

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



Trabajo de Suficiencia Profesional

Estilos de pensamiento de los estudiantes del centro preuniversitario de la Universidad Inca
Garcilaso de la Vega, periodo enero-febrero 2019

Para optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología

Presentado por:

Autor: Bachiller Richard Wilmer Barbarán Pillaca

Lima – Perú

2019

Dedicatoria

Dedico este trabajo, a mis padres Elizabeth y Jesús, por ser mi mayor motivo para poder superarme cada día, a mis hermanos Fiama y Jesús. A todos mis maestros que me guiaron a llegar a la meta que me tracé.

Agradecimiento

Agradezco a Dios por permitirme llegar a cumplir una de mis metas trazadas, a mis padres que siempre me alentaron a continuar en este hermoso camino de mi profesión, a mis hermanos que fueron y serán mi inspiración, a mis grandes amigos que en todo momento me dieron energía para seguir, estoy muy agradecido con la Magister Anabel Rojas, la que me guío en todo el proceso de mi proyecto.

Presentación

Señores miembros del jurado:

En cumplimiento de las normas de la Facultad de Psicología y Trabajo Social de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega según la Directiva N°003-FPs y TS-2019, me es grato poder presentar mi trabajo de investigación titulado “Estilos de pensamientos de los estudiantes del Centro Preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, periodo enero-febrero 2019”, bajo la modalidad de TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA para obtener el título profesional de licenciatura.

Es por tal motivo que señores miembros del jurado, espero que mi tema de investigación sea de su agrado y aceptación logrando así cumplir con todas las expectativas y desarrollo del tema con el único fin de brindar un apoyo al término de este.

Atentamente.

Richard Wilmer Barbarán Pillaca

ÍNDICE

Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Presentación	iv
Índice	v
Índice de anexos	viii
Índice de tablas	ix
Índice de figuras	x
Resumen	xii
Abstract	xiii
Introducción	xiv
CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	16
1.1 Descripción de la realidad problemática	16
1.2. Formulación del problema	17
1.2.1. Problema general	17
1.2.2. Problemas específicos	17
1.3 Objetivos	18
1.3.1. Objetivo general	18
1.3.2. Objetivos específicos	18
1.4. Justificación e importancia	19
CAPÍTULO II: MARCO TEORICO CONCEPTUAL	21
2.1. Antecedentes	21
2.1.1. Antecedentes Internacionales	21

2.1.2. Antecedentes nacionales	22
2.2 Bases Teóricas	24
2.2.1. El pensamiento	24
2.2.2. Estilos de pensamiento	25
2.2.3 Teorías relacionadas al pensamiento	26
2.2.4 Dimensiones de los estilos de Pensamiento	30
2.2.5 Características de los estilos de pensamiento	31
2.3 Definiciones conceptuales	32
CAPITULO III: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN	33
3.1 Tipo de la investigación	33
3.2 Diseño de la Investigación	33
3.3 Población y Muestra	34
3.3.1. Población	34
3.3.2. Muestra	34
3.4. Identificación de la variable y su Operacionalización	35
3.5 Técnicas e instrumentos de evaluación	37
Ficha Técnica Cuestionario de ESTILOS DE PENSAMIENTO	37
CAPITULO IV: PRESENTACIÓN Y PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE RESULTADOS	39
4.1. Presentación de resultados de datos generales	39
4.2 Presentación de resultados de datos específicos	42
4.3 Procesamiento de los Resultados	47
4.4 Discusión de los Resultados	47

4.5. Conclusiones	48
4.6 Recomendaciones	49
CAPITULO V	50
PROGRAMA DE INTERVENCION	50
5.1 Descripción del problema	50
5.2 Objetivos	50
5.2.1 Objetivo General	50
5.2.1 Objetivos Específicos	51
5.3 Justificación	51
5.4 Alcance	51
5.5 Metodología	52
5.6 Recursos	52
5.6.1 Humanos	52
5.6.2 Materiales	53
5.6.3 Financieros	53
5.7 Cronograma de actividades	53
5.8 Desarrollo de sesiones	53
Referencias Bibliográficas	65
Anexos	68

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo 1. Matriz de consistencia	69
Anexo 2. Cuestionario de Estilos de Pensamiento	70
Anexo 3. Anexos del programa de intervención	72
Anexo 4. Fotografía de la muestra	93
Anexo 5. Carta de Presentación	94

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Operacionalización de la variable.	36
Tabla 2. Baremos de la Prueba	37
Tabla 3. Datos sociodemográficos de los estudiantes del centro preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, según el sexo.	39
Tabla 4. Datos sociodemográficos de los estudiantes del centro preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, según la edad.	40
Tabla 5. Datos sociodemográficos de los estudiantes del centro preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, según tiempo de permanencia.	41
Tabla 6. Nivel General de Estilos de Pensamiento de Forma en los estudiantes del centro preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega	42
Tabla 7. Nivel de Dimensión Monárquica en los estudiantes del centro preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega,	43
Tabla 8. Nivel de Dimensión Jerárquica de los alumnos de los estudiantes del centro preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega.	44
Tabla 9. Nivel de Dimensión Oligárquica de los estudiantes del centro preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega.	45
Tabla 10. Nivel de Dimensión Anárquica de los estudiantes del centro preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega.	46

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Teoría del pensamiento (Piaget, 1997)	26
Figura 2. Teoría de Vygotsky	27
Figura 3. Teoría del pensamiento de John Dewey	28
Figura 4. Teoría del Pensamiento Lógico de Edward De Bono	28
Figura 5. Teoría del Pensamiento Lateral de Edward De Bono	29
Figura 6. Teoría de Autogobierno Mental	29
Figura 7. Función de los Estilos de Pensamiento	30
Figura.8. Estilos de Pensamiento	31
Figura 9. Características de los Estilos de Pensamiento	32
Figura 10. Diseño de la Investigación	34
Figura 11. Datos sociodemográficos de los estudiantes del centro preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, según el sexo.	39
Figura 12. Datos sociodemográficos de los estudiantes del centro preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, según la edad.	40
Figura 13. Datos sociodemográficos de los estudiantes del centro preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, según tiempo de permanencia.	41
Figura 14. Nivel General de Estilos de Pensamiento de Forma en los estudiantes del centro preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega.	42
Figura 14. Nivel de Dimensión Monárquica en los estudiantes del centro preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega.	43
Figura 15. Nivel de Dimensión Jerárquica de los alumnos de los estudiantes del centro preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega.	44
Figura 16. Nivel de Dimensión Oligárquica de los estudiantes del centro preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega.	45

Figura 17. Nivel de Dimensión Anárquica de los estudiantes del centro preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega.

46

RESUMEN

La presente investigación tiene como objetivo general, determinar el nivel de los estilos de pensamiento de los estudiantes del Centro Preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, periodo enero-febrero 2019. El estudio corresponde a una investigación de tipo descriptivo con un enfoque cuantitativo. El diseño utilizado es no experimental de corte transversal.

La población del presente estudio estuvo conformada por 35 estudiantes preuniversitarios, de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega. La muestra fue de tipo censal, considerándose el total de la población que asiste al aula de clases. Para la recolección de datos se empleó de técnica la encuesta y como instrumento se aplicó el cuestionario de estilos de pensamiento de Sternberg – Wagner forma corta (1994), adaptada por Klatic, (1999).

Se establece como conclusión que el estilo de pensamiento predominantes en los estudiantes del centro Preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, es el estilo Oligárquico, Categorizado con el “Nivel Bajo”, donde el 89% de la muestra, exterioriza rasgos de este estilo; significando esto, una menor predilección por realizar múltiples tareas a la vez.

Palabras Claves: pensamiento, monárquica, jerárquica, oligárquica, anárquica.

ABSTRACT

The present investigation has like general objective, to determine the level of the styles of thought of the students of the Preuniversity Center of the Inca Garcilaso University of the Vega, period January-February 2019. The study corresponds to a descriptive investigation with a focus quantitative. The design used is non-experimental cross-sectional.

The population of the present study consisted of 35 pre-university students, from the Inca Garcilaso de la Vega University. The sample was of census type, considering the total of the population that attends the classroom. For the data collection, the survey was used as a technique and as a tool the Sternberg questionnaire of styles of thought was applied - Wagner short form (1994), adapted by Klatic, (1999).

It is established as a conclusion that the predominant style of thought in the students of the Pre-university center of the Inca Garcilaso de la Vega University is the Oligarchic style, Categorized with the "Low Level", where 89% of the sample, externalizes features of this style; meaning this, a lower predilection for multitasking at the same time.

Key words: Thought, Monarchical, Hierarchical, Oligarchical, Anarchic.

INTRODUCCIÓN

Los estilos de pensamiento fueron estudiados en diferentes partes del mundo con una población distinta para obtener información relevante sobre el estilo de pensar de las personas frente a una situación problemática, de esa manera tomar una decisión acertada que les permitiera solucionar el conflicto. Para poder hablar sobre un estilo de pensar de una persona es necesario conocer sobre los rasgos y cualidades que caracterizan al individuo.

Años atrás para poder determinar si un estudiante preuniversitario sería exitoso en su vida profesional futura sólo era necesario tener la seguridad que poseía un alto nivel de coeficiente intelectual, esta postura dejó de tener un valor significativo cuando se comprobó que no solo el (C.I) es suficiente para lograrlo, sino que se necesita de otras competencias y destrezas para alcanzar una buena autorrealización. La formación preuniversitaria tiene como propósito conceder a los educandos conocimientos, habilidades y actitudes que les permitan ingresar a una determinada carrera profesional específica.

Para explicar las diferentes particularidades de las personas, en pleno siglo XXI surgieron teorías psicológicas, como la de los estilos de pensamiento o también conocida como la teoría del “autogobierno mental”. Propuesta por Robert Sternberg, quien aclara las semejanzas por cada estilo, de esa forma conllevaría a un camino de mucho éxito en el ámbito social y profesional.

La importancia de las diferentes formas de pensar de cada uno con llevan a que cada uno pueda saber enfrentar los obstáculos de una forma más “adaptativa”, e incluso fortalecerse, puesto que se encuentra vinculado a la Metacognición, influyendo en el aprendizaje y en el trabajo en equipo, en las decisiones, la percepción acerca de las cosas, nuestra capacidad de comprensión e inclusive hasta en lo que podemos sentir. Sin embargo, no podemos atrevernos a señalar la existencia de estilos de pensamiento que sean malos o buenos; por eso el uso de la palabra “adaptativo” para referirnos algunos de ellos, dado que lo que determinara su efectividad, dependerá del contexto, y de esta forma podremos valorar si son positivos o negativos.

“La teoría del autogobierno mental”, refiere que los seres humanos tienen estilos diferentes y particulares de pensar, por lo tanto, cada individuo cuenta con una forma singular de concretar las cosas. En el caso específico de los estudiantes pre universitario de la universidad Inca Garcilaso de la Vega, el conocer su propio estilo de pensamiento les va a ayudar a elegir por la mejor opción de esa manera poder cumplir con todos los objetivos y metas trazadas.

Es por este motivo, que se ha creído conveniente realizar un estudio acerca de los estilos de pensamiento, principalmente en un contexto donde se puedan apreciar mejor estas particularidades formas de enfrentar los problemas, como lo es un recinto de estudios de un centro preuniversitario, es por esta razón que se ha tomado en consideración que este estudio se realizara en el centro preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, el periodo correspondiente enero-febrero 2019.

En tal sentido, el objetivo del presente trabajo es determinar los estilos de pensamiento en los estudiantes del centro preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega por lo cual se ha organizado el contenido en cuatro capítulos.

El Tesista

CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Descripción de la realidad problemática

En la época en la que vivimos encontramos grandes cambios globales que día a día han ido aconteciendo, en consecuencia, se ha producido muchas modificaciones en todas las esferas, especialmente en el mundo subjetivo del hombre, un mundo de cambios donde los jóvenes son los más susceptibles a estos acontecimientos acelerados. Por otro parte, en el grupo educativo hay una necesidad de seguir un continuo incremento de la calidad del servicio, sino también en el entorno académico sino también en el entorno administrativo, considerando que aun más relevante es la propia formación de los rasgos caracterológicos como la formación cognitiva de los estudiantes.

Como es en este caso en particular, nos interesa acercarnos a los estudiantes pre universitarios, dándoles un gran alcance acerca de sus estilos de pensamiento ya que esto les ayudará a sobrellevar los retos que se les imponga, ya que ellos son el futuro de nuestra sociedad y los pilares de nuestra cultura intelectual; asegurando de esta manera la colaboración y participación en el auge de nuestra región y país.

En general hablando del desarrollo cognoscitivo y afectivo conlleva a los estudiantes preuniversitarios a reflexionar acerca de su propia necesidad de autonomía, su capacidad de participación en la sociedad, el elegir la decisión correcta como en la resolución de problemas en el nivel educativo y social; es por tal motivo que queremos dar a conocer la relevancia de estos estilos de pensamiento y la manera trascendental que conllevaría a lograr su propia realización como ciudadanos con importantes contribuciones a nuestra sociedad.

Suele observarse en los estudiantes preuniversitarios un gran desconocimiento de su propio estilo de pensamiento lo que no les permitiría lograr sus metas a corto o largo plazo, en el ámbito cognitivo tanto como en el social, al no conocer su propio estilo tendrían muchas limitaciones, he aquí donde radica el problema principal al no saber las medidas correctas o las opciones que tiene cada estudiante preuniversitario para aprovechar de manera efectiva las estrategias idóneas de su propio estilo de pensamiento.

