes (44.7% hombres y 55.3% mujeres), en edades de 10 a 18 años, a quienes se les aplicó la Escala de Resiliencia SV-RES y la Escala de Calidad de Vida de Olson y Barnes, en su adaptación para adolescentes. Como principales resultados se obtuvieron resultados satisfactorios en relación a las evidencias de validez y confiabilidad de ambos instrumentos y de igual modo grados significativos de correlación entre ambas variables. Se pudo ver que los tres componentes de la resiliencia, correlacionan alta y significativamente con el factor Vida Familiar y Familia Extensa de la variable Calidad de Vida; en menor medida, los tres componentes de la resiliencia también tienen una correlación significativa pero más baja con el factor Medios de Comunicación de la variable Calidad de Vida. Los resultados obtenidos serán analizados y discutidos de acuerdo al objetivo planteado.

Patricio (2017), expuso en Lima la investigación “Inteligencia emocional y calidad de vida de un grupo de estudiantes de dos centros uno policial y el otro nacional”, tuvo como objetivo de investigación establecer la relación de la inteligencia emocional (IE) y calidad de vida (CV). Su tipo de estudio no experimental y transaccional, se usó en una muestra de 261 participantes, 132 varones (50.6%) y mujeres (49.4%) en edades de 16 y 18 años, a quienes se les evaluó con la escala de calidad de vida de Olson & Barnes y el inventario de inteligencia emocional de Bar-On (ICE), así como la ficha demográfica. Los resultados fueron correlaciones positivas en la inteligencia emocional y calidad de vida. Los resultados indicaron que ninguna de las sub escalas de IE, es capaz de predecir por sí sola, sin embargo, el factor intrapersonal, interpersonal y estado de ánimo si predice la Calidad de Vida de forma directa.

Boza y De la Cruz (2017), en Huancavelica expusieron su tesis “Calidad de vida en niños y niñas que trabajan en la localidad de Huancavelica 2017”. Tuvieron como Objetivo el determinar la calidad de vida de niños y niñas que laboran en Huancavelica, usaron una

investigación de tipo descriptivo inductivo y deductivo simple, no experimental y transaccional, su muestra fue de 96 niños, a los que se le aplicó una escala conformada por 5 dimensiones y 52 ítems, concluyeron que, calidad de vida de los niños que trabajan en Huancavelica tienen un nivel bajo a medio, debido a que ellos no cuentan en su mayoría con bienes materiales por ello sus necesidades básicas no son satisfechas.

Grimaldo (2010) en Lima presentó su investigación “Calidad de vida y estilo saludable en alumnos de posgrado”, el objetivo: determinar la relación de dimensiones como bienestar económico, amigos, vecindario y comunidad, pareja, vida familiar, ocio, medios de comunicación y religión, además de tres factores de estilo de vida saludable (actividad deportiva, consumo de alimentos y sueño y reposo), su estudio fue de tipo descriptivo-correlacional, su muestra 198 estudiantes profesionales a quienes les aplicaron la escala calidad de vida y cuestionario de estilo de vida saludable. Sus conclusiones muestran que existe relación entre el sueño y calidad de vida y se debe continuar investigando en otros grupos.

## **2.2 Bases teórica**

### **2.2.1. Calidad de vida**

La Organización Mundial (OMS), refiere que la calidad de vida es la percepción que el individuo tiene de su zona de existencia (contexto de la cultura, valores y objetivos) y como estos se relacionan con sus expectativas, normas e inquietudes. Este concepto está influido por la salud física, estado psicológico su independencia, sus relaciones inter e intrapersonales y con su entorno.

Campbell (1976) La definición de calidad de vida, es a lo de lo que la gente habla y que no saben qué hacer con ello, no obstante, este constructo expresa un concepto subjetivo de satisfacción vital o como un nivel percibo de bienestar personal.

Ferrans (1990) no indica que calidad de vida general es el bienestar personal derivado de la satisfacción o insatisfacción personal en áreas importantes para el individuo.

### **2.2.2. Reseña histórica de Calidad de Vida**

En una primera instancia, la expresión Calidad de Vida APARECE en los debates en torno al medio ambiente y al deterioro de las condiciones de vida urbana. En la década de los 60 comienza a popularizarse la aparición del concepto como tal sobre "Calidad de vida" hasta convertirse hoy en un concepto utilizado en todos los aspectos como la educación, la economía, la política, la salud, la salud mental y todos los servicios en general.

El interés y preocupación por conocer sobre el bienestar humano empezó en la década de los 60, fue cuando se inicia el desarrollo estadístico de los indicadores sociales, aquellos que permiten medir y vincular el bienestar social de una población. Después de 20 años aún existe una falta de consenso sobre la definición del constructo y su evaluación.

Según el informe "Chadwick 1842 en Inglaterra y el informe Shattuk en Estados Unidos estas considerados como los inicios de una acepción de la salud pública en que la salud y el bienestar social están estrechamente relacionados. En ambos informes se pueden analizar conjuntamente la salubridad pública, las condiciones de trabajo, la dieta y sistema de alimentación, la esperanza de vida, la tasa de mortalidad, el sistema de escolarización y las formas de vida en las distintas clases sociales (Piedrola 1991).

### **2.2.3. Importancia de Calidad de Vida**

La calidad de vida es importante para el bienestar tanto personal como social en general, donde no solo abarca riquezas sino también un buen estado de salud tanto mental como física, educación y otras áreas la cual nos dará felicidad y satisfacción. En el desarrollo del individuo el acelerado crecimiento del medio ambiente en que nos rodea, exige que el individuo esté preparado para enfrentar con éxitos distintas situaciones de cambio.

En el desarrollo de la personalidad si el individuo no tiene una buena calidad de vida se puede convertir en una persona amargada, triste, de mal genio en todo momento y con mucho estrés que tendrá esto como consecuencia aspectos negativos para su salud, como enfermedades y que luego no sabrá cómo salir de ellas.

### **2.2.4. Características de Calidad de Vida**

#### **Concepto subjetivo:**

Cada individuo tiene su propio concepto de vida y calidad de vida, la felicidad.

#### **Bienestar subjetivo**

Son los pensamientos y sentimientos de las personas acerca de su vida y a las conclusiones cognitivas y afectivas que ellos alcanzan cuando evalúan su existencia (cuadra y Florenzano, 2003- Villatoro 2012).

#### **Concepto Universal:**

Nos hace referencia a un concepto global que hace alusión a varios niveles de generalización tanto en el aspecto físico como mental, en la comunidad o en la sociedad. Por tanto la definición de calidad de vida es muy compleja ya que cuenta con varias definiciones en el área de ciencias políticas, medicina, etc.

### **Concepto holístico:**

La calidad de vida abarca todo aspecto de la vida, repartido en sus tres dimensiones, en lo físico (libre de enfermedades, y una buena salud física), en lo psicológico (el significado a la vida, libre de depresión, ansiedad o alguna incertidumbre del futuro) y en lo social (la percepción de individuo de las relaciones interpersonales, necesidad de apoyo familiar y su rol con la sociedad)

### **Concepto dinámico:**

En las investigaciones realizadas sobre calidad de vida se parte el punto de referencia es fijo, eso nos dice que las actitudes de los individuos es una determinada construcción permanecen estables. Dentro de cada persona la calidad de vida permanece en periodos cortos de tiempo: unas veces somos más felices otras veces no. Sin embargo, las actitudes de los individuos no permanecen inalterables, variando en el tiempo a causa de la experiencia y la adaptación.

#### **2.2.5 Dimensiones**

- ✓ Hogar y bienestar económico
- ✓ Amigos, vecindario y comunidad
- ✓ Vida familiar y familia extensa
- ✓ Educación y ocio
- ✓ Medios de comunicación
- ✓ Religión
- ✓ Salud

#### **2.2.6. Normatividad**

Se habla aquí la disponibilidad de recursos para la satisfacción de necesidades básicas ya sea vivienda, trabajo salud y educación cuando se habla de todos estos recursos nos estamos refiriendo a calidad de vida. Desde aquí se hace un acercamiento sobre el concepto teórico al tema. La interacción de los subjetivo con lo objetivo determina una calidad de vida humana.

El modelo de la calidad de vida significa en total de las funciones del conjunto de las condiciones tanto biológicas socio- culturales y el aspecto psicológico de los individuos, estado que define el modo en que estos se adaptan a las experiencias cotidianas de su comportamientos en diferentes situaciones , así como los resultados que tiene sobre el ambiente y sobre el propio organismo.

#### **2.2.6.1. Modelo Ecológico**

Procesos ambientales y las estructuras que nos dependen de la comunidad directamente y que determinan las reacciones psicológicas y biológicas. También se habla de padecimientos de la calidad de vida. Este enfoque ecológico hace que mejore la calidad de vida a través de una acción ya sea coordinada en los aspectos científicos y políticos. Es por eso que este enfoque ecológico globaliza todas las estrategias especializadas totalizadoras y ecológicas que promueven el bienestar humano (físico, psicológico y social).

##### **Modelo en tres categorías:**

- ✓ Borthwick & Duffy (1992) La calidad de vida se refiere a las condiciones que se lleva, estas condiciones son objetivas y medibles de una persona, lo subjetivo a cada condición es el dominio de la satisfacción individual de cada persona sobre su calidad de vida. bajo esta teoría satisfacción es sinónimo de calidad de vida personal ,
- ✓ La calidad de vida aquí es una combinación de ambas, ya sea evaluaciones tanto subjetivas como objetivas
- ✓ Calidad de vida mediatizado por valores personales, citado por Hopper & Whittington (1993) es una combinación de los aspectos tanto positivos como negativos (valores personales y expectativas del individuo. sin embargo Veenhoven (2000) nos habla de una distinta categorización

que combina la diferencia existente en lo potencia y lo real, así como lo interno y lo externo.

#### **2.2.6.2. Modelo de la calidad de vida por la OMS Según la OMS**

Es un concepto complejo que dentro de ellos incluye aspectos personales ya sea como la autonomía, salud, independencia, satisfacción con la vida entre otros. Se trata del sistema de valores que el individuo vive sobre sus metas y sus satisfacciones, expectativas normas y preocupaciones.

Capacidades expresadas en seis dimensiones:

**En el dominio físico** Abarca el dolor y el malestar, energía y fatiga, sueño y descanso, actividad sexual y funciones sensoriales

**Dominio psicológico** aquí se refiere a los sentimientos afectivos, a los procesos cognitivos como la memoria y concentración, aprendizaje, también incluye autoestima, imagen corporal y sentimientos negativos.

**En el aspecto de independencia** aquí nos incluye tener una propia movilidad, realizar actividades cotidianas, dependencia de sustancias médicas, tratamientos y dependencia de sustancias no médicas que son las drogas , tener la capacidad de tener un trabajo y la comunicación

**Relaciones personales y sociales** tener la capacidad de realizar actividades de promoción y soporte.

**Medio ambiente:** abarca las competencias, nuevas oportunidades y saberlas aprovechar, seguridad física , libertad , actividades recreacionales y ambiente físico ( clima, transporte, ruido)



**Espiritualidad:** aquí hace referencia a las creencias del individuo y de su entorno y estilos de prácticas que realizan según su religión.

#### **2.2.6.3. Modelo Jerarquizado de calidad de vida**

Spilker (1990), Nos propone un modelo jerarquizado en tres niveles desde una calidad de vida en el aspecto general (nivel 1) pasando por cada una de sus dimensiones que las componen (nivel 2) y sus aspectos específicos de cada uno de ellos (nivel 3)

#### **2.2.6.4. Modelo de calidad de vida según Dominios**

Fels & Perry (1975.)Este modelo nos habla donde se juzgan sus situaciones de cada dominio aceptado de acuerdo a cada situación, expectativa, sentimientos o lo que podría ser justo, teniendo como una referencia a un grupo comprando sus valores y sus necesidades personales. El resultado final de esta evaluación con el dominio evaluado nos da distintas situaciones de satisfacción de cada dominio y un sentimiento de manera en general de bienestar.

Para Campbell nos habla sobre una discusión o diferencia de un estado dela con otro real, siendo calidad de vida alta si la discrepancia es pequeña y baja cuando esta es alta.

### **2.3. Definiciones conceptuales**

#### **2.3.1. Calidad de Vida**

Abarca muchas materias y su influencia en las diversas esferas de la vida. Esto la hace que esta variable sea compleja y polémica al estudiarla. Por tanto, calidad de vida se refiere al bienestar del individuo en lo personal, la plena felicidad y la satisfacción como un juicio subjetivo, pero también con indicadores objetivos, bilógicos, psicológicos y comportamentales. Entonces esta divididas en dos apreciaciones tanto objetivas que se basan en hechos estadísticos de los indicadores sociales y económicos y lo subjetivo que son las

percepciones del individuo sobre las distintas experiencias de la vida y de su entorno.

Recordemos que al hablar de calidad de vida no solo nos referimos a lo material, a una buena vivienda o lujos y dinero, sino al desarrollo del individuo como la autoestima, la identidad, la autorrealización, entre otras cosas.

La calidad de vida es como lo percibe el individuo y cada grupo sobre el bienestar físico, mental y social.

### **2.3.2. Hogar y Bienestar Económico**

Se aprecia aquí los gastos a las necesidades básicas del hogar y a las responsabilidades que recae en cada uno de los miembros que forman parte de la familia, no es lo mismo un adolescente que estudia en un colegio particular con algún adolescente que estudie en colegio estatal los gastos son totalmente diferentes.

### **2.3.3. Amigos, Vecindario y Comunidad**

Aquí se aprecia la facilidad para hacer amistades sin algún esfuerzo alguno, salir a recrearse y reunirse siendo sociable, pasar buenos momentos de compartir con su entorno teniendo sentimiento de satisfacción.

### **2.3.4. Vida Familiar y Familia Extensa**

Aquí se mide el grado de satisfacción que tiene en el ámbito de familia con respecto al número de hijos que tiene, y la relación que lleva el sujeto con su familia ya sea hermanos, padres.

### **2.3.5. Educación y ocio**

Aquí nos refiere que el tiempo libre que se tenga se sepa aprovechar de manera productiva tanto para la salud mental como la salud física, y de la misma manera sea aprovechado el mismo tiempo que tenga en la escuela (como hacer deporte, aprender a tocar algún instrumento entre otros)

### **2.3.6. Medios de Comunicación**

Nos indica la cantidad de tiempo que pasan como familia con los medios de comunicación ya sean a señal abierta o cerrada y si los contenidos de los programas son buenos para la familia ya sea el cine o el periódico la calidad de vida a través de las páginas ya sean educativas o no educativas.

### **2.3.7. Religión**

Se trata el tiempo que le brinda a dios, el tipo de religión que lleva con la familia, las asistencias a misas, la práctica de religión que tienen, los estilos de vida según su religión, entre otras.

### **2.3.8. Salud**

Aquí se hace referencia a la salud tanto mental como física de cada uno de los miembros de la familia ya sea el bienestar general, la autoestima, satisfacción entre otras.

## **CAPÍTULO III**

### **METODOLOGÍA DE INVESTIGACIÓN**

#### **3.1. Tipo y diseño de investigación**

##### **3.1.1. Tipo**

Salkind (1999), la investigación de tipo descriptiva es aquella que describe la situación de las cosas, así como las características de un fenómeno. Según Rodríguez (2005), refiere que es descriptivo, por que registra, analiza e interpreta los fenómenos en la naturaleza actual.

##### **3.1.2. Diseño**

El presente estudio tiene diseño no experimental transversal. Según Hernández (2003) no experimental lo define como el tipo de investigación donde no se manipula deliberadamente las variables, los fenómenos son solo observables en el ambiente natural, para luego analizarlas.

Por otro lado Sampieri (2003) nos dice que el diseño transversal es donde se recolectan datos en un solo momento, en un tiempo único, su propósito es describir variables y su incidencia de interrelación en un momento dado.

Para este presente estudio se ocupara el diseño no experimental transversal, debido a que se recolectaran datos un tiempo determinado sin intervenir en el ambiente en el que se desarrollan los estudiantes de la Institución Educativa estatal del distrito de la victoria, por lo que no habrá manipulación de variables.

#### **3.2. Población y muestra**

##### **3.2.1. Población**

La población está conformada por 49 alumnos del quinto de secundaria de la Institución Educativa estatal del distrito de la Victoria.

### **3.2.2. Muestra del estudio**

La muestra es de tipo censal porque se escogió al 100% de la población. Hayes, B (1999), refiere que la muestra censal es donde se toma toda la población y se usa cuando se quiere saber la opinión de todos los individuos o cuando se cuenta con una base de datos fácil de acceder.

La institución educativa tiene los niveles del turno mañana (primaria y secundaria) y tarde (primaria y secundaria) donde cuenta con 500 alumnos en el turno mañana y 460 en el turno tarde, en la cual estudian ambos sexos. Con un nivel socioeconómico bajo y medio.

Una de las problemáticas que aqueja a esta población es la disfuncionalidad familiar, es decir, estudiantes que viven con un solo padre o con un tutor, quienes además se encuentran expuestos a diversas inseguridades propias del Distrito. Dentro de las características que se pueden mencionar en torno a éstas es la existencia de las madres que se encuentran separadas de sus cónyuges, lo cual las obliga a trabajar y dejar a sus hijos al cuidado de los abuelos. Por otro lado, están las familias donde existe maltrato y descuido por parte de los padres que lleva a los adolescentes a buscar refugio en el grupo de amigos del barrio y/o del colegio, encontrándose expuestos a la delincuencia, drogadicción, alcoholismo, entre otros.