El comprender los estilos del pensamiento hace posible conocerse mejor y así saber cuan podemos lograr ser aprovechando las aptitudes que poseen. Los estudiantes preuniversitarios rendirán mejor en los sucesivos periodos del proceso educativo en la magnitud en que conozcan sus herramientas adecuadas y estas a su vez concuerden con sus propios estilos de pensamiento. Si el perfil de aquellos estilos de pensamiento no es el conveniente, entonces el rendimiento no será el más apropiado.

En la actualidad, en el dominio educativo y en el área cognitiva, el tema de estilos de pensamientos tienen una característica especial, tanto por la claridad de la propuesta de la teoría del autogobierno mental, Sternberg (1997) como por los potenciales y alcances prácticos que pueden derivarse, es por tal motivo que queremos que cada estudiante preuniversitario encuentre su estilo de pensamiento idóneo para así alcanzar su máximo potencial en los retos que se plantee, ayudándolos del mismo modo con un programa de intervención establecido y organizado de acuerdo a las necesidades que presenten los resultados obtenidos, haciendo referencia a los estilos de pensamientos.

En razón de los expuestos, es que se opta por estudiar los estilos de pensamiento de los estudiantes en etapa de preparación universitaria, ciclo muy importante para aquellos que están tratando de marcar el inicio de su proyecto de vida.

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

¿Cuál es el estilo de pensamiento predominante en los estudiantes del Centro Preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, periodo enero-febrero 2019?

1.2.2. Problemas específicos

¿Cuál es el nivel de los estilos de pensamiento, según la dimensión monárquica, de los estudiantes del Centro Preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, periodo enero-febrero 2019?

¿Cuál es el nivel de los estilos de pensamiento, según la dimensión jerárquica, de los estudiantes del Centro Preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, periodo enero-febrero 2019?

¿Cuál es el nivel de los estilos de pensamiento, según la dimensión oligárquica, de los estudiantes del Centro Preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, periodo enero-febrero 2019?

¿Cuál es el nivel de los estilos de pensamiento, según la dimensión anárquica, de los estudiantes del Centro Preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, periodo enero-febrero 2019?

1.3 Objetivos

1.3.1. Objetivo general

Determinar el estilo de pensamiento de Forma predominante en los estudiantes del Centro Preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, periodo enero-febrero 2019.

1.3.2. Objetivos específicos

Identificar el nivel de los estilos de pensamiento, según la dimensión monárquica, de los estudiantes del Centro Preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, periodo enero-febrero 2019.

Identificar el nivel de los estilos de pensamiento, según la dimensión jerárquica, de los estudiantes del Centro Preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, periodo enero-febrero 2019.

Identificar el nivel de los estilos de pensamiento, según la dimensión oligárquica, de los estudiantes del Centro Preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, periodo enero-febrero 2019.

Identificar el nivel de los estilos de pensamiento, según la dimensión anárquica, de los estudiantes del Centro Preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, periodo enero-febrero 2019.

1.4. Justificación e importancia

La importancia que tiene nuestra investigación se focaliza en reconocer los ya conocidos estilos de pensamiento que prevalecen en los estudiantes del Centro preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, así se estaría contribuyendo con un aporte más hacia la teoría propuesta por Sternberg (1997) como también el que cada estudiante conozca su estilo y pueda mejorar su desempeño académico y también lograr una mejor adaptación de las habilidades sociales, sumándoles a esto también el mejor desenvolvimiento en sus decisiones.

En razón de los referentes expuestos es que se considera que la contribución que se aporte a través de los resultados y conclusiones de esta investigación será de mucha utilidad para mejorar la táctica de enseñanza para los estudiantes preuniversitarios.

Desde un punto de vista teórico, la descripción de los estilos de pensamiento en sus dimensiones genera una fuente enriquecida de información sobre esta temática. Desprendiéndose de esto, un sustento teórico, que servirá para el desarrollo de futuros estudios realizados por otras personas.

Del mismo modo, los resultados de la investigación se contrastan con las teorías validadas por otros autores para generar nuevos conocimientos de carácter científico.

Desde el punto de vista práctico, beneficiará a todos los estudiantes del Centro preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, ya que de acuerdo a los resultados se realizará una propuesta de intervención con la finalidad de mejorar y “FORTALECER” los estilos de pensar de cada estudiante que les ayudará a tomar la mejor decisión en su vida académica.

Desde el punto de vista metodológico, las técnicas, los instrumentos utilizados y los procedimientos estadísticos en el presente estudio constituyen un aporte, puesto que, al tener validez y confiabilidad, contribuirá instrumentalmente en futuras investigaciones, permitiendo diagnosticar el estilo de pensar de otro grupo de muestras.

Además, permite acreditar a las instituciones puesto a que brinda un soporte en la evaluación de los estudiantes dándoles confianza y satisfacción al estudiar en el centro preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega.

Además, los estilos de pensamientos constituyen un constructo muy importante tanto para el estudiante como para la institución, porque al conocer su propio estilo se podría proponer estrategias de enseñanza que permitirá optimizar el desempeño académico de los estudiantes del centro preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega.

Visto desde los diferentes aspectos los estilos de pensamiento refleja la forma típica o habitual de cómo una persona resuelve los problemas, piensa, percibe y recuerda. Los estudiantes preuniversitarios sabrán reconocer cómo actuar y desenvolverse frente a un estímulo que lo lleve a tomar una decisión incorrecta. No existen estilos de pensamiento buenos ni malos, todos son correctos, solo nos resta desarrollar otras facetas de los estilos de pensamiento para ser personas más armónicas ante la vida.

Al identificar la diversidad de los estilos de pensamiento de los estudiantes del centro preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega también podemos ayudar a crear una atmósfera de experiencias para que cada estudiante enriquezca su potencial de rendimiento y motivación de esa manera favorece la comunicación y la tolerancia a la pluralidad de ideas.

CAPÍTULO II: MARCO TEORICO CONCEPTUAL

2.1. Antecedentes

Para realizar esta investigación se ha estimado mencionar los siguientes antecedentes teóricos que precede a nuestra investigación:

2.1.1. Antecedentes Internacionales

Cheng, S. y Fung, K. (2019) llevaron a cabo una investigación en China, denominada “Estilos de pensamiento y autodeterminación en estudiantes universitarios sordos o con problemas de audición”, con el fin de estudiar la correlación entre los estilos de pensamiento y la autodeterminación de la muestra de estudio. El tipo de investigación fue descriptivo correlacional. El instrumento utilizado fue The thinking styles inventory-revised II de los autores Sternberg, Wagner y Zhang, siendo la muestra conformada por 913 estudiantes. En cuanto a los Estilos de Pensamiento, los resultados evidenciaron que los estilos predominantes con un puntaje alto fueron el Estilo Legislativo, Ejecutivo y judicial, categorizados como puntajes “altos”.

Fan, J. y Zang, L. (2014) realizaron un estudio en Shanghái, titulada con el nombre “El papel de los entornos de aprendizaje en los estilos de pensamiento”, con la intención de determinar la relación entre los estilos de pensamiento y la apreciación de los entornos de pensamiento. El tipo de investigación fue descriptivo correlacional, siendo la muestra conformada por 752 alumnos universitarios en la ciudad de Shanghái. Para su realización se utilizaron los siguientes instrumentos: the Thinking Style Inventory-Revised II (TSI-R2, de Sternberg, Wagner, y Zhang) and The Inventory of Students’ Perceived Learning Environment (ISPLE). Los resultados mostraron en cuanto a los estilos de predominantes que destacan los estilos Judicial, Legislativo, Liberal y Global con un puntaje “Muy alto”. Lo que permite concluir que en esta muestra prevalecen los estilos generadores de creatividad.

Valadez, M. y Enriquez, D. (2017) investigaron en México sobre “Los Estilos de pensamiento y elección profesional en tres universidades mexicanas” con el fin de puntualizar sobre las relaciones entre los Estilos de Pensamiento y la Elección de una carrera Profesional. El tipo de investigación fue transversal descriptivo, encontrándose

la muestra conformada por 877 estudiantes de una universidad pública y dos privadas. Para esta investigación se utilizó el Cuestionario de Estilos de Pensamiento de Sternberg. Los resultados mostraron en cuanto a los estilos de pensamiento que predominan los estilos Legislativo y ejecutivo, categorizados con un Puntaje “Promedio”.

Sanyin, C., Xiaozhong, H. y Kuen S. (2016) exploraron en Hong Kong respecto a “Los estilos de pensamiento de estudiantes universitarios sordos o con dificultades”. Con el propósito de explorar las diferencias en los estilos de pensamiento entre los estudiantes sordos y estudiantes oyentes. Para ello se trabajó con una muestra de 542. El instrumento utilizado fue: Inventario de Estilos de Pensamiento-Revisado II en su versión adaptada (TSI-R2). Los resultados expresan que los estudiantes sordos muestran puntuaciones Preponderantes en los Estilos Legislativo y Global, ubicados en la categoría “Alto”, mientras que en los estudiantes oyentes preponderaron los estilos Liberal y Jerárquico con puntuación “Alta”. De este estudio se concluye que los estudiantes oyentes tienen diferencias significativas en sus estilos de pensamiento, influenciados principalmente por su entorno donde se desarrollan.

López, O. y Martín, R. (2017) realizaron una investigación en Colombia sobre “Estilos de pensamiento, hábitos y métodos de estudio en estudiantes universitarios”. Con la intención de determinar los estilos de pensamientos, hábitos y métodos de estudio en estudiantes universitarios, estudiantes de psicología de la jornada nocturna. El tipo de investigación fue descriptivo correlacional, siendo la muestra conformada por 279 estudiantes universitarios. Para su realización se utilizaron los instrumentos: El inventario de Estilos de pensamiento para estudiantes de Sternberg y Warner y la escala de hábitos y técnicas de estudio CHTE. Los resultados evidenciaron que los estudiantes de ambas jornadas académicas utilizaban en su mayoría los estilos de pensamiento Jerárquico, Legislativo y Liberal, categorizados con las puntuaciones “Alta”, “Promedio” y “Promedio” respectivamente.

2.1.2. Antecedentes nacionales

Chinchay, J. (2014) con su tesis denominada “Conductas Antisociales-Delictivas y Estilos de Pensamiento en Estudiantes de una Institución Educativa del Distrito de Tumbayaco, 2014”. Con el objetivo de establecer el vínculo entre las Conductas Antisociales-Delictivas y Estilos de Pensamiento en Estudiantes de una Institución

Educativa del Distrito de Tumbán. El tipo de investigación fue descriptivo correlacional, siendo la muestra conformada por 300 estudiantes de ambos sexos entre 13 y 17. Los instrumentos utilizados fueron el cuestionario de Conductas Antisociales-Delictivas de Seisdedos (1988) y Estilos de Pensamiento de Sternberg-Wagner (1999). Con respecto a los estilos de Pensamiento su pudo identificar que hay una mayor predominancia del estilo Jerárquico, categorizado como “Muy Bajo”; por otro lado, tenemos el estilo externo, categorizado como “Bajo”; luego le siguen los estilos Conservador, Jerárquico y Liberal, Monárquico y Anárquico y Ejecutivo categorizados con las categorías “Inferior Promedio”, “Superior al Promedio”, “Medio Alto” y “Alto” respectivamente, respectivamente.

Aguilar, M. y Morales, M. (2014) investigó acerca de los “Estilos de pensamiento, Tipos de liderazgo y Estilos educativos en docentes universitarios”. Teniendo el propósito de describir los estilos de pensamiento, tipos de liderazgo y estilos educativos en docentes de una Universidad de Lima. El estudio realizado fue de tipo no experimental, con un diseño correlacional. La muestra estuvo conformada por 100 docentes universitarios. Los instrumentos utilizados para la recaudación de datos fueron: El Cuestionario de Estilos de Pensamiento de Sternberg y Wagner-Forma A, la Escala de Liderazgo Organizacional (ELO) y el Cuestionario de Estilos Educativos. Los resultados demostraron que en cuanto a estilos de pensamiento hay un mayor predominio del estilo de la Función Judicial con un 47%. Seguido del 31% de la función ejecutiva y 22% de la función legislativa.

Vargas, G. (2016) indago acerca de “Perfil de pensamiento de los cadetes navales en relación con su Rendimiento Académico”. Con la finalidad de determinar la existencia de relación entre los perfiles de estilos de pensamiento y el rendimiento académico en los estudiantes del programa de Ciencias Navales para Oficiales Navales de una Escuela Naval de Cadetes. Se realizó un estudio descriptivo correlacional no experimental. Se estudió a 413 estudiantes distribuidos por semestre. Los instrumentos utilizados fueron: Cuestionario auto administrado de información socio-académica, el Cuestionario Sternberg-Wagner y el Registro de historial académico. Como resultado de esta investigación se obtuvo que el estilo legislativo quedo categorizado como “Alto”, el estilo ejecutivo “Muy alto” y el estilo Judicial “Muy alto”.

Fernández, V. y De Jesús, P (2016) realizó la investigación titulada “Relación entre los estilos de pensamiento y los tipos de liderazgo con la percepción del clima organizacional en jueces de tres especialidades de la Corte Superior de Lima Centro”. Con el objeto establecer la existencia de una correlación entre las variables Estilos de Pensamiento, Tipos de Liderazgo y Percepción del Clima Organizacional. Se realizó un estudio no experimental, de corte descriptivo correlacional. La muestra estaba conformada por jueces de las especialidades Penal, Civil y Familia de la Corte Superior de Lima Centro. Los instrumentos utilizados fueron la escala de Liderazgo Organizacional Diagnostico de Potencial de Identidad del Equipo de Asesoría y Consultoría de Personal (ACP), el cuestionario de Estilos de Pensamiento de Sternberg-Wagner (Forma A) y la encuesta de Percepción del Clima Organizacional de Valencia. Los resultados en cuanto a los estilos de pensamiento evidencian una predominancia con un nivel alto sobre el estilo Judicial, Jerárquico, Local, Externo y Liberal.

Santos, S. (2017) realizó en Piura una investigación sobre “Estilos de Pensamiento e Ideación Suicida en Mujeres Víctimas de Maltrato Físico y Psicológico que Asisten a un Centro de Salud Piura – 2017”. Con el objetivo de conocer la relación entre los estilos de pensamiento e ideación suicida en mujeres víctimas de maltrato físico y psicológico que se asisten en un Centro Fue un estudio tipo no experimenta - transversal, con diseño correlacional; asimismo la muestra estuvo conformada por 120 alumnos. Los instrumentos utilizados fueron: El Cuestionario de Estilos de Pensamiento de Sternberg y Wagner – Forma Corta y el Inventario Beck-HF. Conforme a los estilos de pensamiento, los resultados permitieron demostrar que la mayoría de las mujeres en la muestra de estudio exteriorizan lo siguiente: En el estilo Jerárquico, el 39,3 %, se categoriza dentro de la categoría “Bajo”, Anárquico con un 32,5% dentro de la categoría “Bajo”, en el estilo Monárquico, el 31,7% se categoriza como “Muy bajo” y el Oligárquico con 30,8% categorizado como “Bajo”.

2.2 Bases Teóricas

2.2.1. El pensamiento

Kantor señala que el pensamiento es la manipulación de conductas implícitas y manifiestas. El pensar estaría conformado por procesos internos no susceptibles de observación. (citado en Melgar, 2000)

El concepto de pensamiento engloba la capacidad de abstraer. La abstracción es una operación de la mente que tiene por objeto separar, de los objetos percibidos por los sentidos, una característica, esencial o accidental, que no existe independientemente del todo de donde se ha separado, pero que representa o bien la naturaleza de un objeto o una propiedad suya, o bien lo que de común hay entre varios objetos, y por cuyo medio decimos que entendemos qué son aquellas cosas. El resultado de la abstracción es el concepto o la idea en sentido tradicional; aquello de donde se abstrae es el objeto o los objetos percibidos por los sentidos. (Varó, 2019)

Al respecto Arboleda (2013) afirma que el pensamiento es una función Psíquica que trabaja en virtud de la cual e un individuo recurre a representaciones, estrategias y operaciones frente a situaciones o eventos de orden real, ideal o imaginario. Para este autor La diferencia específica del pensamiento con respecto a las otras funciones estriba en su poder para que el sujeto lo use constructivamente en el mundo de la vida, interactuando con estas. Así, pensar sería usar la inteligencia, el aprendizaje, la memoria, en fin, la cognición, en la experiencia de mundo, según se expresa más adelante.

2.2.2. Estilos de pensamiento

Sternberg (1997) señala que los estilos de pensamiento muestran un amplio panorama sobre como aspectos cognitivos, rasgos de personalidad, formas de aprendizaje, influye en nuestras decisiones en diferentes ámbitos de nuestra vida. Los estilos de pensamientos abarcan los diferentes procedimientos para actuar de la inteligencia, los métodos para organizar la cognición, el modo de pensar para resolver un problema y como nos planteamos objetivos. Con la finalidad de distinguir y describir los estilos de pensamiento, este autor se sirve de la analogía del modo en que las sociedades se gobiernan a sí mismas, dado que presume que la forma en como pensamos es también un modo, en el que cada quien dispone sobre su vida o gobierna, por lo que la misma también fue denominada “Teoría del autogobierno mental”.

Al respecto, la RAE (2014) define el vocablo estilo, como “Modo, manera, forma de comportamiento”, y al término “pensamiento” como “Facultad o capacidad de pensar”, lo cual permite conjeturar que la unión de ambas palabras implica el modo de conducirse de acuerdo al raciocinio que tenemos sobre lo que acontece.

Por otro lado, González (2004) afirman que tan importante como poseer capacidades intelectuales, es el modo en cómo se aplican estas en las tareas, diferentes contextos o situaciones, en otros términos, el estilo de pensamiento se determina por la forma en que un individuo puede utilizar una o más habilidades intelectuales.

2.2.3 Teorías relacionadas al pensamiento

a) Teoría del pensamiento de Piaget

Según Piaget (1997) las funciones cognitivas en los seres humanos se constituyen a partir de las estructuras sensoriomotoras que se forman desde etapas tempranas, las cuales son la fuente de posteriores operaciones de pensamiento. Esto significa que la adquisición del pensamiento o el conocimiento proceden de la transformación de las experiencias, por lo tanto, es necesario para comprender el desarrollo del ser humano, examinar la evolución de sus percepciones desde la niñez. Este autor señala que la inteligencia es activa, puesto que el conocimiento depende del descubrimiento y la construcción de la realidad, mediante actividad; de esta forma, podríamos decir que el pensamiento es el resultante de una actividad mental simbólica, la cual no solo opera con palabras, sino con imágenes u otro tipo de representaciones mentales.



Figura 1. Teoría del pensamiento (Piaget, 1997)

b) Teoría de Vygotsky

Por su parte, Vygotsky señala que el pensamiento y el lenguaje están ligados, siendo ambas funciones mentales superiores, mismas que se despliegan en una interacción dialéctica, las cuales vienen a convertirse en estructuras básicas del pensamiento y consciencia. De esta forma el lenguaje vendría a ser el instrumento esencial del pensamiento, ligado estrechamente con la memoria. Esto fue denominado por este autor “La teoría simultánea”. (citado por Carbajal, 2014)



Figura 2. Teoría de Vygotsky

c) Teoría del Pensamiento de John Dewey

Dewey (1910) señala que hay maneras de pensar que son más productivas que otras, destacando aspectos como la eficacia y la capacidad para facilitar el proceso de pensamiento, entre todas las formas de pensar destaca la denominada por el mismo como pensamiento reflexivo. Este pensamiento está centrado en una organización progresiva de ideas, en la que cada idea no sólo está concatenada con la anterior, sino que a su vez determina a la siguiente dando lugar a una conclusión estacional. El pensamiento reflexivo siempre está encaminado a un objetivo, el cual impone una tarea que controle y gestione una serie de ideas. Para Dewey el pensamiento reflexivo es la herramienta ideal para huir de la distracción y de banalidades; acercándonos al mundo real, predisponiéndonos a adoptar diferentes concepciones para indagar acerca de lo que sucederá en determinado momento.

El pensamiento reflexivo nos llevaría, de esta manera, a adoptar diferentes concepciones para averiguar qué sucedería en cada caso; se trata de un encadenamiento ordenado de ideas. El pensamiento reflexivo pasa por 3 fases:



Figura 3. Teoría del pensamiento de John Dewey

La primera fase sucede a partir de un estado de duda o conflicto, que conlleva a que haya actividad mental, que impulsa a que se tomen cartas en el asunto; la segunda fase, es donde se ponen en marcha los recursos cognitivos personales, para llevar a cabo una indagación con el fin de encontrar alguna solución al conflicto inicial, desplazando nuestro foco de atención en el problema, analizando diferentes alternativas u observando las cosas desde un diferente marco mental. Finalmente, la solución a la interrogante permitirá llegar a una conclusión, la cual esta predispuesta a variar, en caso volviese a suceder un conflicto cognitivo (Dewey, 1910)

d) Teoría del Pensamiento lateral de E. Bono

Bono (2014) afirma que, en diferentes contextos, tales como la escuela, universidad y entorno familiar, se cultiva estimula el pensamiento lógico; el cual nos provee de las destrezas necesarias para poder establecer formas de razonamiento por asociación, o puramente relacionales.



Figura 4. Teoría del Pensamiento Lógico de Edward De Bono

Para Bono el pensamiento lógico por sí solo no basta, todo lo contrario, este tipo debe complementarse con lo que denomina “Pensamiento Lateral. Para Bono las virtudes creativas del pensamiento lateral calzan a la perfección. La definición de este tipo de pensamiento es el conjunto de procesos mentales destinados al manejo de la información para así crear ideas innovadoras, a través de una reestructuración inteligente de los esquemas conceptuales o significados existentes en la mente. (Bono, 2014)

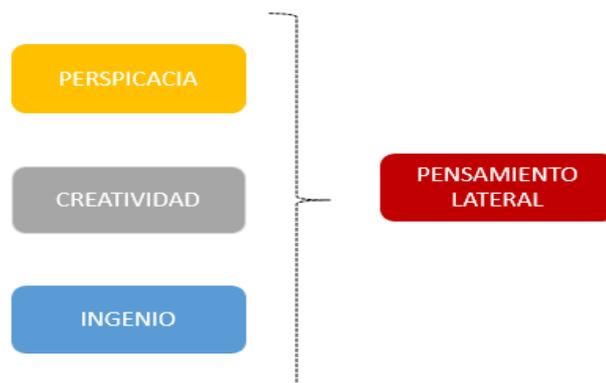


Figura 5. Teoría del Pensamiento Lateral de Edward De Bono

e) Teoría del autogobierno mental de Sternberg.

La esencia de esta teoría es que al igual que los gobierno cumplen con funciones ejecutivas, de legislación y judiciales para establecer le control y el equilibrio en el sistema; de igual forma lo realiza la mente humana. (Sternberg, 1997)



Figura 6. Teoría de Autogobierno Mental

Sternberg (1997) define a estas funciones de la mente, señalando que la “Función legislativa”, actúa en razón de la creación, el uso de la imaginación, la formulación y la

planificación, cuyas preferencias se centran en acciones de libre creación, organización, o el abordaje de manera independiente un trabajo encomendado. Igualmente, la “Función ejecutiva”, actúa en función de la práctica y la acción misma, cuyas preferencias se encuentran enfocadas en tareas estructuradas, sobre todo las grupales. Finalmente, la “Función Judicial”, que procede en razón de la comparación, evaluación y enjuiciamiento, cuyas preferencias giran en torno al análisis, el contraste de información, la evaluación de evidencias, normas e instrucciones.



Figura 7. Función de los Estilos de Pensamiento

2.2.4 Dimensiones de los estilos de Pensamiento

En su teoría del autogobierno mental, Sternberg afirma que tan importante como disponer de capacidades intelectuales es el modo en cómo se aplican éstas a las diferentes tareas, situaciones o contextos. A la forma predilecta que cada persona tiene de aplicar sus habilidades intelectuales Sternberg le denomina estilo intelectual o estilo de pensamiento. Los aportes de este autor permiten conocer la existencia de trece estilos intelectuales que se agruparían en cinco dimensiones: función, forma, nivel, ámbito y tendencia. Los cuales son los siguientes:

Monárquicos: Prefieren la toma de decisiones y la resolución de problemas de manera práctica con el fin de lograr sus cometidos.

Jerárquicas: Aceptan la complejidad de las cosas y analizan el problema desde diferentes puntos de vista, para establecer prioridades y metas claras.

Oligárquicas: Pueden realizar diferentes tareas a la vez, pero se les dificulta establecer las prioridades y metas en un trabajo.

Anárquicas: Se encuentran motivados por una variedad de necesidades y metas difíciles de encasillar. Trabajan en la resolución de problemas de manera

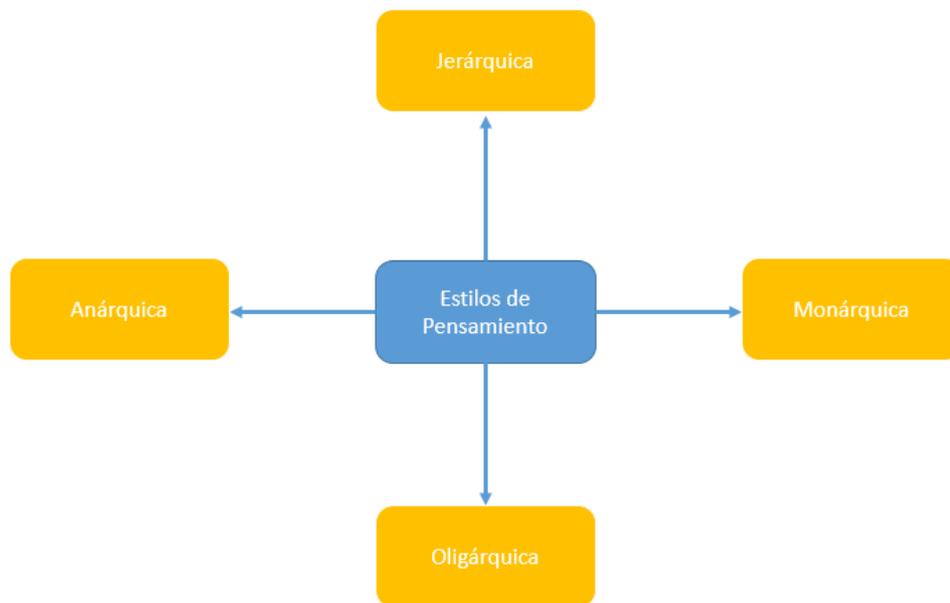


Figura.8. Estilos de Pensamiento

2.2.5 Características de los estilos de pensamiento

Los estilos de pensamiento se sustentan en la teoría de autogobierno mental, estos pueden variar de acuerdo a los diferentes contextos que se presenten o inclusive las diferentes etapas del desarrollo del individuo, aunque generalmente siempre predominara un estilo, que gobierne todos nuestros actos.