En su mayoría las familias son creyentes católicos, aunque no practicantes. En relación a la educación, esta cae en la categoría promedio, evidenciando bajo rendimiento académico y en otros casos deserción escolar, debido a los problemas mencionados anteriormente.

### **3.3. Identificación y operacionalización de la variable de estudio**

#### **Identificación de la variable de estudio**

La variable a estudiar es Calidad de vida que tiene como objetivo determinar el nivel de calidad de vida en los estudiantes de quinto grado de secundaria de la institución educativa estatal del distrito de La Victoria.

## Cuadro N° 1

### Operacionalización de la variable

Variable	Definición teórica	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Definición operacional
Calidad de Vida	Según la OMS referido en Perea, R, (2009); es la percepción del individuo que tiene de su situación en la vida con su entorno dentro de su contexto cultura y en relación a sus satisfacciones, expectativas, valores e intereses y las siguientes dimensiones	Bienestar económico	Se aprecia aquí los gastos a las necesidades básicas del hogar y a las responsabilidades que recae en cada uno de los miembros que forman parte de la familia	1, 2, 3, 4 y 5	Calidad de vida optima (más de 61)
					Tendencia a calidad de vida Buena (51 a 60)
					Tendencia a baja calidad de vida (40 a 50)
					Mala calidad de vida (39 a menos)
		Amigos, vecindario y comunidad	se aprecia la facilidad para hacer amistades sin algún esfuerzo alguno, salir a recrearse y reunirse siendo sociable	6, 7, 8 y 9.	Calidad de vida optima (más de 61)
					Tendencia a calidad de vida Buena (51 a 60)
					Tendencia a baja calidad de vida (40 a 50)
					Mala calidad de vida (39 a menos)
		Vida familiar y familia extensa	Aquí se mide el grado de satisfacción que tiene en el ámbito de familia con respecto al número de hijos que tiene, y la relación que lleva el sujeto con su familia ya sea hermanos, padres	10, 11, 12 y 13.	Calidad de vida optima (más de 61)
					Tendencia a calidad de vida Buena (51 a 60)
					Tendencia a baja calidad de vida (40 a 50)
					Mala calidad de vida (39 a menos)
		Educación y ocio	Aquí nos refiere que el tiempo libre que se tenga se sepa aprovechar de manera productiva tanto para la salud mental como la salud física,	14, 15 y 16	Calidad de vida optima (más de 61)
					Tendencia a calidad de vida Buena (51 a 60)
					Tendencia a baja calidad de vida (40 a 50)
					Mala calidad de vida (39 a menos)
		Medios de comunicación	Se trata de contenidos de los programas son buenos para la familia ya sea el cine o el periódico la calidad de vida a través de las páginas ya sean educativas o no educativas.	17, 18, 19 y 20	Calidad de vida optima (más de 61)
					Tendencia a calidad de vida Buena (51 a 60)
					Tendencia a baja calidad de vida (40 a 50)
					Mala calidad de vida (39 a menos)
		Religión	el tiempo que le brinda a dios, el tipo de religión que lleva con la familia	21 y 22	Calidad de vida optima (más de 61)
					Tendencia a calidad de vida Buena (51 a 60)
					Tendencia a baja calidad de vida (40 a 50)
					Mala calidad de vida (39 a menos)
Salud	La salud física de cada uno de los miembros de la familia ya sea el bienestar general, la autoestima, satisfacción entre otras.	23 y 24.	Calidad de vida optima(más de 61)		
			Tendencia a calidad de vida Buena (51 a 60)		
			Tendencia a baja calidad de vida (40 a 50)		
			Mala calidad de vida (39 a menos)		

### **3.4. Técnica e instrumento de evaluación y diagnóstico**

#### **3.4.1. Técnicas**

Méndez (1999) nos indica que existen técnicas de investigación de fuentes primarias y fuentes secundarias:

##### **Técnicas**

##### **Fuentes primarias:**

Es aquella información oral o escrita y que es aplicada directamente por el investigador hacia el individuo para recopilar información a través de relatos, hechos o acontecimientos. Estas suministran información básica

##### **Fuentes secundarias:**

Estas técnicas suministran información básica por que es la información escrita recopilada y que es transcrita por personas que reciben la información por medio de otras fuentes, sean libros, periódicos, como trabajos de grados, entre otros.

##### **Observación:**

Es una técnica antigua, donde el investigador capta la realidad de su entorno, para luego organizarla intelectualmente. En esta técnica están invitados los sentidos, ellos son los que resuelven el problema que se presenta en la investigación. Se le dice directa cuando el investigador es directamente participe del grupo evaluado.

#### **3.4.2. Instrumento de evaluación**

En el estudio se hizo uso de la escala de calidad de vida de Olson & Barnes adaptado por Grimaldo Muchotrigo (1982).

Escala de calidad de vida de Olson & Barnes



### **Ficha técnica**

Nombre:	Escala de Calidad de Vida de Olson & Barnes
Autores:	David Olson & Howard Barnes
Adaptado por:	Mirian Pilar Grimaldo Muchotrigo
Administración:	Individual o Colectiva
Duración:	Aproximadamente 20 minutos
Nivel de Aplicación:	A partir de 13 años
Finalidad:	Identificación de los niveles de calidad de vida
7 factores:	Bienestar Económico Amigos, Vecindario y Comunidad Vida Familiar y Familia Extensa Educación y Ocio Medios de Comunicación Religión Salud

#### **3.4.3. Baremación:**

Los baremos y percentiles fueron obtenidos de una muestra de 589 estudiantes en edades de 14 a 18 años de 4to a 5to de secundaria de cuatro centros educativos particulares y estatales de Lima.

#### **3.4.3. Validez:**

La validación de la escala de Calidad de Vida de Olson & Barnes, se realizó a través de la validez de constructo y el análisis factorial con extracción de los ejes principales y explicar la relación entre los ítems y aplicación de los datos y el marco de la teoría de la medición sobre el cual se basa la construcción de la escala de calidad de vida, tal como lo sugiere Muñiz (1996).

### 3.4.3. Confiabilidad:

La confiabilidad se trabajó mediante el método test de retes, donde se usaron 124 adolescentes 12 clases universitarias y secundaria y este fue determinado con el coeficiente de confiabilidad Alpha de Cronbach, el mismo que alcanzo un 0.92 y para la escala adolescente 0.86.

### 3.4.4. Categorización

#### Cuadro N° 2

Puntajes de la escala de calidad de vida

Puntajes	Puntajes estandarizados normalizados
Más de 61	Calidad de Vida Optima
51 a 60	Tendencia a Calidad de Vida buena
40 a 50	Tendencia a Baja Calidad de Vida
39 a menos	Mala Calidad de Vida

## CAPITULO IV

### PROCESAMIENTO, PRESENTACION Y ANALISIS DE LOS RESULTADOS

#### 4.1. Procesamiento de los resultados

Para la obtención y procesamiento (Cuestionario de Agresión AQ - Buss y Perry) de la información (186 sujetos) recolectada, se emplearon estadísticos (técnicas y herramientas) necesarios.

- ✓ Programa de Microsoft Excel 2016
- ✓ Programa estadístico usado en ciencias sociales "SPSS 22" (Análisis de frecuencia y tablas cruzadas).
- ✓ Media Aritmética, valor Máximo y valor Mínimo

##### 4.1.1. Microsoft Excel 2016

Es un programa informático que permite efectuar cálculos sencillos y complejos a través de fórmulas, en el que se tabula la información y se obtiene la suma total de la escala calidad de Vida (siete factores) y asignación manual del (puntaje) nivel para cada dimensión.

##### 4.1.2. Procesador estadístico SPSS -22

Es un software informático de investigación y análisis estadístico, que permite recoger información (Excel) y presentación (tablas, cuadros y gráficos o figuras estadísticas), que otorguen mejor visualización, manejo y entendimiento de la información.

##### 4.1.3. Técnicas estadísticas

- ✓ Valor máximo y valor mínimo
- ✓ Media aritmética.

$$\bar{X} = \frac{\sum_{i=1}^n X_i}{n}$$

## 4.2. Presentación de los resultados

**Tabla N° 1**

Medidas estadísticas descriptivas de la variable de investigación de Calidad de Vida

Estadísticos	
Calidad de vida	
Numero de	evaluados 49
	Perdidos 0
Media	69,14
Mínimo	3
Máximo	101

**Comentario:**

El estudio realizado en 49 sujetos, sobre Calidad de Vida tiene como interpretación los siguientes datos:

- ✓ Una media de 69,14
- ✓ Un valor mínimo de 3
- ✓ Un valor máximo de 101

**Tabla N° 2**

Medidas estadísticas descriptivas de las dimensiones pertenecientes a la variable Calidad de Vida

Estadísticos							
	Hogar y Bienestar Económico	Amigos, Vecindario y Comunidad	Vida Familiar y Familia Extensa	Educación y Ocio	Medios de comunicación	Religión	Salud
N	49	49	49	49	49	49	49
	0	0	0	0	0	0	0
Media	13,29	10,90	14,29	9,82	10,88	5,67	7,08
Mínimo	8	6	5	3	4	2	2
Máximo	23	18	20	15	17	8	10

## **Comentario:**

Dimensiones que abarcan la Calidad de Vida se puede observar los siguientes resultados:

### **Según la dimensión Hogar y Bienestar económico se observa:**

- ✓ Una media de 13,29 que se categoriza como “Tendencia a Baja Calidad de vida”
- ✓ Un mínimo de 8 que se categoriza como “Mala Calidad de Vida”
- ✓ Un máximo de 23 que se categoriza como “Calidad de vida Óptima”

### **Según la dimensión Amigos, Vecindario y Comunidad se observa:**

- ✓ Una media de 10,90 que se categoriza como “Tendencia a baja Calidad de Vida”
- ✓ Un mínimo de 6 que se categoriza como “Mala Calidad de Vida”
- ✓ Un máximo de 18 que se categoriza como “Calidad de vida Óptima”

### **Según la dimensión Vida Familiar y Familia Extensa se observa:**

- ✓ Una media de 14,29 que se categoriza como “Calidad de vida Óptima”
- ✓ Un mínimo de 5 que se categoriza como “Mala Calidad de Vida”
- ✓ Un máximo de 20 que se categoriza como “Tendencia a Calidad de vida Buena.”

### **Según la dimensión Educación y Ocio se puede observar:**

- ✓ Una media de 9,82 que se categoriza como “Tendencia a Baja Calidad de vida”
- ✓ Un mínimo de 3 que se categoriza como “Mala Calidad de Vida”
- ✓ Un máximo de 15 que se categoriza como “Calidad de vida Óptima”.

**Según la dimensión Medios de comunicación se puede observar:**

- ✓ Una media de 10,88 que se categoriza como “Tendencia a Calidad de Vida Buena”
- ✓ Un mínimo de 4 que se categoriza como “Mala Calidad de Vida”
- ✓ Un máximo de 17 que se categoriza como “Calidad de vida Óptima”

**Según la dimensión Religión se puede observar:**

- ✓ Una media de 5,67 que se categoriza como “Tendencia a Baja Calidad de vida”
- ✓ Un mínimo de 2 que se categoriza como “Mala Calidad de Vida”
- ✓ Un máximo de 8 que se categoriza como “Tendencia a Calidad de Vida Buena”

**Según la dimensión Salud se puede observar:**

- ✓ Una media de 7,08 que se categoriza como “Tendencia a Baja Calidad de Vida”
- ✓ Un mínimo de 2 que se categoriza como “Mala Calidad de Vida”
- ✓ Un máximo de 10 que se categoriza como “Calidad de vida Óptima”

### Tabla N°3

Resultado general del Nivel de Calidad de Vida

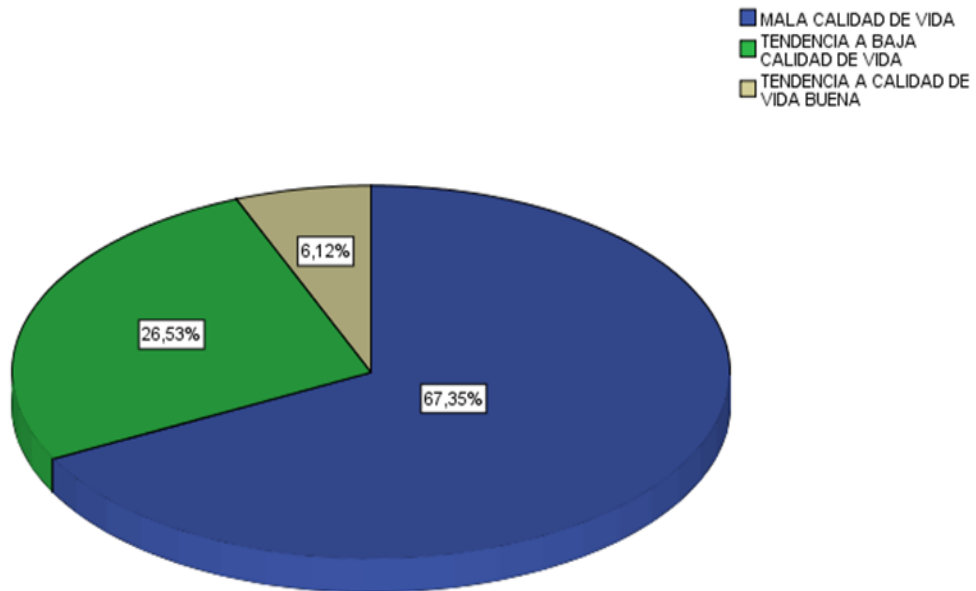
	Frecuencia	Porcentaje
Mala calidad de vida	33	67,3
Tendencia a baja calidad de vida	13	26,5
Tendencia a calidad de vida buena	3	6,1
Total	49	100,0

#### Comentario:

El nivel de Calidad de vida en estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución educativa estatal del distrito de la Victoria, se considera Mala Calidad de Vida, obteniendo los siguientes resultados:

- ✓ El 67,35%, se considera la categoría “Mala Calidad de Vida”
- ✓ El 26,53%, se considera la categoría “Tendencia a Baja Calidad de Vida”
- ✓ El 6,12%, se considera la categoría “Tendencia a Calidad de Vida Buena”

### NIVEL CALIDAD DE VIDA



**Figura N° 1** porcentajes generales del Nivel de Calidad de Vida

#### **Comentario:**

El nivel de Calidad de Vida en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Estatal del distrito de La Victoria, se considera Mala Calidad de Vida obteniendo los siguientes resultados:

- ✓ El 67,35%, se considera la categoría “Mala Calidad de Vida”
- ✓ El 6,12%, se considera categoría “Tendencia a Calidad de Vida Buena”



#### Tabla N° 4

Resultados del Nivel de calidad de vida según la dimensión Hogar y Bienestar Económico

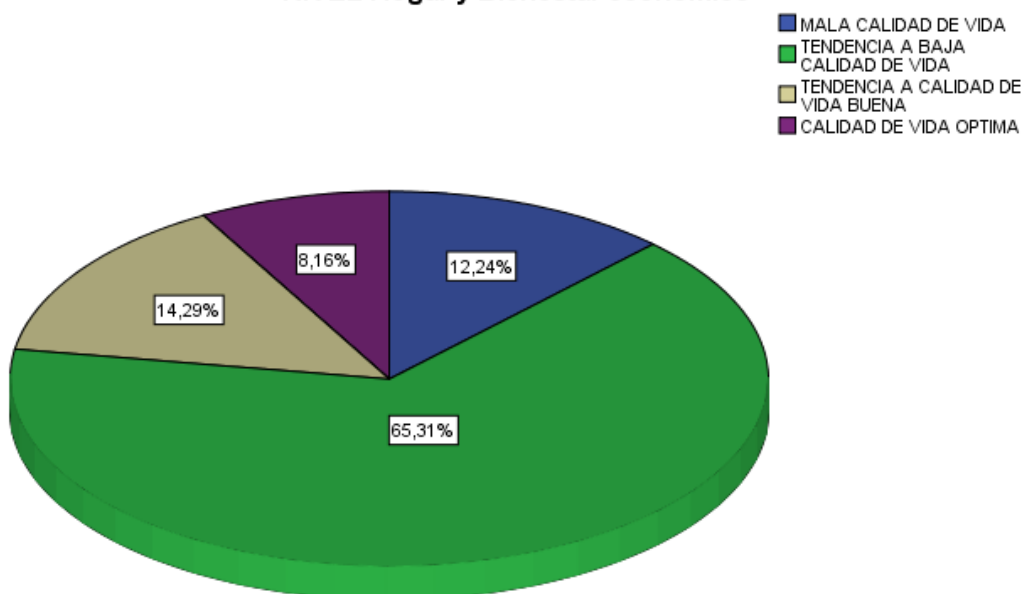
	Frecuencia	Porcentaje
Mala calidad de vida	6	12,2
Tendencia a baja calidad de vida	32	65,3
Tendencia a calidad de vida buena	7	14,3
Calidad de vida optima	4	8,2
Total	49	100,0

#### Comentario:

El nivel de Hogar y Bienestar Económico en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Estatal del distrito de La Victoria, se considera “Tendencia a Baja Calidad de Vida”, obteniendo los siguientes resultados:

- ✓ El 65,31%, se considera la categoría “Tendencia a Baja Calidad de Vida”
- ✓ El 14,29 se considera la categoría “Tendencia a Calidad de Vida Buena”
- ✓ El 12,24%, se considera la categoría “Mala Calidad de Vida”
- ✓ El 8,16%, se considera la categoría “Calidad de Vida Optima”

### NIVEL Hogar y Bienestar economico



**Figura N° 2** Porcentajes del Nivel de calidad de vida según la dimensión Hogar y Bienestar Económico.

#### Comentario:

El nivel de Hogar y Bienestar Económico en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Estatal del distrito de La Victoria, se considera se considera “Tendencia a Baja Calidad de Vida” obteniendo los siguientes resultados:

- ✓ El 65,31%, se considera la categoría “Tendencia a Baja Calidad de Vida”
- ✓ El 8,16%, se considera la categoría “Calidad de Vida Óptima”

### Tabla N°5

Resultados del Nivel de calidad de vida según la dimensión Amigos, Vecindario y Comunidad

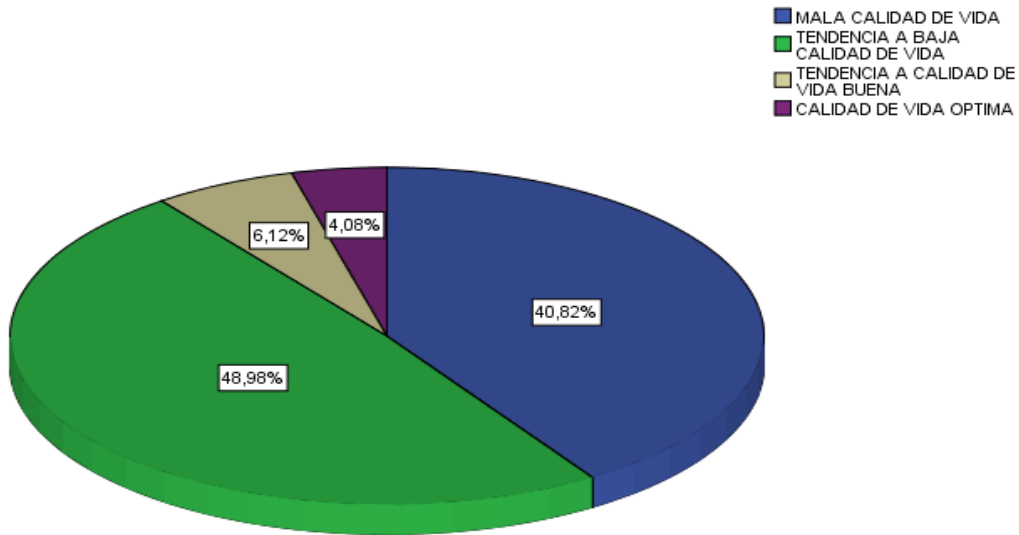
	Frecuencia	Porcentaje
Mala Calidad de Vida	20	40,8
Tendencia a Baja Calidad de Vida	24	49,0
Tendencia a Calidad de Vida Buena	3	6,1
Calidad de Vida Óptima	2	4,1
Total	49	100,0

### Comentario:

El nivel de Amigos, Vecindario y Comunidad en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Estatal del distrito de La Victoria, se considera se considera “Tendencia a Baja Calidad de Vida” obteniendo los siguientes resultados:

- ✓ El 48,98%, se considera la categoría “Tendencia a Baja Calidad de Vida”
- ✓ El 40,82%, se considera la categoría “Mala Calidad de Vida”
- ✓ El 6,12%, se considera la categoría “Tendencia a Calidad de Vida Buena”
- ✓ El 4,08%, se considera la categoría “Calidad de Vida Optima”

### NIVEL Amigos, Vecindario y Comunidad



**Figura N° 3** porcentajes del nivel de calidad de vida según la dimensión amigos Vecindario y Comunidad

#### **Comentario:**

El nivel de Amigos, Vecindario y Comunidad en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Estatal del distrito de La Victoria, se considera se considera “Tendencia a Baja Calidad de Vida” obteniendo los siguientes resultados:

- ✓ El 48,98%, se considera la categoría “Tendencia a Baja Calidad de Vida”
- ✓ El 4,08%, se considera la categoría “Calidad de Vida Optima”.

### Tabla N°6

Resultado del Nivel de calidad de vida según la dimensión Vida Familiar y Familia Extensa de Calidad de vida

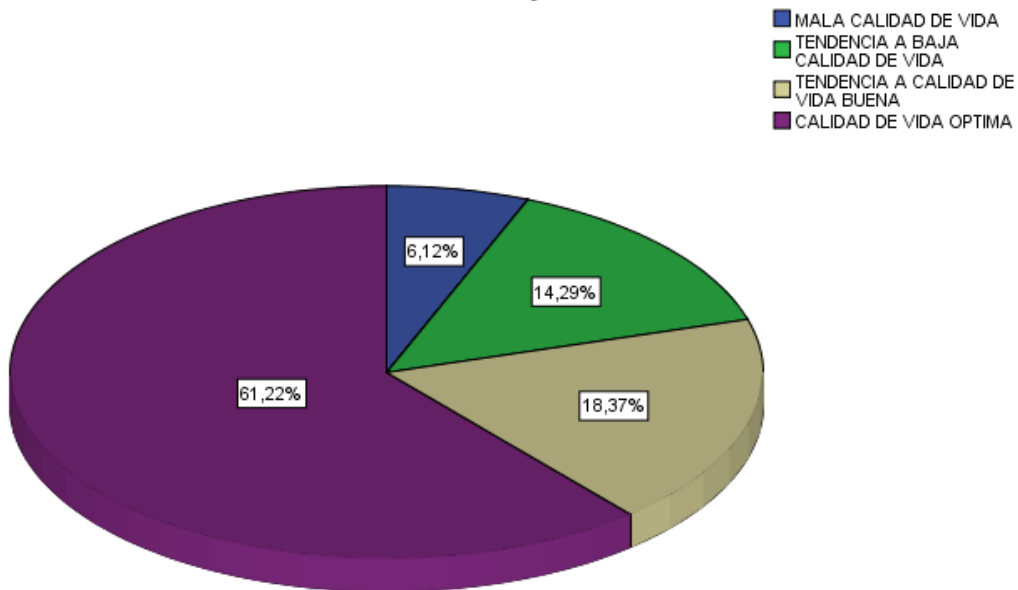
	Frecuencia	Porcentaje
Mala calidad de vida	3	6,1
Tendencia a baja calidad de vida	7	14,3
Tendencia a calidad de vida buena	9	18,4
Calidad de vida optima	30	61,2
Total	49	100,0

### Comentario:

El nivel de Vida Familiar y Familia Extensa de Calidad de Vida en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Estatal del distrito de La Victoria, se considera "Calidad de Vida Optima", obteniendo los siguientes datos:

- ✓ El 61,22%, se considera la categoría "Calidad de Vida Optima"
- ✓ El 18,37%, se considera la categoría "Tendencia a Calidad de Vida buena"
- ✓ El 14,29%, se considera la categoría "Tendencia a Baja Calidad de Vida"
- ✓ El 6,12%, se considera la categoría "Mala Calidad de Vida"

### NIVEL Vida Familiar y Familia Extensa



**Figura N° 4** porcentajes del nivel de calidad de vida según la dimensión Vida familiar y familia extensa

#### Comentario:

El nivel de Vida Familiar y Familia Extensa de Calidad de Vida en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Estatal del distrito de La Victoria, se considera “Calidad de Vida Optima”, obteniendo los siguientes datos

- ✓ El 61,22%, se considera la categoría “Calidad de Vida Optima”
- ✓ El 6,12%, se considera la categoría “Mala Calidad de Vida”

**Tabla N°7**

Resultados del Nivel de calidad de vida según la dimensión Educación y Ocio.

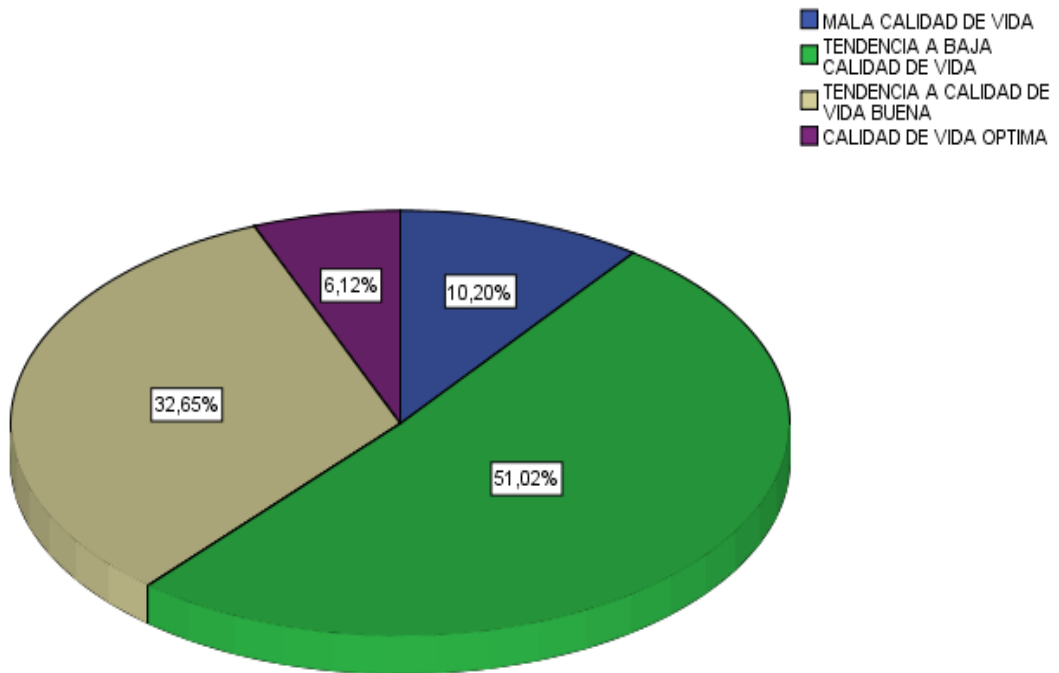
	Frecuencia	Porcentaje
Mala calidad de vida	5	10,2
Tendencia a baja calidad de vida	25	51,0
Tendencia a calidad de vida buena	16	32,7
Calidad de vida optima	3	6,1
Total	49	100,0

**Comentario:**

El nivel de Educación y Ocio de Calidad de Vida en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Estatal del distrito de La Victoria, se considera “Tendencia a Baja Calidad de Vida”, obteniendo los siguientes datos:

- ✓ El 51,02%, se considera la categoría “Tendencia a Baja Calidad de Vida”
- ✓ El 32,65%, se considera la categoría “Tendencia a Calidad de Vida buena”
- ✓ El 10,20%, se considera la categoría “Mala Calidad de Vida”
- ✓ El 6,12%, se considera la categoría “Calidad de Vida Optima”

### NIVEL Educación y Ocio



**Figura N° 5** porcentajes del nivel de calidad de vida según dimensión Educación y ocio

#### Comentario:

El nivel de Educación y Ocio de Calidad de Vida en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Estatal del distrito de La Victoria, se considera “Tendencia a Calidad de Vida Buena”, obteniendo los siguientes datos:

- ✓ El 51,02%, se considera la categoría “Tendencia a Baja Calidad de Vida”
- ✓ El 6,12%, se considera la categoría “Tendencia a Calidad de Vida Buena”.



**Tabla N°8**

Resultados del Nivel de calidad de vida según la dimensión Medios de Comunicación

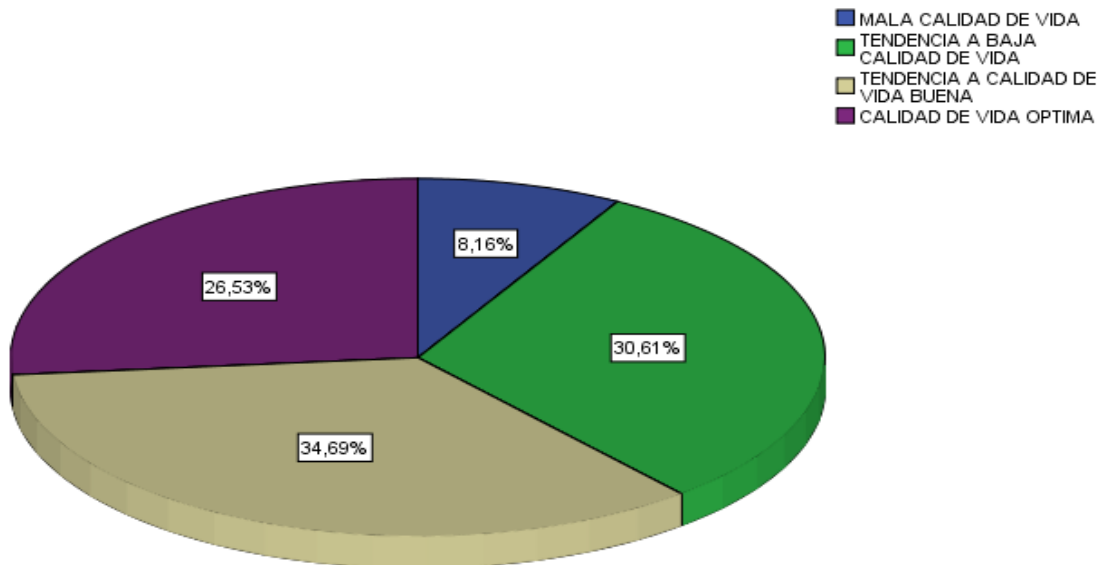
	Frecuencia	Porcentaje
Mala calidad de vida	4	8,2
Tendencia a baja calidad de vida	15	30,6
Tendencia a calidad de vida buena	17	34,7
Calidad de vida optima	13	26,5
Total	49	100,0

**Comentario:**

El nivel de Medios de Comunicación de Calidad de Vida en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Estatal del distrito de La Victoria, se considera “Tendencia a Calidad de Vida Buena” obteniendo los siguientes datos:

- ✓ El 34,69%, se considera la categoría “Tendencia a Calidad de Vida Buena”
- ✓ El 30,61%, se considera la categoría “Tendencia a Baja Calidad de Vida”
- ✓ El 26,53%, se considera la categoría “Calidad de Vida Optima”
- ✓ El 8,16%, se considera la categoría “Mala Calidad de Vida”

### NIVEL Medios de comunicación



**Figura N° 6** porcentajes del nivel de calidad de vida según la dimensión Medios de Comunicación.

#### Comentario:

El nivel de Medios de Comunicación de Calidad de Vida en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Estatal del distrito de La Victoria, se considera “Tendencia a Calidad de Vida Buena”, obteniendo los siguientes datos:

- ✓ El 34,69%, se considera la categoría “Tendencia a Calidad de Vida Buena”
- ✓ El 8,16%, se considera la categoría “Mala Calidad de Vida”

**Tabla N°9**

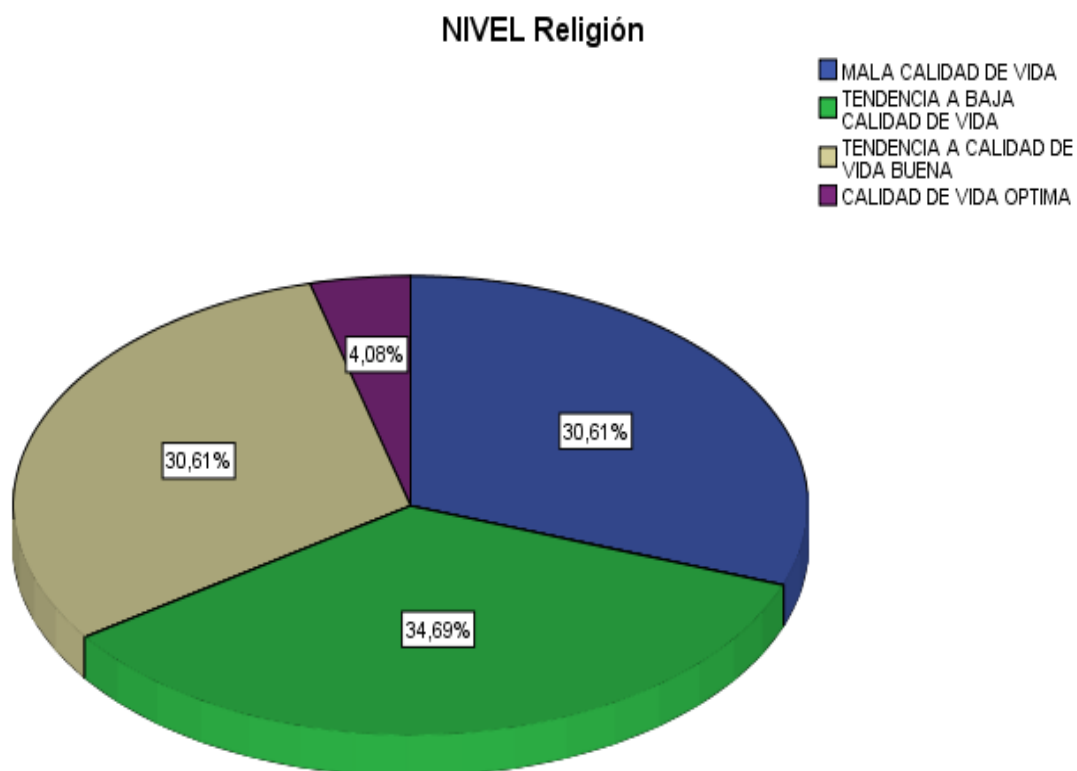
Resultados del Nivel de calidad de vida según la dimensión Religión

	Frecuencia	Porcentaje
Mala calidad de vida	15	30,6
Tendencia a baja calidad de vida	17	34,7
Tendencia a calidad de vida buena	15	30,6
Calidad de vida optima	2	4,1
Total	49	100,0

**Comentario:**

El nivel de Religión de Calidad de Vida en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Estatal del distrito de La Victoria, se considera “Tendencia a Baja Calidad de Vida”, obteniendo los siguientes datos:

- ✓ El 34,69%, se considera la categoría “Tendencia a Baja Calidad de Vida”
- ✓ El 30,61%, se considera la categoría “Tendencia a Calidad de Vida buena”
- ✓ El 30,61%, se considera la categoría “Mala Calidad de Vida”
- ✓ El 4,08%, se considera la categoría “Calidad de Vida Optima”



**Figura N° 7** porcentajes del nivel de calidad de vida según la dimensión religión

**Comentario:**

El nivel de Religión de Vida en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Estatal del distrito de La Victoria, se considera “Tendencia a Baja Calidad de Vida”, obteniendo los siguientes datos:

- ✓ El 34,69%, se considera la categoría “Tendencia a Baja Calidad de Vida”
- ✓ El 4,08%, se considera la categoría “Calidad de Vida Optima”

**Tabla N°10**

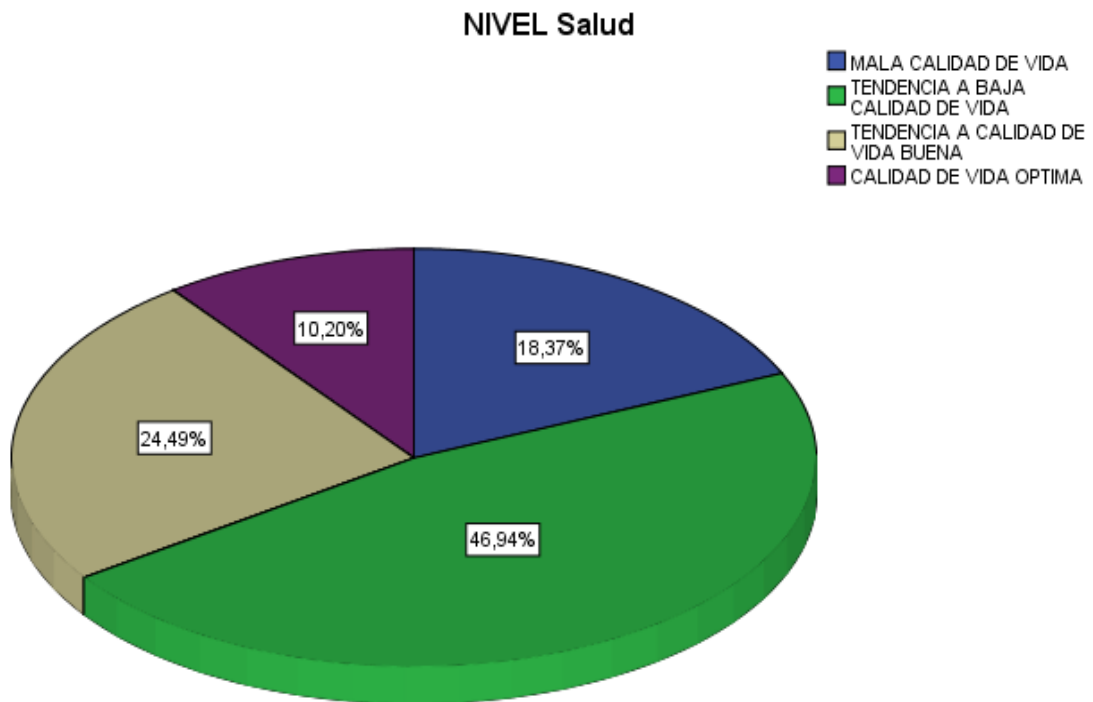
Resultados del Nivel de calidad de vida según la dimensión Salud

	Frecuencia	Porcentaje
Mala calidad de vida	9	18,4
Tendencia a baja calidad de vida	23	46,9
Tendencia a calidad de vida buena	12	24,5
Calidad de vida optima	5	10,2
Total	49	100,0

**Comentario:**

El nivel de Religión de Calidad de Vida en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Estatal del distrito de La Victoria, se considera “Tendencia a Baja Calidad de Vida”, obteniendo los siguientes datos:

- ✓ El 46,94%, se considera la categoría “Tendencia a Baja Calidad de Vida”
- ✓ El 24,49%, se considera la categoría “Tendencia a Calidad de Vida buena”
- ✓ El 18,37%, se considera la categoría “Mala Calidad de Vida”
- ✓ El 10,20%, se considera la categoría “Calidad de Vida Optima”



**Figura N° 8** *Porcentajes del nivel de calidad de vida según la dimensión Salud*

**Comentario:**

El nivel de Salud de Vida en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Estatal del distrito de La Victoria, se considera “Tendencia a Baja Calidad de Vida”, obteniendo los siguientes datos:

- ✓ El 46,9%, se considera la categoría “Tendencia a Baja Calidad de Vida”
- ✓ El 10,02%, se considera la categoría “Calidad de Vida Optima

### 4. 3. Análisis de los resultados

De acuerdo a los resultados obtenidos en esta investigación y al objetivo general “Determinar el nivel de Calidad de Vida en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Estatal del distrito de La Victoria, muestran un Nivel de “Mala Calidad de vida” con 67,3%, indicando que los estudiantes perciben una baja satisfacción de sus necesidades. Por otro lado, se obtiene un El 6,12%, que es considerado como categoría “Calidad de Vida Optima” indicando que perciben bienestar de manera individual.

Según los porcentajes antes mencionado se procede a comparar los resultados con la investigación de Gonzáles (2017) cuyos resultados representaron a los niños que trabajan en la localidad de Huancavelica con un 43,80% (42 niños) presentaron una calidad de vida en nivel bajo, un 43,90% (45 niños) presentaron nivel medio de calidad de vida, así mismo un 9,40% (9 niños) presentaron calidad de vida de nivel alto.

Así mismo se procede a comparar con Paz (2011) cuyo objetivo fue medir la calidad de vida en adolescentes trabajadores del distrito de San Martín de Porres, encontrándose un nivel predominante de calidad de vida en los adolescentes trabajadores No óptimo con un 75% de la muestra, esto quiere decir que 3 de 4 d adolescentes percibe su calidad de vida como no óptima. Sólo 1 de cada 4 (25%) comunica un nivel de vida óptimo.

Olson & Barnes (1982), plantean que la característica común de los estudios sobre calidad de vida, lo constituyen la experiencia del individuo, donde cada uno ve sobre una faceta en particular, ejemplo, la vida marital y familiar, amigos, domicilio y facilidades de vivienda, educación, trabajo, religión y otros.

#### **Comentario:**

Calidad de vida es la percepción que tiene cada individuo sobre su entorno y que influye sobre su desarrollo personal, desarrollo de las

potencialidades, la autorrealización y la satisfacción que tiene sobre la vida tanto de manera personal como social.

De acuerdo al primer objetivo que es determinar el nivel de calidad de vida según la dimensión Hogar y Bienestar Económico en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Estatal del distrito de La Victoria. Se observa que tiene una tendencia a baja calidad de vida (65,3%), lo que indica deficiente satisfacción con las necesidades básicas y económicas del hogar, sin embargo, el 8,16% de estudiantes están ubicados en la categoría "Calidad de Vida Optima" lo cual nos hace ver que un bajo porcentaje de estudiantes perciben una buena estabilidad económica en el hogar.

Según los porcentajes mencionados en el primer objetivo, se procede a comparar los resultados con la investigación de Cuellar (2015) Percepción subjetiva en la calidad de vida de los estudiantes de enfermería de una universidad pública de Colombia. Los resultados de la dimensión Bienestar material, mostró que los estudiantes presentan dificultades en cuanto a su sostenimiento económico personal para el desarrollo de actividades propias derivadas de la formación o carecen de bienes materiales considerados importantes para ellos, ello afecta la percepción de calidad de vida. Los problemas económicos están asociados al fenómeno deserción estudiantil, porque los estudiantes se sostienen económicamente o apoyan económicamente a sus familias, ello dificulta la continuidad de sus estudios.

Según Olson & Barnes Se considera los ingresos para solventar las necesidades del hogar, asimismo los ahorros y deudas que se tienen como familia. Donde también hace énfasis en las condiciones de su hogar donde reside, las responsabilidades que tenga en casa, las cosas que pueda comprar y el dinero que gaste en ello

**Comentario:**

Es la capacidad de tienen todos los miembros de la familia de poder administrar tanto las deudas como los gastos en el hogar para así



poder asumir en familia las responsabilidades de cada rol que tengan en el hogar y la capacidad de poder satisfacer las necesidades básicas.

Con respecto a nuestro segundo objetivo específico, sobre determinar el nivel de Amigos, Vecindario y Comunidad en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Estatal del distrito de La Victoria, se obtiene como resultado un 49,0% de estudiantes que se ubican en la categoría “Tendencia a Baja Calidad de Vida”. Lo cual muestra que los estudiantes perciben un bajo nivel con respecto a su entorno en el aspecto social el 4,1% de los estudiantes se ubican en la categoría “Calidad de Vida Optima”, lo cual muestra que existe una mínima cantidad de estudiantes que percibe una buena relación social con los amigos.

Según los porcentajes mencionados en el segundo objetivo, se procede a comparar los resultados con la investigación de Gonzales (2017) Calidad de vida en niños y niñas que trabajan en la Localidad de Huancavelica. Los resultados de la dimensión relaciones interpersonales, encontrándose que 4,20% (4 niños) presentaron baja relación interpersonal, 86,50% (83 niños) presentaron relación interpersonal media y 9,40% (9 niños) presentaron relación interpersonal de nivel alto.

Según Olson & Barnes son las situaciones que comparte con sus amigos, la facilidad para realizar compras en su barrio, lugares de recreación para que se pasen momentos de diversión en familia. Se tiene en cuenta las relaciones sociales de la persona con sus amigos.

### **Comentario:**

Es la capacidad de tienen los estudiantes para hacer amistades sin algún esfuerzo alguno, salir a recrearse y reunirse siendo sociable, creando vínculos con las demás personas de su entorno y la capacidad de socializar.

Con respecto al tercer objetivo específico, de “determinar el nivel de Vida Familiar y Familia Extensa en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Estatal del distrito de La Victoria, se

obtiene que el 65,3% es considerado la categoría “Calidad de Vida Optima” lo cual muestra satisfacción que tiene en el ámbito de familia con respecto al número de hijos que ocupa, y la relación que lleva el estudiante con su familia ya sea hermanos, padres 8,2% es considerado en la categoría “Mala calidad de vida”, esto indica que un mínimo porcentaje de estudiantes percibe una mala satisfacción en el ámbito familiar.

Según Olson & Barnes se considera Se considera la relación del individuo con su familia y el nivel de satisfacción con el número de hijos que tiene, como también con respecto al trato que tenga de su familia, hermanos y otros miembros de la familia.

### **Comentario:**

Asimismo, la buena relación con la familia ya sea hermanos, primos, abuelos o hijos es fundamental para el soporte del desarrollo personal como la autoestima.

Con respecto con nuestro cuarto objetivo específico, sobre determinar el nivel de Educación y Ocio en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Estatal del distrito de La Victoria, se obtiene que el 65,3% es considerado la categoría “Tendencia a Baja Calidad de Vida” lo cual muestra baja satisfacción que tiene en el ámbito de familia con respecto al número de hijos que ocupa, y la relación que lleva el estudiante con su familia ya sea hermanos, padres 8,2% es considerado en la categoría “Calidad de Vida Optima”, esto indica que un mínimo porcentaje de estudiantes percibe una satisfacción en el ámbito familiar.

Según los porcentajes mencionados en el cuarto objetivo, se procede a comparar los resultados con la investigación de Velarde (2017) Calidad de vida en pacientes atendidos en el área de Psicología del Hospital General Arzobispo Loayza de Lima Metropolitana. Muestran los resultados de la Calidad de vida en la dimensión educación y ocio de los pacientes hospitalizados presentan un 40,82% en una tendencia a baja calidad de vida y un 6,12% calidad de vida óptima.

Olson & Barnes considera el rendimiento en la escuela como el adecuado, el tiempo libre que tenga y como lo usa a diario. Como también al nivel de educación que tiene cada miembro de la familia.

**Comentario:**

La capacidad que tiene el estudiante en aprovechar el tiempo libre que tenga de manera productiva tanto para la salud mental como la salud física, y de la misma manera sea aprovechado el mismo tiempo que tenga en la escuela (como hacer deporte, aprender a tocar algún instrumento entre otros)

Con respecto con nuestro quinto objetivo específico, sobre determinar el nivel de Medios de Comunicación en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Estatal del distrito de La Victoria, se obtiene que el 34,07% es considerado la categoría “Tendencia a Calidad de Vida Buena” lo que nos indica que hay una fácil manejo y buen uso de los estudiantes sobre los contenidos de los medios de comunicación y un 8,2% es considerado en la categoría “Mala Calidad de Vida”, lo cual un mínimo porcentaje de estudiantes creen que los medios de comunicación la perciben de una mal manera.

Según Olson & Barnes se considera Se refiere el tiempo que la familia pasa viendo televisión, si los programas son los adecuados para su familia, el cine y los periódicos actuales son de la calidad que se espera

**Comentario:**

La capacidad que se puede tener para elegir que medios de comunicación ver y saber medir la calidad de los contenidos ya que el medio de comunicación influye en el comportamiento de los individuos.

Con respecto al sexto objetivo específico, sobre determinar el nivel de Religión en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Estatal del distrito de La Victoria, se obtiene que el 34,07% es considerado la categoría “Tendencia a Baja Calidad de Vida” lo cual esto

indica que hay un bajo nivel en los estudiantes con respecto a sus creencias y estilos de vida religiosa en la familia mientras que un 4,1% es considerado en la categoría "Calidad de Vida Optima", lo cual un mínimo porcentaje de estudiantes llevan un estilo de religión optima en familia.

Según Olson & Barnes se considera a este nivel a religión que sigue su familia y su barrio, los estilos de vida que tienen por esta religión

### **Comentario:**

Hay que brindarles tiempo a nuestras creencias que es esencia de cada persona como brindarle tiempo a dios, o el tipo de religión que lleva con la familia, las asistencias a misas, la práctica de religión que tienen, los estilos de vida según su religión

Con respecto al séptimo objetivo específico, sobre determinar el nivel de Salud en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Estatal del distrito de La Victoria, se obtiene que el 46,9% es considerado la categoría "Tendencia a Baja Calidad de Vida" lo cual esto indica que hay un bajo nivel en los estudiantes con respecto a su integridad física o mental de su familia o entorno 10,02% es considerado en la categoría "Calidad de Vida Optima", lo cual un mínimo porcentaje de estudiantes perciben que llevan un buen estado físico y mental.

Según los porcentajes mencionados en el séptimo objetivo, se procede a comparar los resultados con la investigación de Suárez (2013) calidad de vida y funcionamiento familiar en adolescentes con depresión en centros de salud pública - Santiago En la dimensión Bienestar Físico, ante la pregunta ¿Cómo dirías que es tu salud? 50% (n=20) de los adolescentes indicó que mala o regular y 10% (n=4) que era muy buena o excelente. 62,5% (n=25) de la muestra expresa que ha estado activo físicamente, nada o un poco y 15% mucho o muchísimo. 57,5% (n=23) percibe que era nada o poco capaz de correr sin dificultad y 17,5% (n=7) mucho o muchísimo. 55% (n=22) respondió que nada o un poco, ante la pregunta ¿Te has sentido bien y en buen estado físico? y 15% (n=6) indicó que mucho y muchísimo. 37,5% (n=15) expresa que nunca o casi nunca se sienten llenos de energía

y 22,5% (n=9) casi siempre o siempre. La media obtenida en esta dimensión es 33,31 (DE =10,44). Esta dimensión obtiene una de las puntuaciones más bajas de este estudio

Según Olson & Barnes se considera La salud física y psicológica de todos los miembros de la familia.

**Comentario:**

Se debe tener en cuenta que la salud en todos los aspectos es importante tanto mental como física.

#### 4.4. Conclusiones

- ✓ El nivel de Calidad de Vida que predomina en los estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Estatal del distrito de La Victoria, se encuentra en la categoría “Mala calidad de vida”.
- ✓ El nivel de calidad de vida de hogar y bienestar económico en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Estatal del distrito de La Victoria, se encuentra en la categoría “Tendencia a baja calidad de vida”.
- ✓ El nivel de calidad de vida de amigos, vecindario y comunidad en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Estatal del distrito de La Victoria, se encuentra en la categoría “Tendencia a baja calidad de vida”
- ✓ El nivel de calidad de vida de vida familiar y familia extensa en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Estatal del distrito de La Victoria, se encuentra en la categoría “Calidad de vida óptima”
- ✓ El nivel de calidad de vida de educación y ocio en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Estatal del distrito de La Victoria, se encuentra en la categoría “Tendencia a baja calidad de vida”
- ✓ El nivel de calidad de vida según de medios de comunicación en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Estatal del distrito de La Victoria, se encuentra en la categoría “Tendencia calidad de vida buena”

- ✓ El nivel de calidad de vida de religión en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Estatal del distrito de La Victoria, se encuentra en la categoría “Tendencia a baja calidad de vida”
  
- ✓ El nivel de calidad de vida según su dimensión Salud en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Estatal del distrito de La Victoria, se encuentra en la categoría “Tendencia a baja calidad de vida”

#### **4.5. Recomendaciones**

- ✓ Se recomienda utilizar el instrumento de evaluación de manera individual a los estudiantes acompañado de una entrevista para reafirmar en qué nivel de calidad de vida en la que se encuentran.
- ✓ Se recomienda dar estrategias a los maestros para abordar el tema de calidad de vida a los estudiantes y trabajarlo de manera conjunta con los padres de familia y abordar el tema.
- ✓ Se recomienda a la institución educativa a fomentar escuelas para padres de familia y así puedan entender las necesidades de los estudiantes y poder trabajar actividades para la toma de decisiones en familia de manera adecuada.
- ✓ Se recomienda hacer un seguimiento de manera individual en los estudiantes que presentan bajo nivel de satisfacción de calidad de vida y de esta manera poder apoyarlos para su autodeterminación y desarrollo integral y su manera de ver la vida.