Sternberg (1997) Reafirma que igual de importante que nuestra capacidad mental o aprendizaje, es la forma en como utilizemos nuestro conocimiento en las diferentes situaciones, tareas o contextos. Donde cada forma preferida para aplicar sus habilidades o conocimiento se denomina estilo, entre sus características principales tenemos las siguientes:

- ❖ Son preferencias en el empleo de aptitudes
- ❖ Las coincidencias entre estilos y actitudes crean una sinergia que supera la suma de las partes.
- ❖ Las personas contamos con perfiles de los estilos, y no con un solo estilo que los gobierne.

- ❖ De acuerdo a la tarea o situación los estilos pueden variar.
- ❖ Las personas se distinguen por la flexibilidad de sus estilos.
- ❖ Los estilos se promueven de acuerdo a las condiciones sociales que favorecen a su desarrollo.
- ❖ A lo largo de nuestra vida los estilos de pensamiento pueden variar
- ❖ Los estilos se pueden enseñar a los otros
- ❖ Los estilos no malos o buenos



Figura 9. Características de los Estilos de Pensamiento

2.3 Definiciones conceptuales

- **Anárquica:** Relacionado a la preferencia por presentar una gran flexibilidad de planteamiento y tentativas variadas.
- **Jerárquica:** Relacionado a la preferencia por ordenar y establecer una jerarquía en la búsqueda de los objetivos.
- **Monárquica:** Relacionado a la preferencia por focalizar una cosa o aspecto cada vez, desde el principio hasta el término.
- **Oligárquica:** Relacionado a la preferencia por desarrollar planteamientos alternativos, con múltiples aspectos u objetivos igualmente importantes.

CAPITULO III: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1 Tipo de la investigación

El presente estudio es de tipo descriptivo, el cual es preciso para conocer las costumbres, situaciones y actitudes sobresalientes en una población de estudio. Un estudio descriptivo busca detallar las propiedades y características significativas del fenómeno o fenómenos de estudio. Describiendo las tendencias de un colección o población”. Del mismo modo esta investigación es de enfoque cuantitativo; al respecto, estos autores señalan que una investigación de corte cuantitativo es un plan o estrategia para lograr la recolección y análisis de datos, con el fin de probar una hipótesis en base a la medición numérica y el análisis estadístico, para así establecer normas de comportamiento y comprobar supuestos antepuestos. (Hernández, Fernández y Baptista, 2014, pág. 92)

3.2 Diseño de la Investigación

De acuerdo a los objetivos previstos para esta investigación, se ha creído conveniente desarrollar un diseño no experimental de corte transversal; basados en lo señalado por Hernández et al. (2014), este tipo de diseño también denominado Transeccional recopilan datos en un momento único, para describir variables y analizar su incidencia en un momento determinado, en otras palabras, es realizar una fotografía de lo que sucede en el momento.

Por otro lado, el diseño no experimental, es aquel que se realiza sin la manipulación intencionada de alguna variable. Simplemente los hechos se observan tal como son y cómo se presentan en el momento real y en un tiempo determinado o no, para luego examinarlos. (Palella y Martens, 2012, pág. 95)

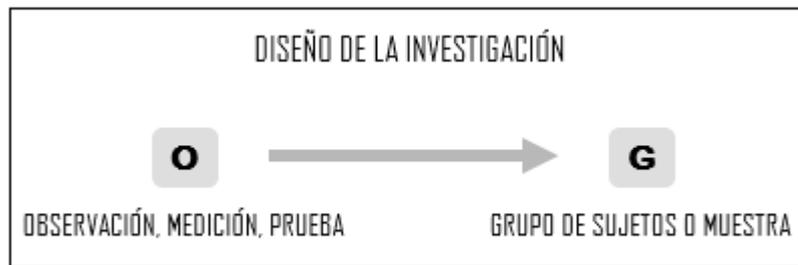


Figura 10. Diseño de la Investigación

3.3 Población y Muestra

3.3.1. Población

La población del siguiente estudio estuvo conformada por 35 estudiantes de un aula del centro Preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega del turno mañana. Siendo 13 hombres y 22 mujeres, de edades comprendidas entre 16 y 45 años. Este recinto se encuentra ubicado en el centro de Lima.

3.3.2. Muestra

La muestra es intencional, no probabilística y de tipo censal; que en palabras de Ramírez (1997) es aquella en donde todos los componentes de la investigación son considerados como muestra. En este estudio la muestra está conformada por toda la totalidad de su población, siendo un total de 35 estudiantes, esto principalmente por ser una cantidad mínima, razón por la cual el universo es tomado como muestra de estudio.

a) Criterios de inclusión de los participantes

- Estudiantes del centro Preuniversitario de la UIGV
- Estudiantes del Turno mañana.
- Estudiantes de 16 años en adelante
- Estudiantes de ambos sexos

b) Criterios de exclusión de los participantes

- Estudiantes menores de 16 años

3.4. Identificación de la variable y su Operacionalización

Los estilos de pensamiento son una forma específica de pensar y de como un individuo utiliza sus actitudes en la realización de una actividad, al momento de enfrentar un problema o demanda.

Los estilos de pensamiento se encuentran compuestos por los estilos: Monárquico, Oligárquico, Jerárquico, Anárquico. De las dimensiones se establecen los indicadores y de estos se establecen los ítems de evaluación de la variable.

/

Tabla 1. Operacionalización de la variable.

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Ítems	Indicadores	Índice	Instrumento
Estilos de pensamientos	Este término hace referencia a la manera preferida de pensar que tenemos los individuos. Esto no está relacionado con el uso de destreza, sino con la manera predilecta de expresar o usar una o más destrezas. (Sternberg, 1997)	Según Beltrán, Fernández y Sánchez (2000), los estilos de pensamiento están estrechamente relacionados, con la teoría del autogobierno mental, entendido como las diferentes pautas que una persona puede utilizar para organizarse o gobernarse a sí misma.	Jerárquica	4,19,25,33,56	Ordenados Meticulosos Sistematizados Precisos	Nada -----(1) Casi -----(2) Ligeramente-(3) Un poco -----(4) Bastante -----(5) Mucho -----(6) Totalmente --(7)	Cuestionario de Sternberg y Wagner (forma corta)
			Monárquica	2,43,50,54,60	Escogen la mejor alternativa Centrados en un solo objetivo		
			Oligárquica	27,29,30,52,59	Analiza múltiples alternativas Buscan resolver diferentes problemas. Dubitativos al Decidir.		
			Anárquica	16,21,35,40,47	Utilizan varios procedimientos de Solución. Flexibles Irreflexivos Disciplinados		

3.5 Técnicas e instrumentos de evaluación

La técnica utilizada para la recopilación de datos de la presente investigación fue el Cuestionario de Sternberg y Wagner forma corta, en una adaptación para Lima Metropolitana de Ecurra, Delgado y Quezada (2001). A continuación, precisaremos la información más relevante de este instrumento.

Ficha Técnica Cuestionario de ESTILOS DE PENSAMIENTO

- **Autor:** Sternberg y Wagner (1994)
- **País de origen:** Estados Unidos
- **Adaptación Peruana:** Ecurra, Delgado y Quezada (2001)
- **Forma de Administración:** Individual o Colectiva.
- **Duración:** 10 minutos
- **Ámbito de aplicación:** jóvenes, universitarios y adultos.
- **Descripción de la prueba:** El instrumento está constituido por 20 ítems relacionados a elementos asociados a las preferencias personales en la ejecución de tareas, el despliegue de proyectos y procesos cognitivos que forman parte del quehacer cotidiano de los estudiantes universitarios.
- **Calificación:** Se evalúa los ítems en escala de Likert, desde el valor 1 al 7
- **Confiabilidad:** 0.86

Nada	Casi	Ligeramente	Un poco	Bastante	Mucho	Totalmente
1	2	3	4	5	6	7

- **Baremos:** El baremo está comprendido por 5 niveles, para cada estilo de pensamiento, donde “Muy Alto”, es señal de predominio y el Nivel “Muy Bajo” señal de poca presencia del estilo de Pensamiento.

Tabla 2. Baremos de la Prueba

Escalas	I AL IV
Muy bajo	5 - 11
Bajo	12 - 18
Promedio	19 - 24
Alto	25 - 30
Muy Alto	31 - 35

CAPITULO IV: PRESENTACIÓN Y PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE RESULTADOS

4.1. Presentación de resultados de datos generales

Tabla 3. Datos sociodemográficos de los estudiantes del centro preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, según el sexo.

Sexo	Frecuencia	Porcentaje
masculino	13	37%
femenino	22	63%
Total	35	100%

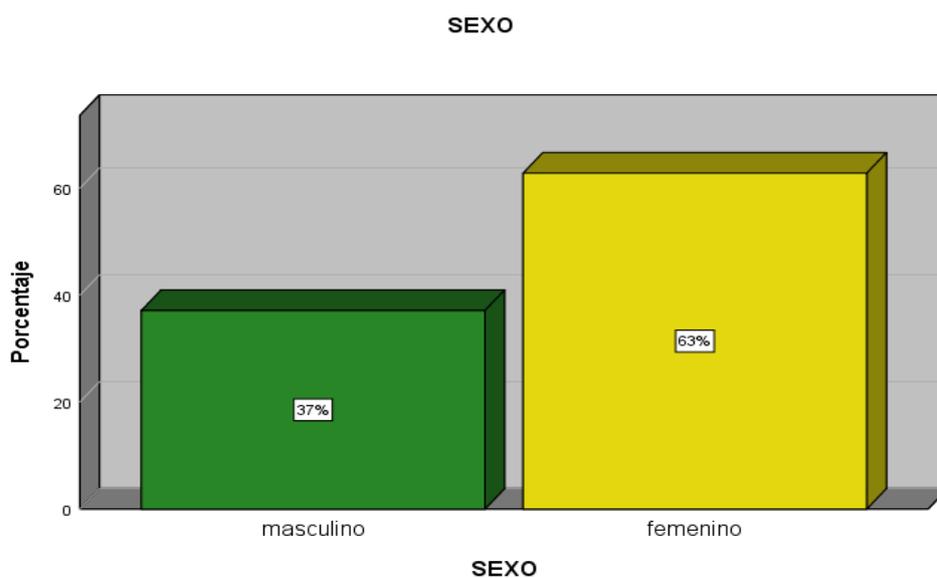


Figura 11. Datos sociodemográficos de los estudiantes del centro preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, según el sexo.

Interpretación: Los resultados obtenidos en la investigación demuestran que el mayor porcentaje de estudiantes que participaron en este estudio son de sexo masculino con un 37%, seguido de sexo femenino con el 63%.

Tabla 4. Datos sociodemográficos de los estudiantes del centro preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, según la edad.

Edad	Frecuencia	Porcentaje
16-19	28	80%
20-23	5	14%
24-25	2	6%
Total	35	100%

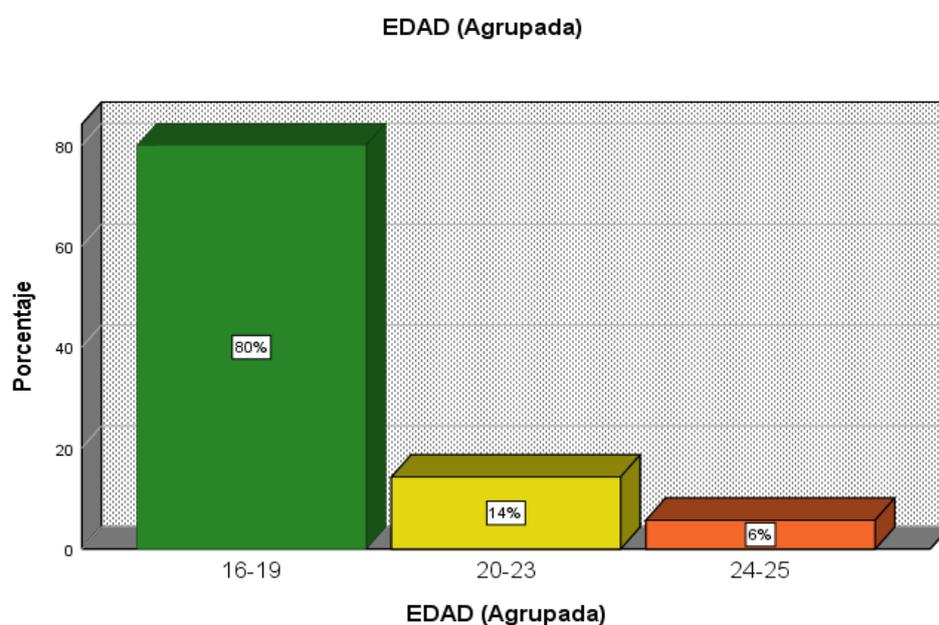


Figura 12. Datos sociodemográficos de los estudiantes del centro preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, según la edad.

Interpretación: Los resultados obtenidos en la investigación demuestran que el mayor porcentaje de estudiantes que participaron en este estudio son aquellos de edades entre 16 – 19 años, con un 80%, seguido por los alumnos de edades entre 20 – 23 con un 14% y en un 6% están entre las edades de 24 – 25 años

Tabla 5. Datos sociodemográficos de los estudiantes del centro preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, según tiempo de permanencia.