**CAPÍTULO V**  
**PROGRAMA DE INTERVENCIÓN**  
**“MEJORANDO MI CALIDAD DE VIDA”**

**5.1. Descripción del problema**

Con respecto a los resultados encontrados en la Investigación, sobre la calidad de vida nos refleja (67,35%) tienen Mala Calidad de Vida.

En cuanto a la Dimensión Hogar y Bienestar Económico el 65,31% de alumnos se ubica en el nivel tendencia a baja calidad de Vida esto quiere decir que se percibe malestar con respecto a lo económico porque es su medio para vivir cómodamente. En la dimensión Educación y Ocio 51,02% se ubica en el nivel Tendencia a Baja Calidad de Vida donde ellos no se encuentran en un grado de satisfacción y no valoran su tiempo libre en actividades recreativas. En la dimensión Amigos, Vecindario y Comunidad 48,98 se ubica en el nivel Tendencia a Baja Calidad de Vida donde hay desagrado con su entorno o en el lugar donde reside y la poca facilidad de hacer nuevas amistades. En la dimensión Salud 46,94 se ubica en el nivel Tendencia a Baja Calidad de Vida donde aquí se hace referencia a la salud tanto mental como física de cada uno de los miembros de la familia ya sea el bienestar general, la autoestima, satisfacción entre otras. En la dimensión Religión 34,69 se ubica en el nivel Tendencia a Mala Calidad de Vida esto nos quiere decir que tanto sus creencias como su estilo de prácticas religiosas y la Fe con Dios como familia no son las adecuadas. En la dimensión Medios de Comunicación 34,79 se ubica en el nivel Tendencia a Buena Calidad de Vida esto nos quiere decir que utilicen de manera adecuada su tiempo que pasan con los medios de comunicación ya sean a señal abierta o cerrada y por último en la dimensión Familia y Familia

Extensa 61,22 se encuentra en el nivel Calidad de Vida óptima esto nos quiere decir el grado de satisfacción que tiene en el ámbito de familia con respecto al número de hijos que tiene, y la relación que lleva el sujeto con su familia ya sea hermanos, padres.

## **5.2. Justificación del programa**

El concepto calidad de vida lo visualizan como el confort a las necesidades básicas y sociales es por ello, la importancia de llevar este programa para cambiar la percepción de los estudiantes sobre el concepto de calidad de vida, ya que es un tema que aborda todos los aspectos tanto objetivos como subjetivos

A través de este programa desarrollaremos en los estudiantes su identidad, su autorrealización y el manejo de nuevas habilidades para mejorar su calidad de vida.

Este programa es importante ya que traerá beneficios para los estudiantes del quinto grado de secundaria de la sección "D" y "F" donde se reafirmará su identidad y con el compromiso de ellos mejorar su afronte ante situaciones de malestar en el área que se encuentra en problemas. Nos permitirá formar estudiantes con adecuado rendimiento académico, reflejo de una buena formación de calidad, que le permita auto desarrollarse hasta su máximo potencial. En este sentido, la escuela tiene que asumir el desafío de ser promotora del concepto de calidad.

Este programa tiene como fin realizar talleres para abordar el tema de confort social tanto en lo subjetivo y poder intervenir a través de estrategias y soluciones

## **5.3. Objetivos:**

### **5.3.1. Objetivo General:**

Gestionar la calidad de vida en los estudiantes del quinto grado de educación secundaria a través de un programa de intervención para su beatitud tanto física como mental

### **5.3.2. Objetivos Específicos:**

- ✓ Impulsar los beneficios de la administración del dinero mediante la elaboración de planilla (Hogar y Bienestar económico)
- ✓ Impulsar los hábitos de estudios y las actividades recreativas con actividades de música. (Educación y Ocio)
- ✓ Incentivar la interacción social a través de la técnica juego de roles (Amigos y Vecindario)
- ✓ Promocionar la salud a través de la técnica video fórum (Salud)
- ✓ Potenciar la formación de fe a través de la técnica darse cuenta (Religión)
- ✓ Informar sobre la importancia de los medios de comunicación a través de la técnica imaginación emotiva (Medios de Comunicación)
- ✓ Potenciar los vínculos familiares con la actividad dar y recibir (Familia Extensa)

### **5.4. Alcance**

El presente programa está dirigido a los 49 estudiantes adolescentes del quinto grado de educación secundaria, secciones "D" y "F" entre las edades de 15 a 17 años de la Institución Educativa estatal del distrito de La Victoria.

### **5.5. Metodología**

Se ha visto por conveniente utilizar para el desarrollo de este programa de intervención, el enfoque conductual y Gestalt, ya que el enfoque conductual se basa en el condicionamiento entre la interacción con el medio ambiente, este enfoque se basa en el comportamiento observable y

Gestalt, porque que este enfoque ayuda al estudiante a crear herramientas educativas de saberes en el ámbito educativo y a desarrollar el potencial humano en ellos. El programa de intervención se dividirá en 11 sesiones con una frecuencia de 1 vez por semana, (lunes), cada sesión tendrá una duración de 1 hora y 30 minutos cronológica (90 minutos).

Las sesiones desarrollar son:

- ✓ Sesión 01: Conozco mis prioridades
- ✓ Sesión 02: El presupuesto
- ✓ Sesión 03: Haciendo música
- ✓ Sesión 04: Vamos al teatro
- ✓ Sesión 05: Interactuando con los demás
- ✓ Sesión 06: El jefe
- ✓ Sesión 07: Prevenir es mi elección
- ✓ Sesión 08: Me entreno
- ✓ Sesión 09: Mi fe
- ✓ Sesión 10: Sin medios ¡NO!
- ✓ Sesión 11: Libre elección
- ✓ Sesión 12: Mi familia y yo

## **5.6. Recursos**

### **5.6.1 Humanos**

- ✓ Psicólogo responsable del programa: Pantoja Karem Marita
- ✓ Directora de la Institución Educativa
- ✓ Docentes tutores de la Institución Educativa
- ✓ Psicólogo de la Institución Educativa

### **5.6.2 Materiales**

- ✓ Proyector, Computadora e impresora.
- ✓ Materiales de escritorio: Hojas bond, lápices, lapiceros, tijeras, borrador, sobres manila, colores y plumones.
- ✓ Copias.
- ✓ Papelógrafos.

- ✓ Cartulinas
- ✓ Equipo de sonido.
- ✓ Limpia tipo
- ✓ Ambiente adecuado amplio, limpio e iluminado.

### 5.6.3. Financieros

<b>CANTIDAD</b>	<b>MATERIALES</b>	<b>COSTO S/.</b>
1000	Hojas Bond	S/20.00
50	Lápices	S/25.00
50	Lapiceros	S/25.00
5	Tijeras	S/5.00
10	Cartulinas	S/5.00
5	Sobres manila	S/3.00
3	Limpia tipo	S/15.00
4	Plumones de pizarra	S/10.00
20	Papelógrafos	S/20.00
	Servicios de impresión y copias	S/25.00
<b>TOTAL DE PRESUPUESTO</b>		<b>S/153.00</b>

## 5.7. Cronograma de actividades

Las sesiones tendrán como fecha de inicio marzo y culminarán en Mayo.

Actividades	Marzo				Abril				Mayo			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
El presupuesto (Hogar y bienestar económico)	X											
Yo ahorro y tu (Hogar y bienestar económico)		X										
Haciendo Música (Educación y ocio)			X									
Vamos al teatro (Educación y ocio)				X								
Yo me relaciono (Amigos y vecindario)					X							
El jefe (Amigos y vecindario)						X						
Prevenir es mi elección (Salud)							X					
Me ejercito (Salud)								X				
Mi fe (Religión)									X			
Sin medios NO (Medios de comunicación)										X		
Yo decido que ver (Medios de comunicación)											X	
Mi familia y yo (Familia y familia extensa)												X

## 5.8. Desarrollo del Programa “Mejorando mi calidad de vida”

### Sesión 1: ¡Valoro mis prioridades!

Objetivo: Incentivar el valor del dinero a través de la técnica clarificación de valores.

Actividades	Objetivos	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Bienvenida	Explicar a los estudiantes lo que se desarrollará en esta sesión	Se explicará lo que se quiere trabajar en esta sesión y así mismo se les dará las pautas correspondientes	10 min	
Dinámica “Buenos días ¿cómo estas”	Estimular al estudiante a trabajar en equipo	Los estudiantes están en círculo, con las manos tomadas. Luego en el centro un estudiante esta con los ojos vendados. Los estudiantes del círculo circulan en ambos sentidos para desorientar al del centro. En un determinado momento el estudiante del centro grita: “¡Alto ahí!”. Todos paran. El estudiante vendado extiende el brazo hacia cualquier dirección. El estudiante hacia quien señaló, dice con voz simulada, intentando cambiarla o distorsionarla: “¿Buenos días, ¿cómo está?” Por la voz el estudiante vendado debe adivinar quién habló. Hasta que acierte se cambia de lugar de lo contrario seguirá el mismo	15 min	
Exposición sobre el tema: “El dinero y su importancia”	Conocer los conceptos del tema a tratar y sus grandes aportes	Se trabajará el tema “El Dinero”. Toda familia tiene la responsabilidad de proveer de lo necesario para sus propias necesidades hasta donde le sea posible. Si bien el dinero es importante para la necesidades básicas y así una buena calidad de vida en la familia Y los puntos a tratar serán:	25 min	Computadora y multimedia

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Qué es el dinero</li> <li>• Funciones del dinero</li> <li>• La importancia del dinero en la familia</li> </ul>		
Aplicación de la técnica grupal “Clarificación de Valores”	Concientizar sobre el uso de su dinero	<p>La facilitadora les brindará unas hojas estructuradas (Anexo 1) a los alumnos, seguidamente les pedirá que hagan una lista de 20 cosas que les gustaría gastar el dinero (esto les ayudará a explorar)</p> <p>Después se les pedirá que elijan 5 cosas, más importante para ellos y se les pedirá que las ordene en una escala del 1 al 5 al lado derecho de la columna (orden).</p> <p>Luego vendrán las preguntas: ¿Crees que es importante gastar el dinero en las 20 cosas que pusiste en la lista? ¿Por qué? En la segunda lista del 1 al 5 ¿crees que estas si fueron importantes en gastar el dinero? ¿Por qué? ➤ Esta escala de clarificación de valores les permitirá saber sus prioridades realmente en la vida y valorar el dinero en cosas realmente que si tendrían valor</p>	25 min	Hojas Lapiceros
Actividad de cierre: “Reflexión”	Reconocer los conceptos aprendidos	<p>Se les dará a los estudiantes, la siguiente frase: “La proporción dinero/felicidad no es lineal, cada vez vas a necesitar más para sentirte un poco mejor, hay que ser realistas, saber parar y apreciar el valor de las cosas”.</p> <p>Se les invita a reflexionar y de manera libre cada estudiante dará su opinión.</p>	10 min	Pizarra Tiza



## Sesión 2: “¡El Presupuesto!”

Objetivo: Impulsar los beneficios que tiene el presupuesto mediante la actividad realizo mi planilla personal.

Actividades	Objetivos	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Bienvenida	Dar a conocer lo importante de este taller y sus sesiones	Se dará la bienvenida a los estudiantes y se les explicará en que está basado el taller y sus sesiones y lo importante de su asistencia para su beneficio personal	10 min	Computadora y multimedia
Dinámica “Billetes y Destrezas”	Conozcan el valor del dinero a través del juego	La facilitadora colocará varios billetes sueltos en una bolsa de papel. Luego le pedirá a los estudiantes que cada uno saque un billete y hará una prueba atlética. Por ejemplo: un estudiante que saque un billete de 20 soles se parará en un pie durante 20 segundos y así sucesivamente desarrollarán los estudiantes esta dinámica	15 min	Hojas lapicero
Exposición sobre el tema: “Presupuesto Familiar”	Definir el concepto de presupuesto familiar que aportara beneficios para el desarrollo	Se les explicará las bases teóricas del presupuesto familiar que ayuda a cada familia a organizarse económicamente y contar con gastos imprevistos. La organización es imprescindible para un buen ahorro y una correcta gestión del dinero familiar.  Los puntos a tratar serán : <ul style="list-style-type: none"> <li>• Concepto de presupuesto</li> <li>• Principios básicos para la elaboración de un</li> </ul>	25 min	Computadora y multimedia

	familiar	<p>presupuesto familiar</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Desarrollo de la estructura de presupuesto, ingresos, gastos y deudas mensuales.</li> </ul>		
Realización de "Mi planilla personal"	Permitir que sean más conscientes de sus acciones	<p>Los estudiantes deben asumir la responsabilidad del gasto de su dinero para ello se comienza con un presupuesto personal, que incluirán planes reales para ganar, gastar y ahorrar.</p> <p>Los estudiantes utilizaran la siguiente planilla (Anexo 2) para practicar la preparación de sus propios presupuestos.</p> <p>Luego se les hará las preguntas.</p> <p>¿Qué harás con el dinero extra que tienes disponible una vez que hayas identificado todas las cosas en que gastarás tu dinero?</p> <p>¿Qué tendrás que hacer si no tienes suficiente dinero disponible para todas las cosas que quieres o necesitas?</p>	25 min	Fotocopias lapicero
Actividad de cierre: Conclusiones	Reconocer los conceptos aprendidos	<p>Los estudiantes formarán un círculo para realizar las preguntas que quizás quedaron inconclusas y entre todos lo analizaran y responderán.</p> <p>Se escuchará las opiniones de todos de manera democrática</p> <p>Luego podrán construir sus propias ideas de lo que han entendido y lo plasmaran en una hoja.</p>	10 min	Hojas lapicero

### Sesión 3: “¡Haciendo música!”

Objetivo: Motivar a los estudiantes a que usen su tiempo libre haciendo música.

Actividades	Objetivos	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Bienvenida	Explicar a los estudiantes lo que se desarrollará en esta sesión	La facilitadora explicará lo que se quiere trabajar en esta sesión y así mismo les dará las pautas correspondientes	10 min	Computadora y multimedia
Dinámica “Sillas musicales”	Reconocer la música a través de los movimientos corporales	Se disponen las sillas formando un círculo, con el respaldo hacia el centro. Todos los estudiantes se sitúan de pie por fuera de dicho círculo. Mientras suena la música, todos se mueven a su ritmo dando vueltas alrededor del círculo de sillas, siempre en el mismo sentido. Cuando la música deja de oírse, todos buscan una silla en la que subirse. El objetivo del grupo es que nadie toque el suelo. Si lo consigue se quita una silla y se reinicia el juego. Lógicamente, varios estudiantes pueden compartir una misma silla.	15 min	Sillas radio
Exposición sobre el tema: Uso del Tiempo	Definir el tiempo libre y	Se les expondrá a los estudiantes que el uso de su tiempo libre es para realizar actividades de su agrado que esta debe ser productiva y a la misma vez positiva para ellos: entre ellas esta: el deporte, la	25min	Computadora y multimedia

Libre“	los aspectos positivos para su desarrollo personal y social	lectura, la música, etc.  Los puntos a tratar serán: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Definición del tiempo libre</li> <li>• Adolescentes y su tiempo libre</li> <li>• Tipos de actividades</li> </ul>		
Aplicación de la actividad grupal “haciendo música”	Poner en práctica lo positivo de su tiempo libre	La facilitadora formará pequeños grupos de acuerdo al número de estudiantes.  Luego les repartirá unas hojas con su lapicero, seguidamente se les pedirá que de manera creativa creen una canción con referencia al “uso de su tiempo libre”.  Se les dará un tiempo y luego saldrán cada grupo a cantar su propia canción creadas por ellos.	25min	Hojas bond lapiceros
Actividad de cierre: Conclusiones	Recordar los conceptos aprendidos	La facilitadora formará un círculo con los estudiantes y dará las ultimas conclusiones, se formularan preguntas y se resolverán al mismo tiempo.	10 min	

#### Sesión 4: “¡Vamos al teatro!”

Objetivo: Potenciar la expresión verbal y corporal a través de la dramatización

Actividades	Objetivos	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Bienvenida	Dar a conocer el desarrollo del tema	La facilitadora explicará lo que se quiere trabajar en esta sesión, así mismo, se les dará las pautas correspondientes	10 min	Computadora y multimedia
Dinámica “congelado”	Sean creativos y los plasmen a través del juego	Un voluntario inicia una acción sin decir nada, empieza a cavar. Otro estudiante se une a él y empieza a hablar con él acerca de la jardinería. Cualquier observador grita "Congelado" en cualquier momento y golpea el hombro del actor para que abandone el escenario y luego asume la posición del actor desaparecido. A continuación, sigue desde la nueva posición en el nuevo diálogo y acciones diferentes. Se irá aumentando el número de participantes para agregarle complejidad, permitiendo las sustituciones de dos o más actores, al mismo tiempo.	15 min	
Exposición sobre el tema: “Beneficios del Teatro”	Explicar los beneficios de la práctica del teatro	Se trabajará el tema “El teatro” que es un elemento fundamental para expresarnos y socializarnos, en los adolescentes, les ayuda a tener un conocimiento más profundo de ellos mismos, de sus expectativas, pensamientos y sus acciones siendo una herramienta educativa para el desarrollo de su tiempo libre.	25min	Computadora y multimedia