N.º de meses	Frecuencia	Porcentaje
1 mes	21	60%
2 meses	14	40%
Total	35	100%

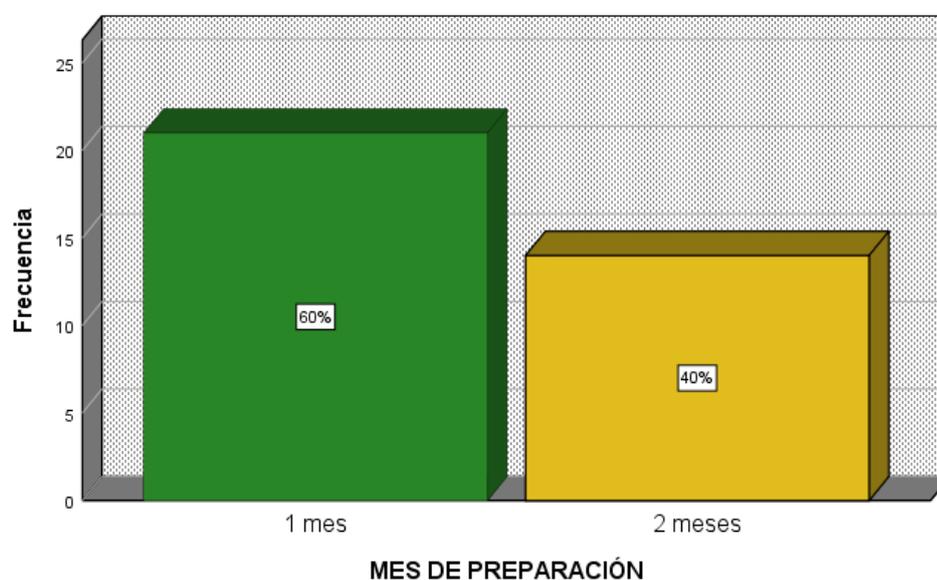


Figura 13. Datos sociodemográficos de los estudiantes del centro preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, según tiempo de permanencia.

Interpretación: Los resultados obtenidos en la investigación demuestran que el mayor porcentaje de estudiantes que participaron en este estudio tienen 1 mes de permanencia en el centro pre universitario con un 60%, seguido de aquellos que han permanecido 2 meses con un 40%.

4.2 Presentación de resultados de datos específicos

Tabla 6. Nivel General de Estilos de Pensamiento de Forma en los estudiantes del centro preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega

NIVEL	Dimensión Monárquica	Dimensión Jerárquica	Dimensión Oligárquica	Dimensión Anárquica
Nivel Bajo	83%	26%	89%	66%
Nivel Promedio	17%	74%	11%	34%
Total	100%	100%	100%	100%

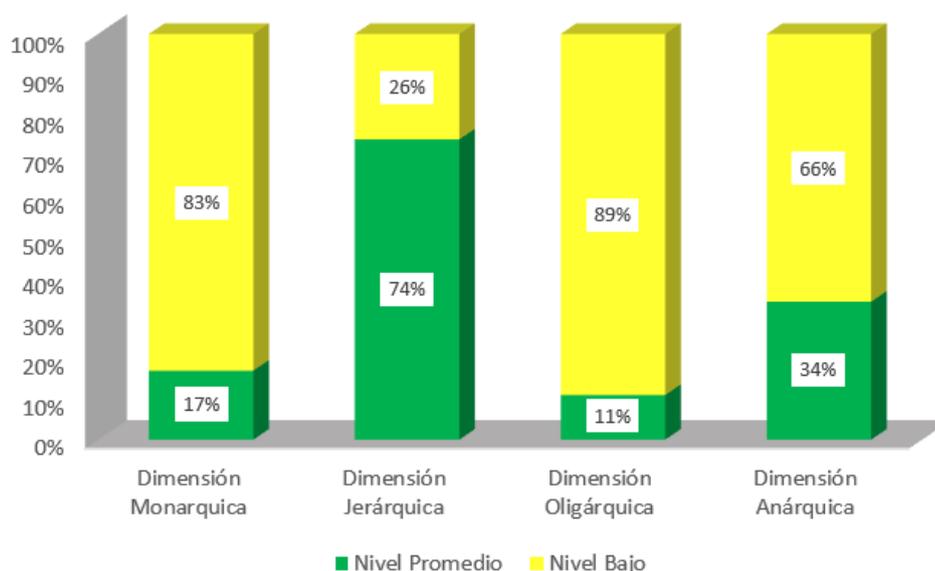


Figura 14. Nivel General de Estilos de Pensamiento de Forma en los estudiantes del centro preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega.

Interpretación: De acuerdo con los resultados obtenidos en la variable estilos de pensamiento destaca la Dimensión Jerárquica, categorizado dentro del Nivel “Promedio” representado en un 74%; seguido de la Dimensión Anárquica, categorizada dentro del Nivel “Promedio” representado en un 34%; seguido de la Dimensión Monárquica, categorizada dentro del Nivel “Promedio”, representado en el 17%; por último se encuentra la Dimensión Oligárquica, categorizada dentro del Nivel “Promedio” representado en un 11% de la muestra.

Tabla 7. Nivel de Dimensión Monárquica en los estudiantes del centro preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega,

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	29	83%
Promedio	6	17%
Total	35	100%

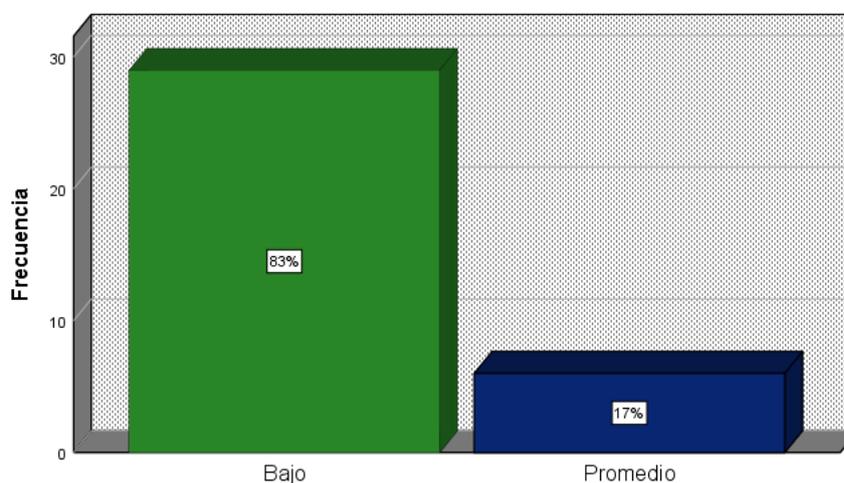


Figura 14. Nivel de Dimensión Monárquica en los estudiantes del centro preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega.

Interpretación: De acuerdo con los resultados obtenidos en la Dimensión Monárquica, se determina que un 83% de los estudiantes obtiene un nivel bajo, seguido del el 17% con un nivel Promedio.

Tabla 8. Nivel de Dimensión Jerárquica de los alumnos de los estudiantes del centro preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega.

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	9	26%
Promedio	26	74%
Total	35	100%

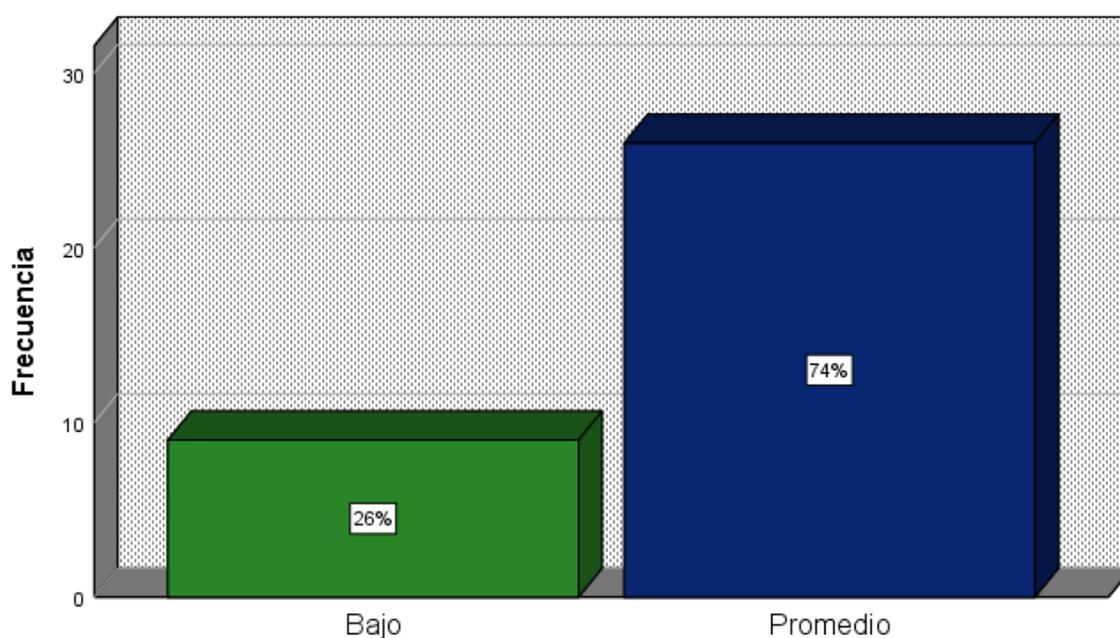


Figura 15. Nivel de Dimensión Jerárquica de los alumnos de los estudiantes del centro preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega.

Interpretación: De acuerdo con los resultados obtenidos en la Dimensión Jerárquica, se obtiene que el 74% de los alumnos posee un nivel promedio, seguido por el 26% con un nivel bajo.

Tabla 9. Nivel de Dimensión Oligárquica de los estudiantes del centro preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega.

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	31	89%
Promedio	4	11%
Total	35	100%

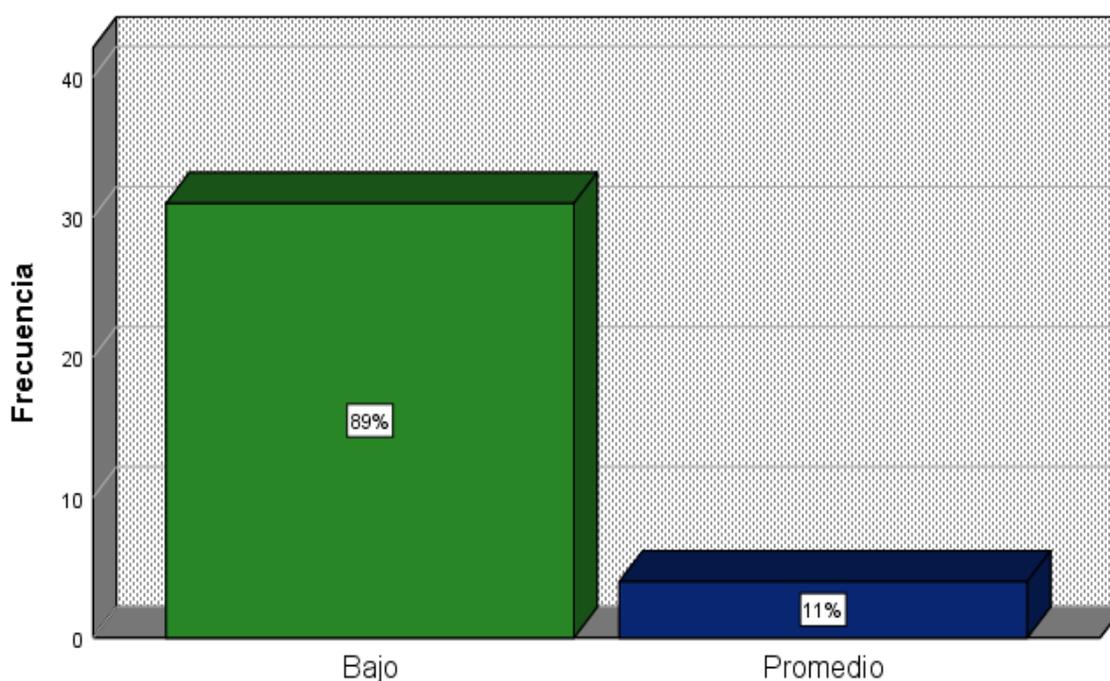


Figura 16. Nivel de Dimensión Oligárquica de los estudiantes del centro preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega.

Interpretación: De acuerdo con los resultados obtenidos en la Dimensión Oligárquica, se obtiene que el 89% de los estudiantes posee un nivel bajo y el 11% con un nivel Promedio.

Tabla 10. Nivel de Dimensión Anárquica de los estudiantes del centro preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega.

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	23	66%
Promedio	12	34%
Total	35	100%

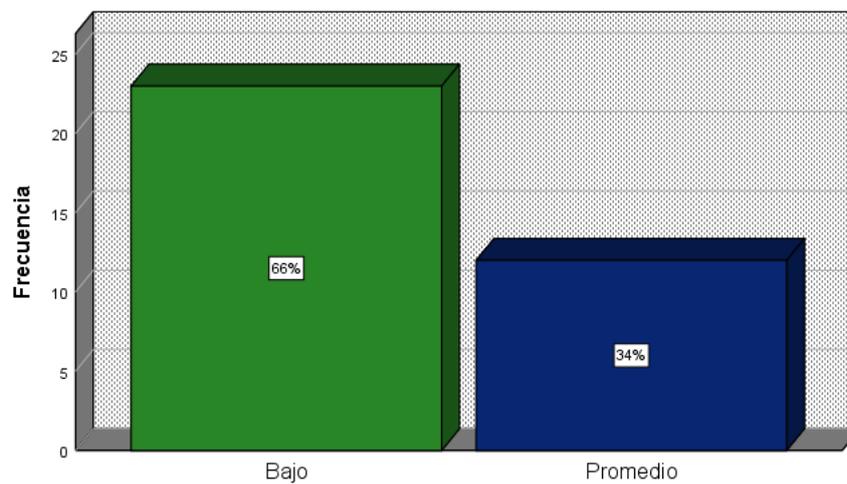


Figura 17. Nivel de Dimensión Anárquica de los estudiantes del centro preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega.