		<p>Se trabajará:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Concepto del teatro</li> <li>• Beneficios del teatro</li> <li>• Expresión corporal y verbal</li> </ul>		
<p>Aplicación de la técnica “Dramatización”</p>	<p>Ejercitar la expresión verbal y corporal</p>	<p>Se les pedirá a los alumnos que se dividan en tres grupos. Luego, se les dirá que deberán preparar tres dramatizaciones sobre “Uso del tiempo libre” con las siguientes características:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Primer Grupo: sin preparación, sin organizar sus ideas, sin ponerse de acuerdo, moviéndose mucho.</li> <li>• Segundo Grupo: preparación, organizar sus ideas de manera difusa, ente pasivo.</li> <li>• Tercer Grupo: desarrollo adecuado del uso del tiempo libre denotando el beneficio de ello.</li> </ul> <p>Luego de que cada grupo realice su dramatización, se les pedirá que comenten sobre su experiencia y respondan las siguientes preguntas:</p> <p>¿Qué beneficios creen que les ha aportado la dramatización?  ¿Cómo se sintieron con las características de cada grupo?</p>	<p>25 min</p>	
<p>Actividad de cierre: Conclusiones</p>	<p>Recordar los conceptos aprendidos</p>	<p>El facilitador dará unas ultimas conclusiones del tema y les repartirá pequeños folletitos con estas conclusiones y les preguntara a los estudiantes si tienen alguna pregunta o duda</p>	<p>10 min</p>	<p>Folletos</p>

### Sesión 5: ¡Interactuando con los demás!

Objetivo: Incentivar la interacción entre los estudiantes a través de la técnica juego de roles

Actividades	Objetivos	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Bienvenida	Explicar a los estudiantes lo que se desarrollará en esta sesión	La facilitadora explicará lo que se quiere trabajar en esta sesión y así mismo les dará las pautas correspondientes	10 min	Computadora y multimedia
Dinámica “La regla del juego”	Utilicen la comunicación para interactuar entre ellos	La facilitadora les pide que formen un círculo. Un estudiante sale y los demás escogen una regla. Cuando vuelve trata de averiguar cuál es esa regla haciendo preguntas a las personas del círculo. Para comenzar, una buena regla del juego puede ser: responder a todas las preguntas como si fueras la persona de tu derecha. Otra regla podría ser: todas las mujeres mienten y todos los hombres dicen la verdad. Las reglas pueden ser difíciles o simples según la edad y experiencia de los jugadores. Pueden ser visuales (rascarse la cabeza o la nariz antes de contestar a cada pregunta) o estructurales (cada respuesta comienza con la letra siguiente del alfabeto)	15 min	

<p>Exposición sobre el tema: “Interacción Social “</p>	<p>Aprender que la interacción es importante para su desarrollo tanto personal como social</p>	<p>La facilitadora expondrá el tema la interacción se define donde los seres humanos se relacionan entre sí. Es considerada un campo de estudio, también conocido como microsociología, creado por Erving Goffman.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Concepto</li> <li>• Características de interacción social</li> <li>• Tipos</li> <li>• Las cuatro categorías de interacción social</li> </ul>	<p>25 min</p>	<p>Computadora y multimedia</p>
<p>Aplicación de la técnica “Juego de roles”</p>	<p>Hacer que interactúen y se conozcan entre ellos</p>	<p>La facilitadora explica a los estudiantes de que se trata esta técnica, tendrán que representar las “TIPOS DE INTERACCIÓN SOCIAL”</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Grupo de adultos para pasar la prueba de manejo</li> <li>▪ Peatones</li> </ul> <p>Finalmente, los estudiantes deberán comentar su experiencia y responder:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ¿Cuál es el tipo de interacción que han ejercido y con cuál de ellos sienten que se identifican?</li> </ul>	<p>25 min</p>	
<p>Actividad de cierre: “ Balance del día”</p>	<p>Incentivar a los participantes a fijar el contenido transmitido</p>	<p>La facilitadora solicita a los estudiantes a formar un círculo en el centro para que expresen lo más relevante que podrían llevar con ellos del aprendizaje adquirido en el día. Luego motivarlos que asistan a la siguiente sesión</p>	<p>15 min</p>	



## Sesión 6: ¡El jefe!

Objetivo: Identificar la conformidad social con la actividad “el diagrama de la influencia”

Actividades	Objetivos	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Bienvenida	Explicar a los estudiantes lo que se desarrollará en esta sesión	La facilitadora explicará lo que se quiere trabajar en esta sesión y así mismo les dará las pautas correspondientes	10 min	Computadora y multimedia
Dinámica “Rotando tu corazón”	Favorecer la integración para crear un ambiente de confianza entre los miembros del grupo	Se les pedirá a los estudiantes que dibujen un corazón y lo recorten, luego deberán escribir su nombre en el centro. Posteriormente, indicar a los estudiantes que se coloquen en círculo y señalar que se acercaran unos con otros y se realizarán preguntas, donde las respuestas sean SI entregaran su corazón al compañero, procurando decir NO, para evitar dar el corazón. Gana quien más corazones reciba	15 min	Tijeras Corazones de papel lápices
Exposición sobre el tema: “Conformidad social”	Aprendan la parte teórica de la sesión	La facilitadora definirá desde que nacemos intentamos encajar nuestras apetencias y tendencias en los esquemas de nuestros grupos. El ser humano de por si es un ser social que se rige a normas y leyes. En la psicología a esto se llama conformidad social, el psicólogo Arthur Janes, lo descubrió en 1932 y el norteamericano Salomón lo profundizó y lo divulgó. Los puntos a tratar serán:	25 min	Computadora y multimedia

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Definición</li> <li>• Los cuatro grados de conformidad</li> <li>• Tipos de influencia</li> </ul>		
<p>Aplicación de la técnica</p> <p>“ El diagrama de la influencia”</p>	<p>Debatir sobre los roles de liderazgo</p>	<p>La facilitadora pedirá en esta actividad que se junten en grupo de 6, luego cada participante escribirá el nombre de la “ persona más importante para el éxito del grupo” o de la “persona que tenga ideas más aceptadas” solo debe colocar una persona. Luego cada uno le entrega a la facilitadora la hoja con su nombre y el nombre de la persona que hayan elegido</p> <p>En un pizarrón se deberá realizar el diagrama de influencia para que el grupo lo conozca, una flecha saldrá de la persona que lo eligió, en dirección a la escogida. Al concluir se les piden que en una hoja respondan las siguientes preguntas: ¿Qué opinión puede dar sobre el diagrama? ¿si el conocimiento se suele dar por muy pocas personas, entonces la producción en grupo o individual? ¿por qué la mayoría de las personas no puede aportar su saber y este influya en los demás?</p>	<p>25min</p>	<p>Pizarra Hojas lápices</p>
<p>Actividad de cierre: Preguntas y respuestas</p>	<p>Que los estudiantes se vuelvan más conscientes de sus aprendizajes</p>	<p>La facilitadora les pide que hagan un circulo y luego los invita a que den su opinión qué fue lo más difícil y qué fue lo más fácil en el desarrollo del taller</p>	<p>10 min</p>	

**Sesión 7: ¡Prevenir es mi elección!**

Objetivo: Crear compromiso para la prevención de enfermedades a través de la técnica “me hago responsable”

<b>Actividades</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Desarrollo</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Recursos</b>
Bienvenida	Explicar a los estudiantes lo que se desarrollará en esta sesión	La facilitadora explicará lo que se quiere trabajar en esta sesión y así mismo les dará las pautas correspondientes	10 min	Computadora y multimedia
Dinámica “El personaje famoso”	Romper el hielo y crear un clima agradable	La facilitadora le pedirá a cada estudiante que deben elegir un personaje famoso con el que comparta su nombre. Luego delante de todo el grupo, debe imitar al personaje y el resto deberá adivinar cuál es su nombre.	15 min	
Exposición sobre el tema: “Las enfermedades “	Aprendan la parte teórica de la sesión	La facilitadora definirá el concepto de “Enfermedad” según la Organización Mundial de la Salud (OMS) esto nos hace referencia a la pérdida de la salud, que tiene como consecuencia una alteración funcional de algún órgano a cualquier nivel. Los puntos a tratar serán: <ul style="list-style-type: none"><li>• Definición y términos relacionados</li><li>• Definición de enfermo</li><li>• Componentes de las enfermedades</li><li>• Tipos de enfermedad</li></ul>	30 min	Computadora y multimedia

<p>Aplicación de la técnica</p> <p>“Me hago responsable”</p>	<p>Concienticen los estudiantes sobre la prevención</p>	<p>La facilitadora los reunirá pequeños grupos, posteriormente les repartirá una cartulina de diferente color a cada grupo.</p> <p>Luego de haberles explicado la parte teórica les pedirá que elaboren cada grupo un mensaje de prevención sobre las “enfermedades”.</p> <p>Al finalizar expondrán cada mensaje incluyendo la frase “me hago responsable” de manera que plasmen su compromiso hacia su salud mental y física acompañado de aplausos por parte de sus compañeros.</p>	<p>30min</p>	<p>Cartulinas plumones</p>
<p>Actividad de cierre: “Frasas incompletas”</p>	<p>Recoger la opinión de lo desarrollado en la sesión</p>	<p>La facilitadora pondrá papelógrafo en la pizarra donde ahí se reflejará una serie de frases incompletas, las cuales inducirán respuestas que deberán ser completadas por los estudiantes.</p>	<p>10 min</p>	<p>Papelógrafos</p>

**Sesión 8: ¡Me entreno!**

Objetivo: Incentivar la actividad física a través de la técnica Video fórum

<b>Actividades</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Desarrollo</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Recursos</b>
Bienvenida	Explicar a los estudiantes lo que se desarrollará en esta sesión	La facilitadora explicará lo que se quiere trabajar en esta sesión y así mismo les dará las pautas correspondientes	10 min	Computadora y multimedia
Dinámica “La reja eléctrica”	Fomentar el trabajo en equipo	La facilitadora formará un círculo con una cuerda y colocará al grupo adentro luego establecerá una norma, la cual consiste en que tienen que salir sin tocar la cuerda, ni el campo invisible que se encuentra entre el suelo y la cuerda. ¿Cuál es la mejor solución? Pasar por encima y si no sabes cómo hacerlo, piensa un poco, no está difícil. Con esta actividad, tendrás la oportunidad de ver y evaluar la destreza que tenga cada uno y personalmente para resolver problemas, así como su trabajo en equipo y entusiasmo por participar. Y si es el caso de tener problemas, hazles sugerencias y ayúdalos, una buena pista sería que los más grandes ayuden a transportar a los más pequeños	15 min	

<p>Exposición sobre el tema: “La actividad física “</p>	<p>Conozcan los beneficios de la actividad física</p>	<p>La facilitadora les dará a conocer que las personas que practican alguna actividad física se mantienen activos toda su vida, los mantiene en un peso saludable, y así tener perspectivas a un futuro. Los puntos que se darán a conocer serán:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Definición de actividad física</li> <li>• Que produce la actividad física</li> <li>• Porque es importante hacer actividad física</li> <li>• Como se lleva a cabo una actividad física</li> </ul>	<p>25 min</p>	<p>Computadora y multimedia</p>
<p>Aplicación de la actividad grupal “Video fórum”</p>	<p>Analicen sobre la actividad física para su bienestar personal</p>	<p>La facilitadora les presentará un video titulado “Importancia de hacer actividad física” <a href="https://www.youtube.com/watch?v=DMWa_vjkmxM">https://www.youtube.com/watch?v=DMWa_vjkmxM</a> que denotará la parte positiva de la actividad física. Luego se les pide a los alumnos que hagan un análisis de la película. Seguidamente que formen grupos de 5 donde conjuntamente responderán las siguientes preguntas: ¿Cuál es la primera impresión que te produce la película al verla? ¿Qué relación tiene con nuestra situación? Y por último desarrolla 2 conclusiones.</p>	<p>25min</p>	<p>Video audiovisual</p>
<p>Actividad de cierre: “Conclusiones”</p>	<p>Recordar los conceptos aprendidos</p>	<p>La facilitadora dará unas últimas conclusiones de la sesión resolviendo dudas en los estudiantes y motivarlos a que asistan a la siguiente sesión que será igual de interesante para su desarrollo personal</p>	<p>10 min</p>	

## Sesión 9: Mi Fe

Objetivo: Conocer la importancia de la fe a través de la técnica darse cuenta

Actividades	Objetivos	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Bienvenida	Explicar a los estudiantes lo que se desarrollará en esta sesión	La facilitadora explicará lo que se quiere trabajar en esta sesión y así mismo les dará las pautas correspondientes	10 min	Computador a y multimedia
Dinámica "A ciegas"	Que los estudiantes desarrollen la capacidad de confianza	Se le pide a los alumnos que formen grupo de dos con la finalidad de que uno de ellos sirva de guía y, a continuación se le pide a uno de ellos que tendrá los ojos vendados con un pañuelo, el cual tendrá que pasar una serie de obstáculos en el momento de avanzar. Solo será guiado por su compañero. Esto les enseñara a tener confianza entre ellos, lo mismo que hizo Dios con nosotros.	15 min	Pañoletas
Exposición sobre el tema: "La fe "	Aprendan la parte teórica de la sesión	La facilitadora les expondrá que es una certeza que se tiene sobre algo o alguien ,que no hay pruebas pero sabemos que existe : <ul style="list-style-type: none"><li>• Definición</li><li>• Clasificación de la fe</li><li>• Importancia de la fe</li></ul>	25 min	Computador a y multimedia

<p>Aplicación de la actividad grupal</p> <p>“Darse cuenta”</p>	<p>Que los estudiantes reflexionen a través de la practica</p>	<p>La facilitadora pedirá a los estudiantes que formen círculos sentados en el suelo, luego que cierren los ojos e imaginen un mundo donde nadie cree en nadie, un mundo sin confianza, donde reine el caos.</p> <p>Entonces luego les pide que abran los ojos y que comenten :</p> <p>¿Cómo se sintieron?</p> <p>¿Creen que es importante no tener fe?</p> <p>¿Se creen autosuficientes sin fe?</p> <p>Luego de responder las preguntas los estudiantes tomaran conciencia y se darán cuenta por sí mismo lo importante que es la fe en el mundo y en cada uno de nosotros</p>	<p>25 min</p>	<p>3 Hoja bond para cada uno lapiceros</p>
<p>Actividad de cierre:</p> <p>“Conclusión”</p>	<p>Incentivar a los participantes a fijar el contenido transmitido</p>	<p>La facilitadora solicita a los estudiantes a formar un círculo en el centro para que expresen lo más relevante que podrían llevar con ellos del aprendizaje adquirido en el día.</p>	<p>10 min</p>	



**Sesión 10:** Sin medios ¡NO!

Objetivo: Dar a conocer la importancia de los medios de comunicación con la imaginación emotiva

Actividades	Objetivos	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Bienvenida	Explicar a los estudiantes lo que se desarrollará en esta sesión	La facilitadora explicará lo que se quiere trabajar en esta sesión y así mismo les dará las pautas correspondientes	10 min	Computadora y multimedia
Dinámica “El crucigrama”	Desarrollen sus conocimientos a través del crucigrama	La facilitadora da una palabra que lo escribe en la pizarra, o en un papel grande pegado en una pared. Cada estudiante en orden sale y forma una palabra a partir de una letra de la palabra clave. Cada palabra tiene que describir el estado de ánimo en el que se encuentra el grupo.	15 min	Papelote plumones
Exposición sobre el tema: “Importancia de los medios de comunicación “	Mostrar lo trascendente que son los medios de comunicación	La facilitadora explicará que tan importante es esta herramienta que son los medios de comunicación para poder transmitir un mensaje. Ya sea de manera individual o colectiva  Los puntos a tratar serán:  El uso de los medios de comunicación ¿Cuál es el medio de comunicación más importante y por qué? ¿Cuál es el trabajo de los medios de comunicación?	25 min	Computadora y multimedia

<p>Aplicación de la Técnica</p> <p>“Imaginación emotiva”</p>	<p>Fomentar la importancia de los medios en comunicación en nuestra vida diaria</p>	<p>La facilitadora le pedirá que imaginen que un día, cuando se despiertan, sus padres les informan que a partir de esa mañana desaparecieron los medios de comunicación en el país (los diarios, las revistas, la radio, la televisión e internet.)Luego les pedirá que analicen las consecuencias de esta desaparición. Debatan en grupos y luego compartan entre todos. Las preguntas que deberán debatir serán: ¿Qué creen que pasaría en el país? ¿Qué les parece que afectaría? ¿Qué medio de comunicación extrañarían más? ¿Por qué? ¿Qué pasaría con la lectura? ¿Se editarían más libros? ¿Y con la información? ¿Cómo creen que se informaría la gente? ¿Cómo se comunicaría la gente? ¿Y de qué hablaría? ¿Habría más entusiasmo? Luego la facilitadora les dirá que elaboren conclusiones sobre el lugar que tienen los medios de comunicación en la sociedad actual.</p> <p>Finalmente, escriban una nota para enviar al diario local bajo el título «Cómo cambiarían nuestras vidas si desaparecieran los medios</p>	<p>25min</p>	<p>Hojas bond lapiceros</p>
<p>Actividad de cierre: Conclusiones</p>	<p>Recordar los conceptos aprendidos</p>	<p>El facilitador dará unas últimas conclusiones de la sesión resolviendo dudas en los estudiantes y motivarlos a que asistan a la siguiente sesión que será igual de interesante para su desarrollo personal.</p>	<p>10 min</p>	

**Sesión11:** Libre elección

Objetivo: Concientizar sobre el uso de los medios de comunicación con la técnica no-verbal de control