Interpretación: De acuerdo con los resultados obtenidos en la Dimensión Anárquica, se obtiene que el 66% de los estudiantes posee un nivel Bajo, seguido por el 34% con un nivel promedio.

4.3 Procesamiento de los Resultados

El análisis de datos de la presente investigación inicio con la creación de una base de datos, en una hoja de cálculo de Excel, donde se clasifico la información recolectada, de acuerdo con las dimensiones de este estudio, en base al resultado de la sumatoria de sus ítems correspondientes, de esta manera se les consigno un valor, y poder establecer las categorías.

Cada categoría fue establecida a través del baremo de la prueba, donde se especificó cada dato relevante mediante el vaciado de datos en el programa SPSS 24, donde a través de la función de análisis estadísticos descriptivos se pudo crear las tablas y figuras de los resultados encontrados.

Las tablas y Figuras mostradas en este capítulo exponen el panorama de esta realidad en frecuencias y porcentajes para cada estilo de pensamiento, y así otorgar una mejor comprensión sobre la realidad mostrada.

4.4 Discusión de los Resultados

En este apartado se analizarán los resultados de esta investigación en contraste con los datos, teorías y conclusiones de diferentes autores que han investigado en torno a esta variable de estudio, estableciéndose aquellas coincidencias o diferencias.

Con respecto al objetivo general de esta investigación el estilo de pensamiento de forma predominante en el aula es el Estilo Jerárquico con un 74%, mismo que se encuentra categorizado en el “Nivel Promedio”, lo cual implica que muchos de los alumnos tienden a organizar sus actividades y herramientas en función de jerarquías, con el fin de resolver una situación o problema. Esto coincide con los estudios Chinchay (2014), donde el Estilo de pensamiento predominante en cuanto a la forma, es el estilo Jerárquico categorizado con el “Nivel Promedio”.

Al respecto los estudiantes de este estudio refieren un Estilo Monárquico, en 83% a un “nivel bajo”. Lo mismo que concuerda con los estudios de Chinchay (2014), quien, en sus indagaciones, su muestra obtuvo un 20% en el estilo Monárquico con la categoría “Nivel Bajo”, concluyendo que, para muchos de los participantes de su muestra, tienden a considerar como importante solo el cumplimiento de las tareas mas no el logro de un aprendizaje significativo. En lo concerniente a este estudio, esto puede deberse a que

muchos de los alumnos señalan sentir ansiedad ante la acumulación de tareas, por el miedo de sacar bajas notas, lo que puede conllevar a desarrollar irritabilidad y fastidio por los estudios.

Conforme al Estilo Jerárquico, el 74% de los alumnos ha obtenido un “nivel promedio”. En lo concerniente a este estudio esto puede suceder a causa de que muchos de los alumnos, sienten la necesidad de organizar sus actividades en función a la complejidad, para sentirse más cómodos, resolviendo los problemas de manera progresiva, de acuerdo a su dificultad; por lo que al muchas de estas tareas no estar organizadas en función a ello, tienden a sentir mucha presión. Resultados parecidos se encuentran en las investigaciones de Chinchay (2014), quien en su muestra de estudio señala que el 21% de su muestra, se encuentra categorizado con el “Nivel Promedio”

Conforme al estilo Anárquico el 66% de los alumnos ha obtenido un “Nivel Bajo”. En lo que respecta a este estudio esto puede deberse a que la mayoría de los alumnos se deja llevar producto de los miedos de la frustración y falta de confianza en sí mismo en el establecimiento de metas, el cual puede deberse a una seguidilla de fracasos académicos. Esto coincide con los resultados expuestos en el estudio de Santos (2017), donde el 32,5% de su muestra se encuentra categorizado con el “Nivel Bajo”. Esta coincidencia se debe a que tienen preferencia por abordar los problemas de manera aleatoria

4.5. Conclusiones

- El estilo de pensamiento predominante en los estudiantes del centro preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega es el Estilo Oligárquico, lo cual se puede deber a que muchos se encuentran motivados por el logro de varias metas, debido a que esto lleva a desarrollar la habilidad de aprender a utilizar conocimientos o aprendizajes pasados para intentar resolver los problemas
- El 89% de los estudiantes del centro preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, en el estilo Oligárquico, se encuentra categorizado en el nivel bajo, debido a que tienen una menor predilección por la realización de múltiples tareas.
- El 83% de los estudiantes del centro preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, en el estilo Monárquico, se encuentra categorizado en el nivel

bajo, debido a que tienen dificultades para poder elaborar estrategias de solución centradas en un solo problema, principalmente por la falta de constancia al momento de intentar dar solución

- El 74% de los estudiantes del centro preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, en el estilo Jerárquico se encuentra categorizado en un nivel promedio, debido que sienten mayor comodidad en la realización de tareas en base a una organización propia de jerarquías, en base a la dificultad de cada actividad.
- El 66% de los estudiantes del centro preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, en el estilo Anárquico, se encuentra categorizado en un nivel bajo, debido a que sienten mayor soltura en la realización de tareas, cuando se les marca pautas precisas, sobre cómo actuar o por dónde empezar.

4.6 Recomendaciones

- Conforme al estilo predominante, el Estilo Oligárquico es necesario mejorar la capacidad de tolerancia al estrés de los alumnos, puesto que muchos de estos alumnos pueden sentirse presionados, por la necesidad de repartir su tiempo y otros recursos, entre exigencias que muchas veces pueden resultar contradictorias.
- Los estudiantes deben establecer metas y planificar un horario para la realización de actividades académicas, de manera ordenada y prioritaria.
- Los tutores de aula deben promover en los estudiantes el desarrollo de la capacidad de centrarse en una tarea hasta concluirla, dado que muchos alumnos tienden a hacer pequeños avances a la vez.
- Los alumnos deben establecer una jerárquica de actividades, y aprender a aplicarla en diferentes contextos.
- Los estudiantes deben aprender a desplegar procedimientos personales, para abordar las situaciones de forma asistemática y aleatoria, y aprender a centrarse en un punto específico.

CAPITULO V

PROGRAMA DE INTERVENCION

“Enriqueciendo mi forma de pensar”

5.1 Descripción del problema

El 89% de los estudiantes del centro preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, en el estilo Oligárquico, se encuentra categorizado en el nivel bajo, debido a que tienen una menor predilección por la realización de múltiples tareas y una baja motivación para realizar tareas múltiples.

El 83% de los estudiantes en el estilo Monárquico, se encuentra en el nivel bajo, lo cual significa que los estudiantes tienden ante las dificultades a no centrarse en la solución de un problema, centrándose más en la preocupación por el mismo, en vez de buscar la solución. Esto se da principalmente por la falta de constancia al momento de intentar dar solución a un problema.

El 66% de los estudiantes, en el estilo Anárquico, se encuentra categorizado en un nivel bajo, lo cual significa que los alumnos no cuentan con estrategias para abordar oportunamente los problemas, por lo que sienten mayor soltura en la realización de tareas, cuando se les marca pautas precisas, sobre cómo actuar o por dónde empezar, resultando muchas veces intolerante e irreflexivos.

El 74% de los estudiantes en el estilo Jerárquico se encuentra categorizado en un nivel promedio, lo cual indica que los alumnos tienen tendencia a sentir mayor comodidad en la realización de tareas en base a una organización propia de jerarquías, ordenando sus actividades en base al grado de dificultad que perciban.

5.2 Objetivos

5.2.1 Objetivo General

- Fomentar los estilos de pensamiento de forma en los estudiantes universitarios mediante el programa “Enriqueciendo mi forma de pensar”

5.2.1 Objetivos Específicos

- Fortalecer el estilo oligárquico mediante de trabajo mediante el horario de trabajo, organigrama de tareas, automotivación, aserciones encubiertas para la realización de múltiples tareas y una buena motivación.
- Reforzar el estilo monárquico mediante la técnica de resolución de problemas de Zurilla para abordar los problemas.
- Optimizar el estilo Anárquico mediante la relajación diafragmática y la toma de decisiones para mejorar la forma de abordar los problemas
- Potenciar el estilo Jerárquico a través de la comparación y clasificación de actividades para seleccionar jerárquicamente las mejores opciones.

5.3 Justificación

Los estudiantes del centro pre de la universidad inca Garcilaso de la Vega; actualmente tienen dificultades en la realización de algunas actividades académicas, entre ellas la resolución de tareas y el uso de estrategias adecuadas. Asimismo, se ha observado mayor dificultad en las tareas de:

Uso de un horario de trabajo

Resolución de problemas

Realización de tareas de manera prioritaria

Toma de decisiones en la ejecución de tareas

Por estos motivos los cuales se consideran esenciales para un futuro desenvolvimiento regular en sus actividades académicas, y más aún en el entorno necesario se considera importante revertir esta situación mediante esta propuesta intervención con el fin de mejorar la eficiencia académica y fortalecer las debilidades que puedan acarrear consecuencias negativas para su calidad de estudiante. Entre los beneficios que esto traerá la ejecución del programa será el tener un mejor desempeño académico y también la adquisición de recursos personales para superar obstáculos a futuro que se puedan presentar en diferentes áreas de su vida.

5.4 Alcance

Destinado a 35 alumnos del centro preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, de edades entre los 16 y 45 años.

5.5 Metodología

La implementación de este programa se sustenta en el uso de técnicas cognitivo-conductuales propuestas por D’Zurilla y Goldfield. Este programa de intervención se dividirá en 10 sesiones con una frecuencia de 1 vez por semana, siendo los días lunes su realización, cada sesión tendrá una duración de 2 horas pedagógicas, aplicándose diferentes estrategias para alcanzar el logro de los objetivos establecidos. El programa estará conformado de la siguiente forma:

- Sesión 1: “Analizando mis actividades personales”
Objetivo: Establecer un orden en las actividades diarias través del análisis del tiempo
- Sesión 2: “Organizando mis tareas”
Objetivo: Optimizar el orden de las tareas mediante la realización de un organigrama de tareas
- Sesión 3: “Motivándome cada día”
Objetivo: Lograr buen desempeño en la realización de tareas mediante la automotivación
- Sesión 4: “Manteniendo un dialogo positivo”
Objetivo: Aumentar la confianza en uno mismo mediante el dialogo interno positivo
- Sesión 5: “Analizando mis problemas”
Objetivo: Analizar los problemas mediante el Perfilamiento del Problema
- Sesión 6: “Especificando los problemas”
Objetivo: Precisar soluciones mediante el perfilamiento de respuesta
- Sesión 7: “Escogiendo mejores alternativas”
Objetivo: Ejecutar una solución mediante la elección de propuestas.
- Sesión 8: “Relajándome ante los problemas”
Objetivo: Mejorar la capacidad de concentración mediante la relajación diafragmática
- Sesión 9: “Superando los obstáculos”
Objetivo: Superara las barreras mentales con la toma de decisiones
- Sesión 10: “Ordenando mi vida”
Objetivo: Promover el orden de las cosas mediante el sociodrama

5.6 Recursos

5.6.1 Humanos

- **Responsable del programa**
Profesores tutores
Director de la Institución Educativa

5.6.2 Materiales

5.6.3 Financieros

Materiales	Cantidad	Costo
Hojas bond	½ millar	s/. 12 soles
Papelógrafos	10	s/. 5 soles
Pelota	1	s/. 2 soles
Plumones	3	s/. 2 soles
Servicio de fotocopias	50	s/. 5 soles
Servicio de impresión	50	s/. 5 soles
Borradores	20	s/. 10 soles
Cartones	10	s/. 5 soles
Total		s/. 46 soles

Este financiamiento estará a cargo del responsable del programa

5.7 Cronograma de actividades

SESIONES	Junio				Julio				Agosto			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Semanas												
Sesión 1	X											
Sesión 2		X										
Sesión 3			X									
Sesión 4				X								
Sesión 5					X							
Sesión 6						X						
Sesión 7							X					
Sesión 8								X				
Sesión 9									X			
Sesión 10										X		

5.8 Desarrollo de sesiones

Sesión 1: “Analizando mis actividades personales”

Objetivo: Establecer un orden en las actividades diarias través de la Agenda de trabajo

Actividad	Objetivo	Desarrollo	T	Recursos
Presentación del programa	Indicar aspectos generales de la sesión a tratar.	El moderador saludará a los alumnos y realizará una breve explicación sobre los contenidos a tratar en el programa “Enriqueciendo mi forma de pensar”	10	
Pasarse la pelota	Presentarse de manera amena entre los alumnos	El moderador pedirá a los participantes formar un círculo, donde cada miembro del grupo, deberá decir al resto su nombre. Tras ello, se utilizará una pelota que los integrantes del grupo deberán pasarse, y a medida que reciban la pelota deberán decir su nombre y luego pasársela a otro quien deberá decir su nombre junto con los otros que la hayan recibido.	15	pelota
Exposición del tema: Mi horario de trabajo	Conocer la importancia de la concentración en el aprendizaje.	El desarrollo del tema iniciará abordando el tema de: “Mi horario de trabajo”, para lo cual se desarrollará el tema desde la perspectiva de: <ul style="list-style-type: none"> ▪ ¿Qué es un horario de trabajo? ▪ La importancia de tener un horario de trabajo ▪ El horario y el estudio ▪ Respetar mi horario 	25	Papelógrafos. Imágenes. Hojas Bond Plumones.
La agenda de trabajo	Estructurar actividades mediante la agenda de trabajo	El moderador explicará la finalidad de aprender a organizar nuestro tiempo y respetar los horarios que nos planteemos. Para realizar esta actividad es necesario un cuidadoso análisis de todas las actividades de la semana entera. Para ello utilizaremos la ficha de tipos de actividad cotidiana (Anexo 1). En esta ficha se apuntarán todas las actividades que se realizan y algunas de interés que se desee implementar. Este análisis sistemático deberá contener una tabla que lleve los días de la semana y las horas del día, cada casilla corresponde a una hora de tiempo y debe posteriormente ser subdividida en cuatro espacios que significan los cuartos de hora.	25	Hoja bond Lápices Borradores
Retroalimentación del tema	Establecer conclusiones acerca del tema	El moderador elaborará una serie de preguntas en base a los temas planteados y pedirá a cada uno de los participantes que responda de acuerdo con lo visto. A partir de ello aclarará otras dudas que estos puedan tener. Acto seguido se despedirá.	15	.

Sesión 2: “Organizando mis tareas”

Objetivo: Optimizar el orden de las tareas mediante la realización del Planner

Actividad	Objetivo	Desarrollo	T	Recursos
Presentación de la sesión	Indicar aspectos generales de la sesión a tratar.	El moderador saludará a los alumnos y realizará un breve resumen sobre el tema a tratar “	10	
Inventario de ideas	Utilizar la capacidad de improvisación y síntesis.	El moderador iniciara esta dinámica, donde explicara de antemano que se pondrán en marcha con este ejercicio, una serie de actividades que permitirán la expresión, desinhibición y mejorar el estado de ánimo, dada la libertad que ofrece la dinámica. El moderador pedirá que se formen 2 grupos; previamente habrá diseñado una serie de cartillas con palabras al azar, las cuales serán repartidas a cada grupo. Los grupos formaran 2 filas, una a cada lado del moderador cuando el primero de cada fila reciba la cartilla con la palabra deberá decir lo que sepa o le inspire lo acaba de leer. Cada participante deberá hacerlo en el menor tiempo posible, y la dinámica concluirá cuando las cartillas se hayan terminado	15	
Exposición del tema: Organizando mis tareas	Conocer la importancia de la concentración en el aprendizaje.	El desarrollo del tema iniciará abordando el tema de: “Organizando mis tareas”, para lo cual se desarrollará el tema desde la perspectiva de: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Mejorar nuestros espacios de estudio ▪ Organizar las tareas ▪ Manejar nuestros tiempos 	25	Papelógrafos. Imágenes. Hojas Bond Plumones.
Planner	Organizar las tareas mediante el Planner	El moderador explicará la importancia de realizar un horario de trabajo para poder distribuir nuestro tiempo en nuestras diferentes actividades, para ello recurrirá a la ficha de trabajo del horario de trabajo. (Anexo 2) En esta ficha el moderador dará la indicación de que pongan las actividades que realizan recurrentemente en el hogar y en el colegio, con la finalidad de puedan tener un mejor orden y disposición a las mismas.	25	Hoja bond Lápices Borradores
Resumen	Aclarar dudas acerca de los contenidos abordados.	El moderador elaborara una serie de preguntas en base a los temas planteados y pedirá a cada uno de los participantes que responda de acuerdo con lo visto. A partir de ello aclarara otras dudas que estos puedan tener. Acto seguido se despedirá.	15	.

Sesión 3: “Motivándome cada día”

Objetivo: Lograr buen desempeño en la realización de tareas mediante la automotivación

Actividad	Objetivo	Desarrollo	T	Recursos
Presentación de la sesión	Indicar aspectos generales de la sesión a tratar.	El moderador saludará a los alumnos y realizará un breve resumen sobre el tema a tratar “	10	
El alambre pelado	Favorecer a la distensión del grupo	El moderador le pedirá a uno de los participantes que se vaya de la habitación. Luego el resto de los compañeros, se sientan en círculo y se cogen de las manos. A continuación, el moderador señalará que todos son un circuito eléctrico y que hay un alambre pelado. Entre todos, se habrá elegido a quién funcionará como alambre pelado. Una vez tomada esta decisión, se le pedirá al compañero que está fuera de la sala que entre, y el moderador de grupo le explica que el grupo es un circuito eléctrico y que en éste hay un alambre pelado. Deberá usar su ingenio para descubrir quién es.	15	
Exposición del tema: La automotivación en mi vida	Conocer la importancia de la automotivación	El desarrollo del tema iniciará abordando el tema de: La automotivación, para lo cual se desarrollará el tema desde la perspectiva de: ¿Qué es la automotivación? La motivación extrínseca La motivación intrínseca La motivación en el aprendizaje y metas personales	25	Papelógrafos. Imágenes. Hojas Bond Plumones.
Uso de la automotivación	Descubrir aquellas circunstancias que nos motivan	El moderador iniciará dando un preámbulo a cada uno de los participantes, sobre la importancia de encontrarnos motivados para desplegar nuestro potencial en diferentes actividades. Para ello orientará en la búsqueda de aquellas motivaciones extrínsecas y extrínsecas que contamos, con la finalidad de alcanzar nuestras metas. Para esto se utilizará una ficha de trabajo (Anexo 3)	25	Hoja bond Lápices Borradores
Trabajo Grupal	Trabajar los contenidos abordados	El moderador pedirá a cada uno de los participantes que se agrupen de a 4, a partir de ello se pedirá que establezcan conclusiones sobre los contenidos abordados, con el objetivo de plasmar en un papelógrafo las ideas más relevantes. Acto seguido se despedirá.	15	Papelógrafo Plumones

Sesión 4: “Manteniendo un dialogo positivo”

Objetivo: Aumentar la confianza en uno mismo mediante el diálogo interno positivo

Actividad	Objetivo	Desarrollo	T	Recursos
Presentación de la sesión	Indicar aspectos generales de la sesión a tratar.	El moderador saludará a los alumnos y realizará un breve resumen sobre el tema a tratar.	10	
Soy una Las culebras	Favorecer a la cooperación del grupo con el desarrollo de la dinámica.	El moderador dividirá el aula en equipos, donde cada equipo formará una serpiente enganchándose los unos de los otros, agarrando la mano del de atrás y el cuerpo del de adelante. Al primero del equipo le denominaremos cabeza y a la última cola, y el juego consiste en que la cabeza de una de las serpientes agarre la cola de la otra. Gana el juego la culebra que primero enganche con su cabeza la cola del contrincante.	15	
Exposición del tema: Desarrollando la confianza en si mismo	Conocer la importancia de la automotivación	El desarrollo del tema iniciara abordando el tema de: “Desarrollando la confianza en sí mismo”, para lo cual se desarrollarán los siguientes puntos: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Desarrollando nuestra confianza ▪ Nuestra voz interior ▪ Cuidando nuestra mente ▪ Desventajas del dialogo interno negativo 	25	Papelógrafos. Imágenes. Hojas Bond Plumones.
Dialogo interno positivo	Fomentar el uso del dialogo interno positivo	El moderador hablara sobre la importancia de utilizar esta técnica para aumentar nuestra confianza en la realización de diferentes actividades, a partir de este hecho dará una serie de ejemplos acerca de cómo cambiar el dialogo interno, sobre todo cuando surgen ideas negativas que dañen nuestra confianza. A continuación, el moderador brindara a cada alumno la hoja de “Reemplazo de pensamiento” (Anexo 4)	25	Hoja bond Lápices Borradores
Rueda preguntas	Profundizar los conocimientos aprendidos	El moderador realizara una rueda de preguntas, donde pedirá a cada alumno de manera aleatoria que responda en sus propias palabras, los términos vistos en la sesión. Acto seguido se despedirá.	15	Papelógrafo Plumones

Sesión 5: “Analizando mis problemas”

Objetivo: Analizar los problemas mediante el Perfilamiento del Problema

Actividad	Objetivo	Desarrollo	T	Recursos
Presentación del programa	Señalar los aspectos principales del tema de exposición	El moderador al ingresar al aula saludará a los alumnos y pondrá en contexto a los alumnos haciendo una breve reseña sobre el tema: “Aprendiendo a confrontar mis problemas”	10	
Limitaciones Personales	Recapacitar en los puntos débiles de cada uno.	El moderador del grupo pedirá a cada persona que escriba en un papel tres limitaciones o puntos débiles de cada uno. No se pondrá el nombre en ese papel. Tras unos minutos, recoge todos los papeles. Distribuye estos papeles de manera aleatoria de manera que cada persona, haya recibido uno. Por orden, cada persona va leyendo los puntos débiles que aparecen en el papel como si fueran propios. Además, pueden exagerarlos. A la vez que los dice, comenta qué estrategias puede usar para corregirlos o cómo podría mejorarlos.	15	Hojas bond Papeles.
Exposición del tema: “La percepción de los problemas”	Distinguir los componentes principales del conflicto.	El desarrollo del tema iniciará abordando el tema de: “La percepción de los problemas”, para lo cual se desarrollará: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Manejo de conflictos ▪ Conciencia de los problemas ▪ Problemas y calidad de vida 	25	
La solución de problemas D’Zurilla y Goldfield.	Clasificar las diferentes circunstancias poemáticas	Se explicará el objetivo e importancia de la técnica de solución de problemas de D’Zurilla y Goldfried, así como los pasos que involucra, los cuales serán desarrollados en 2 sesiones. Acto seguido, el moderador repartirá las fichas de “Lista de problemas” (Anexo 5a), “Perfil del problema” (Anexo 5b) y “Reclasificación del problema” (Anexo 5c), con las que se trabajará en la siguiente sesión.	25	Hojas Bond Papelógrafos Fichas de trabajo. Plumón de pizarra.”
Conclusiones	Establecer conclusiones del tema	El moderador dará pie a la lluvia de ideas entre los alumnos preguntando: ¿Cómo podemos enfrentar nuestros conflictos?, para dar pie a determinar conclusiones generales a partir de los contenidos y técnicas tocadas en la sesión. Acto seguido se despedirá.	15	Plumón de pizarra.

Sesión 6: “Especificando los problemas”

Objetivo: Precisar soluciones mediante el perfilamiento de respuesta

Actividad	Objetivo	Desarrollo	T	Recursos
Presentación del programa	Señalar los aspectos principales del tema de exposición	El moderador al ingresar al aula saludará a los alumnos y pondrá en contexto a los alumnos haciendo una breve reseña sobre el tema: “Aprendiendo a confrontar mis problemas”	10	
¿Cómo me ven mis compañeros?	Favorecer a la cohesión grupal	El moderador entregara un nombre por cada uno de los integrantes con el nombre de cada uno de ellos. Se entregarán al azar, sin que nadie reciba el sobre con su propio nombre. Se tratará de que los distintos integrantes del grupo vayan escribiendo en un papel algo positivo y algo negativo de esa persona. Cada una de ellas en el color del post-it que haya dicho el moderador. Por ejemplo, la cosa buena en un post-it verde y la mala en un post-it rojo. A lo que todos irán añadiendo comentarios sobre todos sus compañeros. Sentados en círculo, se le entrega a cada persona su sobre. Por turnos, cada uno abrirá el suyo y leerá en voz alta las notas que ha recibido. Compartirá con el resto de los compañeros cómo se ha sentido.	15	Hojas bond Papeles.
Exposición del tema: “Los problemas en mi vida”	Conocer acerca de los distintos tipos de problemas	El desarrollo del tema iniciará abordando el tema de: Los problemas en mi vida, para lo cual se desarrollará el tema desde la perspectiva de: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Diferentes tipos de problemas ▪ Aceptar los problemas ▪ Algunas claves para resolver los problemas 		
La solución de problemas D’Zurilla y Goldfried.	Clasificar las diferentes circunstancias poemáticas	Continuando con la segunda parte de la técnica, en este segmento se explicará la realización de esta técnica junto con su importancia, detallando la “Especificación del problema y “el perfilamiento de este”. Se explicará la técnica en el siguiente orden: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Especificando el Problema: Se utilizará la guía de trabajo, para dar las pautas principales. (Anexo 6a) ▪ Perfilando la respuesta: Se utilizará la guía de trabajo, para dar las pautas principales. (Anexo6b) 	25	Hojas Bond Papelógrafos Fichas de trabajo. Plumón de pizarra.”
Conclusiones	Establecer conclusiones del tema realizado.	El moderador dará pie a la lluvia de ideas entre los alumnos preguntando: ¿Cómo podemos enfrentar nuestros conflictos?, para dar pie a determinar conclusiones generales a partir de los contenidos y técnicas tocadas en la sesión. Acto seguido se despedirá.	15	Plumón de pizarra.

Sesión 7: “Escogiendo mejores alternativas”

Objetivo: Ejecutar una solución mediante la elección de propuestas.