Actividades	Objetivos	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Bienvenida	Explicar a los estudiantes lo que se desarrollará en esta sesión	La facilitadora explicará lo que se quiere trabajar en esta sesión y así mismo les dará las pautas correspondientes	10 min	Computadora y multimedia
Dinámica "Comunicación con mediador"	. Interactúen entre ellos antes de la apertura de lo teórico	La facilitadora les pide que los estudiantes se sienten en círculo, luego un estudiante es el mediador entre los demás grupos, que no se podrán comunicar entre ellos sin el mediador, los estudiantes les dirán el mensaje al mediador hacia la persona que quieran dirigirse. y así sucesivamente cada estudiantes , hasta que la facilitadora crea oportuno que ya se hayan cumplido con los objetivos de esta dinámica	15 min	
Exposición sobre el tema: "Medios de comunicación"	Dar a conocer el tema a tratar para una buena elección que medios de comunicación	La facilitadora, antes que todo empezará desde la historia de los medios de comunicación, tanto masivos como interpersonales. Explicará los fines y las características sobre ellos. Hablará tanto en su aspecto positivo como lo negativo que son los medios de comunicación para ello.	25 min	Computadora y multimedia

	existen	Los puntos a tratar serán:  Consecuencia social de la presencia de medios de comunicación		
Aplicación de la técnica:  “No-verbal de control”	Contrastar las emociones y pensamientos de una misma situación	Se les pedirá que reflexionen sobre cómo se comunican en su ambiente familiar y cómo influyen los medios de comunicación en ellos. Luego, comentarán al respecto. Seguidamente, la facilitadora colocará a un estudiante de pie en un lugar destacado en el que claramente tenga una posición dominante sobre los demás y los mismos, se sientan subordinados a él. Reflejando así el dominio de un medio de comunicación sobre la cantidad y calidad de tiempo compartido como familia. Se les pregunta:  ¿Se sintieron a gusto o a disgusto con la posición que ejercieron?  ¿Qué podrían realizar para mejorar la cantidad y calidad de tiempo de la utilización de los medios de comunicación?	25min	
Actividad de cierre:  Conclusiones	Recordar los conceptos aprendidos	La facilitadora dará unas últimas conclusiones de la sesión resolviendo dudas en los estudiantes y motivarlos a que asistan a la siguiente sesión que será igual de interesante para su desarrollo personal.	10 min	

## Sesión 12: ¡Mi familia y yo!

Objetivo: Potenciar el concepto familiar en los estudiantes

Actividades	Objetivos	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Bienvenida	Explicar a los estudiantes lo que se desarrollará en esta sesión	La facilitadora explicará lo que se quiere trabajar en esta sesión y así mismo les dará las pautas correspondientes	10 min	Computadora y multimedia
Dinámica "El grito de los animales"	Fomentar la integración en el aula	La facilitadora preparara papelitos con los nombres de animales machos, hembras y las crías correspondientes. Por ejemplo: gallo, gallina y pollito. Una vez que tenga "la familia animal conformada" (debe haber un papelito para cada alumno) se pasará a explicar en qué consiste el juego. Y el juego consiste en que todos los alumnos se pongan en círculo y tomen de a uno un papelito que está en una bolsa. Una vez que todos tengan el papelito y estén en círculo nuevamente, a la orden la facilitadora podrán ver que animal les ha tocado, sin comentar a nadie. Luego la facilitadora da una narración, el docente dirá que el aula es el zoológico y todos debemos unirnos como sucedió en la historia. Para ello, los alumnos deberán hacer el sonido y los gestos del animal que les ha tocado hasta encontrarse con su familia, cuando la facilitadora diga ¡¡a encontrarse con su familia ya!!	15 min	Papelitos con nombres de animales bolsa

<p>Exposición sobre el tema: "La familia "</p>	<p>Aprendan la parte teórica de la sesión</p>	<p>La facilitadora les expondrá qué es un grupo de personas unidas ya sea por filiación o de pareja. Considerada también la base fundamental de la sociedad aquí se tratarán los siguientes puntos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Definición</li> <li>• Tipos de familia</li> <li>• Rol de cada miembro de la familia</li> </ul>	<p>25 min</p>	<p>Computadora y multimedia</p>
<p>Aplicación de la actividad grupal "Bombardeo intenso"</p>	<p>Vivenciar los problemas relacionados con dar y recibir afectos en el entorno familiar</p>	<p>Se inicia comentando sobre cómo para la mayoría de personas se les dificulta dar como recibir afecto, se les pide a los adolescentes que piensen en el rol de cada miembro de su familia y su manera de vincularse.</p> <p>Seguidamente, se les pide que coloquen en un círculo y elijan a una persona que será el foco de atención, al cual le dirán todos los sentimientos positivos que sienten por esa persona, mirándolos a los ojos, cara a cara, dar la mano. Se repetirá la acción cuantas veces sea necesario. Luego, se realizará un intercambio de comentarios sobre lo vivenciado y responderán a la siguiente preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ¿Te sentiste satisfecho con el rol que cumples en tu familia?</li> <li>▪ ¿Crees que el rol que cumples es importante?</li> </ul>	<p>25 min</p>	<p>3 Hoja bond para cada uno lapiceros</p>
<p>Actividad de cierre: "Conclusión"</p>	<p>Incentivar a los participantes a fijar el contenido transmitido</p>	<p>La facilitadora solicita a los estudiantes a formar un círculo en el centro para que expresen lo más relevante que podrían llevar con ellos del aprendizaje adquirido en el día.</p>	<p>10 min</p>	

## REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Alba, L. H. (2009). Salud de la adolescencia en Colombia: Bases para una medicina de prevención. *Univ. Méd. Bogotá*, 51(1), 29-42.
- Aroca, C. Gil, M. Carolina. El papel del juego en el aprendizaje de los roles de género. <http://correo.puj.edu.com>
- Cardona, R (2018). La resolución de conflictos en los Centros Educativos. (Tesis de Maestría). Universidad Pedagógica Nacional Francisco Morazán, Tegucigalpa. Recuperado de: <file:///C:/Users/crish/Downloads/la-resolucion-de-conflictos-cristhian.pdf>
- Casas, F., M.R. Buxarrais, Figuer, C., González, M., Tey, A., Noguera, E., & Rodríguez, J. M. (2004). Los valores y su influencia en la satisfacción vital de los adolescentes 239 entre los 12 y los 16 años: estudio de algunos correlatos. *Apuntes de Psicología*, 22(1), 3-23.
- Consiglio E, Belloso W. Nuevos indicadores clínicos La calidad de vida relacionada con la salud. *Medicina (Buenos Aires)* [en línea] 2003 marzo abril. 63(2). Disponible en: [http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0025-76802003000200014](http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0025-76802003000200014)
- Corrales, A. (2009). El deporte como elemento educativo indispensable en el área de educación física. *Revista digital de educación física. EMASF No. 4* Cruz, F. Conferencia "Diagnóstico de las NECESIDADES en ADOLESCENTES
- Cova, F. (2004). Diferencias de género en bienestar y malestar emocional: Evidencias contradictorias. *Terapia Psicológica*, 22(2), (pp. 165-169)
- Cummins, R. A., y Cahill, J. (2000). Avances en la comprensión de la calidad de vida subjetiva. *Intervención Psicosocial*, 9, 2, 185-198.
- Chávez, A. (2006). Bienestar psicológico y su influencia en el rendimiento académico de estudiantes del nivel medio superior. (Tesis de maestría). Facultad de Psicología, Universidad de Colima, Colombia.

- Díaz, C. I.B. (2008). Determinantes psicológicos de la calidad de vida. Tesis Doctoral, La Habana Cuba. Universidad de la Habana. Recuperado el diciembre 2011 en [tesis.repo.sld.cu/182/1/Ileana\\_Diaz\\_.pdf](http://tesis.repo.sld.cu/182/1/Ileana_Diaz_.pdf)
- Días, P.C., Bastos, A.S., Marzo, J.C. y García, J.A. (2015). Bienestar, calidad de vida y regulación afectiva en adolescentes portugueses. *Atención Primaria*, 19(5), 432-439. doi: 10.1016/j.aprim.2015.09.005
- Domínguez, L- CONFERENCIA INTRODUCTORIA TEMA IV - El Sistema de Comunicación en las etapas de la adolescencia y la juventud: Relaciones con los Adultos. Enero 2003.
- Echeburúa, E.; Corral, P. y Amor, P. (2001). Estrategias de afrontamiento ante los sentimientos de culpa. Análisis y modificación de conducta. Vol. 27, No. 116. Departamento de personalidad, evaluación y tratamientos psicológicos, facultad de psicología. Universidad del país de Vasco. Recuperado de <http://www.ehu.es/echeburua/pdfs/3-estrafrota.pdf>.
- Fernández J., Gonzáles, M. Sáiz P., Gutiérrez, E. & Bobes J. (1999). Calidad de vida y severidad de la adicción en heroinómanos en mantenimiento prolongado con Metadona. *Adicciones*, 11, 1, 43-52.
- Galli, D. (2007). Autopercepción de calidad de vida: un estudio comparativo. Argentina. Consultado el 06 de abril de 2013 de: <http://www.palermo.edu/cienciassociales/publicaciones/pdf/Psico6/6Psico%2007.Pdf>
- Guillen J., Castro J., García F. & Guillén M. (1997). Calidad de vida, salud y ejercicio físico. Madrid: Dossier
- Gómez, M., y Verdugo, A. (s/f). Cuestionario de Evaluación de la Calidad de Vida de Alumnos Adolescentes. Manual de Aplicación. Madrid: Editorial Cepe, S.L
- Grimaldo, M. (2012). Calidad de vida en estudiantes de secundaria de la ciudad de Lima. *Avances en psicología*. 20 (1), 89-101.
- Golombok, S. (2006). Modelos de familia ¿Qué es lo que de verdad cuenta? Editorial Grao



- Gutierrez, L. (2013). Propiedades psicométricas de la escala de calidad de vida en adolescentes del centro poblado Cartavio. (Tesis para optar el Título de Licenciado en Psicología). Universidad César Vallejo. Perú
- Higueta, L. F. y Cardona, J. A. (2015). Concepto de calidad de vida en la adolescencia: una revisión crítica de la literatura. *Revista CES Psicología*, 8(1), 155-168
- Lega, L. (1993). Como aplicar algunas reglas básicas del método científico al cambio de las ideas irracionales sobre uno mismo, otras personas y la vida en general. *Psicología conductual*, Vol. 1, No. 1 páginas 101-110. Recuperada de <http://www.behavioralpsycho.com/PDFespanol/1993/num1/Como%20aplicar%20algunas.pdf>
- Martínez, M., Buelga, S. y Cava, J. (2007) La Satisfacción con la vida en la adolescencia y su relación con la autoestima y el ajuste escolar. *Anuario de Psicología*. Vol. 38. Nº2. Facultad de Psicología. España. Universidad de Barcelona. pp. 293-303
- Ministerio de Salud de Chile e Instituto Nacional de Estadísticas (2000). Primera Encuesta Nacional de Calidad de vida y Salud. [En línea]. Extraído el 2 de marzo de 2008 de: [http://64.233.169.104/search?q=cache:tUn\\_HwEyhUQJ:www.paho.org/Spanish/HPP/X.Aguilera.ppt+calidad+de+vida+nivel+socioecon%C3%B3mico+bajo&hl=es&ct=clnk&cd=4&gl=pe](http://64.233.169.104/search?q=cache:tUn_HwEyhUQJ:www.paho.org/Spanish/HPP/X.Aguilera.ppt+calidad+de+vida+nivel+socioecon%C3%B3mico+bajo&hl=es&ct=clnk&cd=4&gl=pe).
- Muntaner, J.J. (2013). Calidad de vida en la escuela inclusiva. *Revista Iberoamericana de Educación*, 63, 35-49.
- Oblitas, L. (2010). *Psicología de la salud y calidad de vida*. (3º ed.). México: Cercage Learning Editores.
- Olson D., & Barnes, H. (1982). *Calidad de Vida*. (paper) Rajmil, L., Estrada, M., Herdman, M., Serra-Sutton, V. & Alonso J. (2001).

- Pedersen, D. (2003). Estigma y exclusión social en las enfermedades mentales. *Acta psiquiátrica y psicológica de América Latina*, 55(1).
- Rajmil, L., Estrada, M., Herdman, M., Serra-Sutton, V. & Alonso J. (2001). Calidad de Vida Relacionada con la Salud en la infancia y adolescencia: Revisión de la bibliografía y de los instrumentos adaptados en España. *Gaceta Sanitaria*; 15 (4), 34-43.
- Rico, C. & Guinguis, H. (2014). Reflexiones y conceptos sobre el tiempo libre, el ocio y la recreación. Recuperado de: [www.funlibre.org](http://www.funlibre.org)
- Ritzer. (2007). Sociedad. En *Interacción Social* (pág. 315). España: MC GRAM.
- Rodríguez M, Molina J, Jiménez C, Pinzón T. calidad de Vida y actividad física en estudiantes, docentes y administrativos de una universidad de Bogotá. *Cuadernos hispanoamericanos de psicología*. Universidad El Bosque; Bogotá, 2011; 11(1) pag.19-37. En: [http://www.uelbosque.edu.co/sites/default/files/publicaciones/revistas/cuadernos\\_hispanoamericanos\\_psicologia/volumen11\\_numero1/articulo\\_2.pdf](http://www.uelbosque.edu.co/sites/default/files/publicaciones/revistas/cuadernos_hispanoamericanos_psicologia/volumen11_numero1/articulo_2.pdf)
- Rosas, G. (1998). Psicología Comunitaria, Ciudad y Calidad de Vida. *Revista de Psicología de la Universidad de Chile*, II, 69-87.
- Salas, C. y Garzón, M. (2013). La noción de calidad de vida y su medición. *Salud pública*. 4 (1), 36-46.
- Sánchez, D. (2014). Ciudades del Perú con mejor calidad de vida. Recuperado el 9 de octubre de 2015 <http://www.rankia.pe/blog/mejores-opiniones-peru/2465460-ciudades-Peru-mejor-calidad-vida>
- Saupe R, Nietche E, Cestar E, Giorgi M; Krah M. Calidad de vida de los estudiantes de enfermería. *Rev. latino Americana de enfermería* [en línea] 2004; 12(4). Disponible en: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0104-11692004000400009](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692004000400009)
- Schwartzmann, L. (2003). Calidad de Vida Relacionada con la Salud: Aspectos

conceptuales. Rev Ciencia y enfermería, 2003; IX (2), 9-21.

Steptoe y Wardle. 1996. Citado de Reig Ferrer, A. y col. 2002. La calidad de vida y el estado de salud de los estudiantes universitarios. España. Universidad de Alicante

Urzúa, A. y Mercado, G. (2008). La evaluación de la calidad de vida de los y las adolescentes a través del KIDDO-KINDL. Rev. Terapia psicológica; 26, (1), 133- 141.

## **ANEXOS**

## Anexo N° 1

### Matriz de consistencia

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	OBJETIVOS	METODOLOGÍA
<b>PROBLEMA GENERAL</b> ¿Cuáles son los niveles de calidad de vida que presentan los estudiantes del quinto grado de secundaria de la institución educativa estatal del distrito de La Victoria?	<b>OBJETIVO GENERAL</b> Determinar los niveles de calidad de vida que presentan los estudiantes del quinto grado de secundaria de la institución educativa estatal del distrito de La Victoria	<b>POBLACIÓN:</b> La población de estudio está conformada por los 49 estudiantes adolescentes del quinto grado de educación secundaria, secciones "D" y "F" de la Institución Educativa estatal del distrito de La Victoria
<b>PROBLEMAS ESPECÍFICOS</b> ✓ ¿Cuál es el nivel de hogar y bienestar económico de los estudiantes del quinto grado de secundaria de la institución educativa estatal del distrito de La Victoria? ✓ ¿Cuál es el nivel de amigos, vecindario y comunidad de los estudiantes del quinto grado de secundaria de la institución educativa estatal del distrito de La Victoria? ✓ ¿Cuál es el nivel de vida familiar y familia extensa de los estudiantes del quinto grado de secundaria de la institución educativa estatal del distrito de La Victoria? ✓ ¿Cuál es el nivel de educación y ocio de los estudiantes del quinto grado de secundaria de la institución educativa estatal del distrito de La Victoria? ✓ ¿Cuál es el nivel de medios de comunicación de los estudiantes del quinto grado de secundaria de la institución educativa estatal del distrito de La Victoria? ✓ ¿Cuál es el nivel de religión de los profesionales egresados de estudiantes del quinto grado de secundaria de la institución educativa estatal del distrito de La Victoria? ✓ ¿Cuál es el nivel de salud de los estudiantes del quinto grado de secundaria de la institución educativa estatal del distrito de La Victoria?	<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS</b> ✓ Determinar el nivel de hogar y bienestar económico de los estudiantes del quinto grado de secundaria de la institución educativa estatal del distrito de La Victoria. ✓ Determinar el nivel de amigos, vecindario y comunidad de los estudiantes del quinto grado de secundaria de la institución educativa estatal del distrito de La Victoria ✓ Determinar el nivel de vida familiar y familia extensa de los estudiantes del quinto grado de secundaria de la institución educativa estatal del distrito de La Victoria ✓ Determinar el nivel de educación y ocio de los estudiantes del quinto grado de secundaria de la institución educativa estatal del distrito de La Victoria. ✓ Determinar el nivel de medios de comunicación de los estudiantes del quinto grado de secundaria de la institución educativa estatal del distrito de La Victoria. ✓ Determinar el nivel de religión de los estudiantes del quinto grado de secundaria de la institución educativa estatal del distrito de La Victoria. ✓ Determinar el nivel de salud de los estudiantes del quinto grado de secundaria de la institución educativa estatal del distrito de La Victoria	<b>MUESTRA:</b> 49 estudiantes. <b>TÉCNICA DE SELECCIÓN DE LA MUESTRA:</b> No probabilístico <b>TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACION:</b> Es una investigación de tipo descriptiva- transversal, de nivel aplicativo y no Experimental. <b>VARIABLE DE ESTUDIO:</b> Calidad de Vida.

## ANEXO 2

### Carta de presentación



# Universidad Inca Garcilaso de la Vega

Nuevos Tiempos. Nuevas Ideas

Facultad de Psicología y Trabajo Social

E. PEDRO A. LABARTHE	
TRAMITE DOCUMENTARIO	
N°REGISTRO:	5673
FECHA:	HORA: 4:30
FIRMA:	<i>[Firma]</i>

17 SET. 2018

Lima, 13 de setiembre del 2018

Carta N° 2179-2018-DFPTS

Licenciada

MARINA MEJIA MOLINA

DIRECTORA

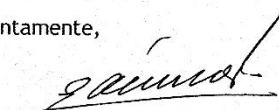

I.E. EMBLEMATICA 1120 PEDRO ALBERTO LABARTHE EFFIO

Presente.-

Luego de recibir mis saludos y muestras de respeto, presento a la señorita **Karem Marita PANTOJA GUEVARA** estudiante de la Carrera Profesional de Psicología de nuestra Facultad, identificada con código 44983004 quien desea realizar una muestra representativa de investigación en la Institución que usted dirige; para poder así optar el Título Profesional de Licenciada en Psicología, bajo la Modalidad de Suficiencia Profesional.

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

Atentamente,

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

RGS/hzv  
Id. 956613

### ANEXO 3 Escala de Calidad de Vida de Olson y Barnes

Nombre:.....Fecha:.....  
 Edad:.....Grado y Sección:..... Centro Educativo:.....

A continuación se presentan oraciones referidas a diferentes aspectos de tu vida. Lee cada una de ellas y marca la alternativa que consideres conveniente. Recuerda que no hay respuestas correctas, ni incorrectas.

Que tan satisfecho estas con:	ESCALA DE RESPUESTAS				
	1 Satisfecho	2 Un poco satisfecho	3 Más o menos Satisfecho	4 Bastante Satisfecho	5 Completamente Satisfecho
<b>HOGAR Y BIENESTAR ECONOMICO</b>					
1.Tus actuales condiciones de vivienda					
2.Tus responsabilidades en la casa					
3.La capacidad de tu familia para satisfacer tus necesidades básicas					
4. La capacidad de tu familia para darte lujos					
5.La cantidad de dinero que tienes que gastar					

Que tan satisfecho estas con:	ESCALA DE RESPUESTAS				
	1 Satisfecho	2 Un poco satisfecho	3 Más o menos Satisfecho	4 Bastante Satisfecho	5 Completamente Satisfecho
<b>AMIGOS , VECINDARIO Y COMUNIDAD</b> 6. Tus amigos					
7. Las facilidades para hacer compras en tu comunidad					
8. La seguridad en tu comunidad					
9. Facilidades para la recreación(parque , campos de juegos, etc.)					
5.La cantidad de dinero que tienes que gastar					
<b>VIDA FAMILIAR Y FAMILIA EXTENSA</b> 10. Tu familia					
11. Tus hermanos					
12. El número de hijos en tu familia					
13. Tu relación con tus parientes (abuelos, tíos, primos)					

Que tan satisfecho estas con:	ESCALA DE RESPUESTAS				
	1 Satisfecho	2 Un poco satisfecho	3 Más o menos Satisfecho	4 Bastante Satisfecho	5 Completamente Satisfecho



<b>EDUCACIÓN Y OCIO</b>					
14. Tu actual situación escolar					
15. El tiempo libre					
16. La forma como usas tu tiempo libre					
<b>MEDIOS DE COMUNICACIÓN</b>					
17. La cantidad de tiempo que los miembros de tu familia pasan viendo televisión					
18. Calidad de los programas de televisión					
19. Calidad de cine					
20. Calidad de periódicos y revistas					

<b>Que tan satisfecho estas con:</b>	<b>ESCALA DE RESPUESTAS</b>				
	1 Satisfecho	2 Un poco satisfecho	3 Más o menos Satisfecho	4 Bastante Satisfecho	5 Completamente Satisfecho
<b>RELIGIÓN</b> 21. La vida religiosa de tu familia					
22. La vida religiosa de tu comunidad					

<b>SALUD</b>					
23. Tu Propia salud					
24. La salud de otros miembros de la familia					

**PUNTAJE DIRECTO**.....

**PERCENTIL** .....

## Anexo N° 4

### Puntajes totales de la escala de calidad de vida

Puntaje Directo	Puntaje T Estandarizado Muestra total	Puntajes T Varones	Puntajes T Mujeres	Puntajes T Nivel Socio Económico Medio	Puntajes T Nivel Socio Económico Bajo
42	21	23	23	23	23
43	21	23	23	23	23
44	21	23	23	23	23
45	23	23	23	23	25
46	23	23	23	23	25
47	23	23	23	23	25
48	23	23	23	23	25
49	23	23	23	23	25
50	24	26	23	23	25
51	24	26	23	23	25
52	26	27	25	23	28
53	26	27	25	23	28
54	26	27	25	23	28
55	27	28	27	23	30
56	29	28	30	23	32
57	30	28	30	23	32
58	30	28	30	23	32
59	30	29	31	23	33
60	32	31	32	23	35
61	32	31	32	23	35
62	32	31	32	23	35
63	33	32	33	23	36
64	33	33	34	25	36
65	34	33	34	25	37
66	34	33	35	25	37
67	35	34	36	25	39
68	35	35	36	25	39
69	36	36	36	27	39
70	37	37	37	30	40
71	37	37	37	31	41
72	38	38	38	31	42
73	39	38	39	32	42
74	39	39	39	33	43
75	39	39	39	33	43
76	40	40	40	34	43
77	41	41	41	35	45
78	42	42	41	36	45
79	42	42	42	36	46

---

80	43	43	43	37	47
81	44	43	44	38	48
82	45	44	45	39	48
83	45	45	45	41	49
84	46	45	46	41	50
85	46	46	47	42	50
86	47	46	48	43	51
87	48	47	49	44	52
88	49	48	50	45	53
89	50	49	51	46	54
90	50	49	51	47	54
91	51	50	52	47	55
92	52	51	53	48	56
93	53	52	53	49	56
94	54	53	54	51	57
95	55	54	55	52	58
96	56	55	56	53	59
97	57	56	57	54	60
98	58	57	59	55	61
99	59	57	60	56	62
100	59	58	61	57	62
101	60	59	62	58	63
102	61	60	62	59	64
103	62	61	63	60	64
104	63	61	64	61	64
405	63	62	65	62	65
106	64	63	66	63	66
107	66	63	69	64	68
108	67	64	70	65	68
109	67	64	72	66	69
110	69	66	73	67	70
111	70	67	73	68	71
112	70	68	73	69	72
113	72	70	73	70	73
114	72	71	73	71	73
115	73	73	73	72	75
116	75	77	73	73	77
117	76	87	73	73	87
118	76	87	73	73	87
119	77	87	75	75	87
120	77	87	75	75	87
121	87	87	87	87	87

## Anexo N° 5

### Puntajes para las dimensiones calidad de vida

Puntajes para el factor N° 1 Bienestar económico

Puntajes Directos	Puntajes estandarizados normalizados
4	21
5	25
6	28
7	32
8	34
9	37
10	39
11	41
12	44
13	47
14	50
15	53
16	56
17	60
18	63
19	67
20	87

Puntajes del factor N° 2 Amigos vecindario y comunidad

Puntajes Directos	Puntajes estandarizados normalizados
4	21
5	23
6	25
7	28
8	31
9	35
10	38
11	40
12	44
13	47
14	50
15	54
16	57
17	61
18	65
19	70
20	87

Puntajes del Factor 3 vida familiar y familia extesa

Puntajes Directos	Puntajes estandarizados normalizados
3	21
4	23
5	28
6	32
7	35
8	37
9	40
10	44
11	47
12	51
13	55
14	61
15	87

Puntajes del Factor 4 Educación y ocio

Puntajes Directos	Puntajes estandarizados normalizados
3	23
4	27
5	31
6	35
7	37
8	42
9	46
10	50
11	54
12	58
13	63
14	68
15	87

Puntajes del factor 5 medios de comunicación

Puntajes Directos	Puntajes estandarizados normalizados
3	29
4	30
5	32
6	37
7	42
8	45
9	49
10	53
11	57
12	60
13	64
14	67
15	67

Puntajes del factor 6 religión

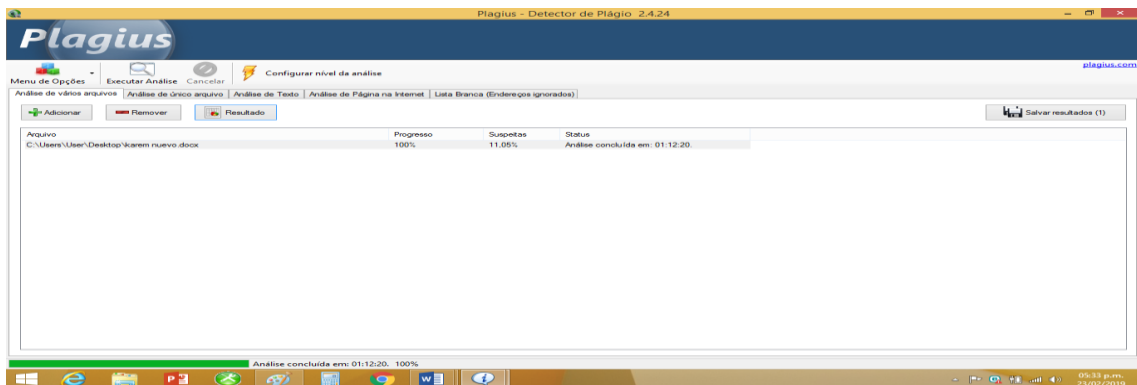
Puntajes Directos	Puntajes estandarizados normalizados
2	29
3	32
4	36
5	42
6	48
7	53
8	60
9	66
10	87

Puntajes del factor 7 salud

Puntajes Directos	Puntajes estandarizados normalizados
2	24
3	27
4	33
5	38
6	44
7	50
8	56
9	64
10	87

# Anexo N° 6

## Resultados del antiplagio



### Resultado del análisis

Archivo: **karem** nuevo.docx

#### Estadísticas

**Sospechosas en Internet: 11,05%**  
Porcentaje del texto con expresiones en internet

**Sospechas confirmadas: 19,69%**  
Confirmada existencia de los textos en las direcciones encontradas

**Texto analizado: 71,74%**  
Porcentaje del texto analizado efectivamente (no se analizan las frases cortas, caracteres especiales, texto rojo)

**Éxito del análisis: 100%**  
Porcentaje de éxito de la investigación, indica la calidad del análisis, cuanto más alto mejor

#### Direcciones más relevantes encontradas:

Endereço (URL)	Ocorrências	Semelhança
<a href="https://www.recursoseautocuidado.com/dinamicas-grupales-para-juvenes">https://www.recursoseautocuidado.com/dinamicas-grupales-para-juvenes</a>	17	-
<a href="http://buscarampleo.republica.com/formacion/el-grupo-de-los-animales.html">http://buscarampleo.republica.com/formacion/el-grupo-de-los-animales.html</a>	13	-
<a href="http://dinamicasgrupales.blogspot.com/2008/06/juegos-de-atencion-interaccion-y.html">http://dinamicasgrupales.blogspot.com/2008/06/juegos-de-atencion-interaccion-y.html</a>	10	-
<a href="https://www.academia.edu/14147105/Calidad_de_vida_en_estudiantes_de_universidad_particular_de_Lima">https://www.academia.edu/14147105/Calidad_de_vida_en_estudiantes_de_universidad_particular_de_Lima</a>	9	-
<a href="https://www.researchgate.net/publication/277268839_Adaptacion_de_la_escala_de_calidad_de_vida_de_olson_barnes_para_profesionales_de_la_salud">https://www.researchgate.net/publication/277268839_Adaptacion_de_la_escala_de_calidad_de_vida_de_olson_barnes_para_profesionales_de_la_salud</a>	8	-
<a href="http://www.unife.edu.pe/pub/revpsicologia/avances2012/mariagrimaldo.pdf">http://www.unife.edu.pe/pub/revpsicologia/avances2012/mariagrimaldo.pdf</a>	8	-
<a href="https://www.slideshare.net/WalterChamba1/segundo-de-bachillerato-lectura-critica">https://www.slideshare.net/WalterChamba1/segundo-de-bachillerato-lectura-critica</a>	7	-
<a href="https://cdn.educ.ar/Dinamico/Usidad/Html/obtenerSite?rec_id=91838">https://cdn.educ.ar/Dinamico/Usidad/Html/obtenerSite?rec_id=91838</a>	7	-
<a href="https://es.scribd.com/doc/309624506/Escala-de-Calidad-de-Vida-de-Olson-Barnes-OK-1">https://es.scribd.com/doc/309624506/Escala-de-Calidad-de-Vida-de-Olson-Barnes-OK-1</a>	7	-
<a href="http://repositorio.uigrv.edu.pe/bitstream/tundiv/e/20_500_11818/2218/TRAB_SUF_RPOF_5_heyta%20Vanessa%20Velarde%20Sara.pdf?sequence=2">http://repositorio.uigrv.edu.pe/bitstream/tundiv/e/20_500_11818/2218/TRAB_SUF_RPOF_5_heyta%20Vanessa%20Velarde%20Sara.pdf?sequence=2</a>	7	-

#### Expresiones con más ocurrencias

Expresiones	Ocorrências	Nro. Pesquisas
cuerda, ni el campo invisible que se encuentra entre el suelo y	21	1
los beneficios de la actividad física	20	10
disponen las sillas formando un círculo, con el respaldo hacia el centro	18	1
de las ideas irracionales sobre uno mismo, otras personas y la vida en	17	2
Según Olson & Barnes se considera Se considera la relación del individuo con su familia	10	1
apreciar el valor de las cosas	10	1
Según Olson & Barnes se considera La salud física y psicológica	10	1
de todos los miembros de la familia	10	1
que se presenta en la investigación	10	2
en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa	10	1



**Anexo N° 7**

Aprobación del asesor



FERNANDO RAMOS RAMOS <framos1603@

mié 27/02/2019 18:25

Bandeja de entrada

**Para:** KAREM PANTOJA GUEVARA (k...



TESIS FINAL Karem Pant...  
2 MB



Guardar en OneDrive - Personal

Buenas tardes

SU TESIS ESTA APROBADA

Mg. Fernando Ramos Ramos

El mar., 26 de feb. de 2019 a la(s) 00:54, KAREM PANTOJA GUEVARA ([karem2817@hotmail.com](mailto:karem2817@hotmail.com)) escribió.

## PROGRAMA DE INTERVENCIÓN

### ANEXO 8

Sesión 1 valoro mis prioridades Actividad: Clarificación de valores

- Escribe en los ítems las 20 cosas que te gustaría gastar el dinero. Luego califícalo por niveles

ITEMS	1	2	3	4	5

- Elige 5 cosas más importantes para ti en una escala del 1 al 5

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

- Responde las siguientes preguntas:

¿Crees que es importante gastar el dinero en las 20 cosas que pusiste en la lista? ¿Por qué?

En la segunda lista del 1 al 5 ¿crees que estas si fueron importantes en gastar el dinero? ¿Por qué?

## ANEXO 9

### Sesión 2 El presupuesto Actividad: Mi planilla personal

- Crea tu propia planilla de presupuesto diario

---

<b>INGRESOS</b>	<b>PRESUPUESTO</b>
<b>1° LUNES</b>	
<b>2°</b>	
<b>3°</b>	
<b>4°</b>	
<b>5°</b>	
<b>6°</b>	
<b>7°</b>	
<b>8°</b>	
<b>9°</b>	
<b>10°</b>	
<b>TOTAL</b>	

---

---

<b>GASTOS</b>	<b>PRESUPUESTO</b>
<b>1° PASAJES</b>	
<b>2°</b>	
<b>3°</b>	
<b>4°</b>	
<b>5°</b>	
<b>6°</b>	
<b>7°</b>	
<b>8°</b>	
<b>9°</b>	
<b>10°</b>	
<b>TOTAL</b>	

---

## ANEXO 10

- **Sesión 3 Haciendo música Actividad:** De manera creativa creen una canción con referencia al “uso del tiempo libre”

# PREPARO MI CANCIÓN



## ANEXO 11

Sesión 4 Vamos al teatro Actividad: Dramatización

- **DESPUES DE LA DRAMATIZACION CON TUS COMPAÑROS RESPONDER LAS SIGUIENTES PREGUNTAS:**



- ✓ **¿Cómo se sintieron con las características de cada grupo?**
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
- ✓ **¿Qué beneficios creen que les ha aportado la dramatización?**

## ANEXO 12

Sesión 11 Mi familia y yo Actividad: Bombardeo intenso

❖ **DESPUES DE TU EXPERIENCIA COMENTAR SOBRE:**



TALLER PARA PADRES

«NUESTRO TIEMPO EN FAMILIA»



Adaptación: Psic. Karen

✓ **¿Te sentiste satisfecho con el rol que cumples en tu familia**

✓ **¿Crees que el rol que cumples es importante?**