Actividad	Objetivo	Desarrollo	T	Recursos
Presentación del programa	Señalar los aspectos principales del tema de exposición	El moderador al ingresar al aula saludará a los alumnos y pondrá en contexto a los alumnos haciendo una breve reseña sobre el tema: “Aprendiendo a confrontar mis problemas”	10	
Fantasia de un conflicto	Permitir que cada persona exprese su forma de resolver el conflicto libremente.	El moderador introducirá la siguiente fantasía: “Te encuentras caminando por la calle y ves, a lo lejos, a una persona que te resulta familiar. De repente, te das cuenta de que esa persona es con la que mayores conflictos tienes. Cada vez os encontráis más cerca y no sabes cómo reaccionar cuando te cruces con ella, se te ocurren distintas alternativas... Decide ahora cuál eliges y tómate unos minutos para recrear en tu imaginación cómo transcurriría la acción.” Pasados unos minutos, se realizará una reflexión sobre el tema, preguntará. ¿Cómo se han sentido?, ¿cuál es tu nivel de satisfacción con la manera en que se han comportado?	15	Cartones Dos sillas. Hojas Bond.
Exposición del tema: “Análisis de Fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas”	Analizar las fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas.	El desarrollo del tema iniciará abordando el tema de: “Análisis de Fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas”, para lo cual se desarrollará el tema desde la perspectiva de: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Fortalezas y Oportunidades ▪ Debilidades y amenazas ▪ ¿En que nos ayuda el análisis FODA? ▪ ¿Cómo hacer un análisis FODA? 	25	Imágenes. Plumones. Papelógrafos.
La solución de problemas de D’Zurilla y Goldfried.	Discriminar entre las diferentes alternativas establecidas de manera personal.	Como preámbulo a esta sesión, el moderador explicara el objetivo de los dos componentes a trabajar y su importancia. Se repartirá las fichas de “Lista de alternativas” (Anexo 7a) y “Valoración de consecuencias” (Anexo 8d), luego se abordarán los 2 componentes en el siguiente orden: Creación de lista con las alternativas: Se utilizará la guía de trabajo, para dar las pautas principales. (Anexo 7b) Valoración de consecuencias y elección de mejor propuesta: Se utilizará la guía de trabajo, para dar las pautas principales (Anexo 7c) Por último, resaltara la versatilidad de la técnica; para realizarse de manera manual en casa y poder analizar con una mejor visión cada uno de los detalles que involucra un problema; dado que esta técnica es sustancial, cuando de evaluar alternativas de solución se trate.	25	Hojas bond. Papelógrafos. Lapiceros.

Pregunta ¿Qué aprendimos hoy?	Retroalimentar a través de los diferentes puntos de vista de los alumnos.	El moderador propondrá la pregunta, ¿Qué aprendimos hoy?, con la intención de dar pie a compartir las diferentes percepciones de los alumnos sobre el tema, para aclarar las ideas que no hayan quedado claras; del mismo modo se invitara a preguntar alguna cosa adicional que les haya causado interés. Finalmente, el moderador agradecerá la participación y se despedirá de los alumnos.	15	
-------------------------------	---	--	----	--

Sesión 8: “Relajándome ante los problemas”

Objetivo: Mejorar la capacidad de concentración mediante la relajación diafragmática

Actividad	Objetivo	Desarrollo	T	Recursos
Presentación del programa	Señalar los aspectos principales del tema de exposición	El moderador al ingresar al aula saludará a los alumnos y señalará los aspectos principales a tocar en esta sesión.	10	
Dinámica Palomitas pegadizas	Favorecer a la distensión de los alumnos.	Cada participante será una palomita que salta por la habitación, pero si en el salto se «pega» con otra deben seguir saltando juntas, agarrándose de las manos. De esta forma se van creando grupos de palomitas saltarinas, hasta que todo el grupo forme una bola gigante.	15	.
Exposición del tema: “El estrés”	Conocer la importancia de la mente relajada.	El desarrollo del tema iniciará abordando el tema de: “Relajación mental”, para lo cual se desarrollará el tema desde la perspectiva de: <ul style="list-style-type: none"> ▪ El estrés y sus efectos ▪ Reacciones psicósomáticas ▪ Importancia de la respiración ▪ Algunas formas de relajarnos 	25	Imágenes. Plumones. Papelógrafos.
Técnica de relajación diafragmática	Aprender a relajarse mediante la técnica de respiración diafragmática	El moderador explicará el objetivo de este ejercicio y exponiendo sus principios y como realizarlo en un ambiente privado. Pedirá a los alumnos que se sienten, sin tensar la espalda con una postura erguida y acaten las siguientes indicaciones: <ol style="list-style-type: none"> a) Coloquen una de sus manos sobre su pecho y la otra sobre su abdomen. Zona que se encuentra arriba de su estómago. b) Inhalen lentamente a través de su nariz. Cuenten hasta 2. A medida que inhalan, su abdomen debe levantar su mano, y su pecho debe mantenerse quieto. c) Observen que al inhalar cuenten hasta 2 y que cuando expulsan el aire cuenten hasta 4. Esto les ayuda a mantener su respiración lenta y pareja. El moderador deberá señalar que este ejercicio se deberá practicar con una frecuencia de 5 a 10 minutos de manera diaria, si es posible antes de ir a descansar.	25	Hojas Bond Papelógrafos Fichas de trabajo. Plumón de pizarra.”
Retroalimentación	Retroalimentar los aspectos esenciales de la sesión	El moderador pedirá a todos los alumnos que elabore una lista de a 10 factores o puntos claves sobre lo visto en el video y tema abordado en clase. A continuación, se formarán parejas con número de integrantes equitativos. Se dará un tiempo prudente para que debatan sus ideas, y solo escojan 8 factores finales, los cuales deberán ser plasmados y un papelógrafo, para finalmente ser expuestos por un representante de cada grupo. Al terminar la moderadora se despedirá de los alumnos y agradecerá por la participación.	15	

Sesión 9: “Superando los obstáculos”

Objetivo: Superar las barreras mentales con la toma de decisiones

Actividad	Objetivo	Desarrollo	T	Recursos
Presentación del programa	Señalar los aspectos principales del tema de exposición	El moderador al ingresar al aula saludará a los alumnos y señalará los aspectos principales a tocar en esta sesión.	10	
Venta de cosas absurdas	Generar un ambiente de distensión	El moderador pedirá que se formen 4 grupos, para lo cual escogerá entre varios objetos con el fin de que cada grupo, pueda vender alguno de estos objetos frente a todos sus compañeros. No habrá ganadores, solo se valorará la creatividad y actitud de los participantes.	15	.
Exposición del tema: “Habilidad para tomar decisiones”	Conocer la Importancia de la mente relajada.	El desarrollo del tema iniciará abordando el tema de: “Habilidad para tomar decisiones”, para lo cual se desarrollará el tema desde la perspectiva de: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Mantener la calma para tomar decisiones ▪ Describir el problema ▪ Analizar el problema ▪ Pasar de la decisión a la acción 	25	Imágenes. Plumones. Papelógrafos.
Toma de decisiones	Desarrollar la capacidad de la toma de decisiones.	El moderador explicara el objetivo de este ejercicio, profundizando sobre la secuencia de esta técnica. La secuencia estará compuesta de la siguiente manera: <ol style="list-style-type: none"> a) Descripción del Problema b) Análisis del Problema c) Generar alternativas d) Selección de mejorar alternativa A partir de la explicación de esta técnica se explicará su uso en la vida diaria.	25	Hojas Bond Papelógrafos Fichas de trabajo. Plumón de pizarra.”
Conclusiones	Establecer conclusiones finales	El moderador pedirá a todos los alumnos que elabore una lista de a 10 factores o puntos claves sobre lo visto en el video y tema abordado en clase. A continuación, se formarán parejas con número de integrantes equitativos. Se dará un tiempo prudente para que debatan sus ideas, y solo escojan 8 factores finales, los cuales deberán ser plasmados y un papelógrafo, para finalmente ser expuestos por un representante de cada grupo. Al terminar la moderadora se despedirá de los alumnos y agradecerá por la participación.	15	

Sesión 10: “Ordenando mi vida”

Objetivo: Promover el orden de las cosas mediante el sociodrama

Actividad	Objetivo	Desarrollo	T	Recursos
Presentación del programa	Señalar los aspectos principales del tema de exposición	El moderador al ingresar al aula saludará a los alumnos y señalará los aspectos principales a tocar en esta sesión.	10	
Toca algo azul	Promover un clima de confianza personal	El moderador les pedirá a los participantes que se pongan de pie, y se les deberá explicar que deberán encontrar algo azul para poder salvarse. Previamente el moderador colocará en el aula algunas cosas de dicho color, para que cuando lo toquen puedan salvarse, conforme pasen los turnos se irán quitando cosas con este color hasta que quede un ganador.	15	Cartulina
Exposición del tema: Orden y clasificación	Distinguir los componentes principales del conflicto.	El desarrollo del tema iniciará abordando el tema de: Orden y clasificación, para lo cual se desarrollará el tema desde la perspectiva de: <ul style="list-style-type: none"> • Orden y clasificación • Clasificar nuestras tareas mas importantes • Clasificando tareas por responsabilidad • Ordenando mi ambiente de trabajo 	25	Imágenes sobre el tema papelógrafos Plumón de pizarra.
Sociodrama	Concientizar acerca de la importancia de mantener el orden	El moderador empezará la técnica repartiendo unas hojas a los alumnos, para luego pedirles que en dichas hojas dibujen y dividan un gráfico dónde anotarán las cosas que les gustaría hacer durante el día, por un lado, y por otro lado las tareas que deben hacer por mandatos de sus padres, o del colegio. Luego el moderador recreará, con la participación de algunos alumnos seleccionados, la caracterización de una escena dónde el moderador ordenará una serie de cosas cotidianas del hogar, y el alumno deberá leer la lista que escribió sobre lo que le gusta hacer cuando no obedece dichos mandatos, luego el moderador deberá concientizar junto a los alumnos lo importante que es cumplir con responsabilidad las tareas más importantes, dejando para después el ocio con el fin de evitarse problemas y conflictos a corto y largo plazo, en los ámbitos más importantes de su vida.	25	Hojas Bond Papelógrafos Fichas de trabajo. Plumón de pizarra.
Conclusiones	Brindar conclusiones generales acerca del tema	El moderador brindará a los alumnos un tiempo prudente para que en un papelógrafo plasmen en grupo las conclusiones del tema. Acto seguido pasará a despedirse y agradecerá por lo realizado a lo largo del programa de intervención.	15	Plumón de pizarra.

Referencias Bibliográficas

- Aguilar, M. y. (2014). Estilos de pensamiento, Tipos de Liderazgo y Estilos educativos en docentes universitarios. *Repositorio Universidad Cesar Vallejo*, 81-91.
- Arboleda, J. (2013). Hacia un nuevo concepto de Pensamiento y comprensión. *Redipe*, 1-9.
- Bono, E. (2014). *El Pensamiento Lateral*. Paidós: Mexico.
- Carbajal, S. (2014). Incidencia de la psicología cultural en el aprendizaje de la literatura. *Revista Universidad Tecnológica Equinoccial*, 275-297.
- Cheng, S. y. (2019). Thinking styles and self-determination among university students who are deaf or hard of hearing and hearing university students. *El Sevier*, 61-69.
- Chinchay, J. (2014). Conductas Antisociales-Delictivas y Estilos de Pensamiento en Estudiantes de una Institución Educativa del Distrito de Tután, 2014. *Revista Científica PAIN*, 1-11.
- Dewey, J. (1910). *How I Thinking*. España: Paidos Iberica.
- Fan, J. Y. (2014). The Role of Learning Environments in Thinking Styles. *Journal Articles Eric*, 252-258.
- Fernández, V. Y. (2016). Relación entre los estilos de pensamiento y los tipos de liderazgo con la percepción del clima organizacional en jueces de tres especialidades de la Corte Superior de Lima Centro. *Revista Universidad Peruana Cayetano Heredia*, 1-82.
- Gestión (2017) El 27% de ingresantes a universidades privadas abandonan su carrera en primer año de estudios.Redacción Gestión. Recuperado de: <https://gestion.pe/fotogalerias/revista-forbes-10-famosos-encabezan-lista-celebridades-mejor-pagadas-mundo-fotos-nndc-272777?ref=nota&ft=autoload>

- González, J. E. (2004). Estilos de pensamiento: análisis de su validez estructural a través de las respuestas de adolescentes al thinking styles inventory. *Psicothema*, 139-149.
- Hernández, S. F. (2014). *Metodología de la Investigación*. New York: McGraw-Hill.
- Lázaro, N., Zoradida, C. y DuRAN, M (2017) La deserción estudiantil en educación superior: s.o.s. en carreras de ingeniería informática.
- Lopes, O. y. (2017). Estilos de pensamiento y creatividad. *Publicaciones de la Universidad de Murcia*, 254-258.
- Melgar, A. (2000). El Pensamiento: una definición interconductual. *EL PENSAMIENTO: UNA DEFINICIÓN INTERCONDUCTUAL*, 1-37.
- Ministerio de Educación Cultura y Deporte (2015). Objetivos Educativos Europeos y Españoles. Estrategia Educación Formación 2020.
- Palella, S. y. (2012). *Metodología de la investigación cuantitativa* (3ra ed.). Paidós: Barcelona.
- Piaget, J. (1997). *Psicología del Niño*. Madrid: Morata.
- RAE. (2014). *Diccionario de la Lengua Española*. España: SGEL.
- Santos, S. (2017). Estilos de Pensamiento e Ideación Suicida en Mujeres Víctimas de Maltrato Físico y Psicológico que Asisten a un Centro de Salud Piura. *Repositorio Universidad Cesar Vallejo*, 1-75.
- Sanyin, C. X. (2016). Thinking styles of university deaf or hard of hearing students and hearing students. *El Sevier*, 377 - 387.
- Sternberg, R. (1997). *Thinking Styles*. España: Paidos.
- UNICEF (2015) informe anual 2015. Recuperado de: https://www.unicef.org/spanish/publications/files/UNICEF_annual_report_2015_SPANISH_WEB.pdf

- Valadez, M. y. (2017). Estilos de pensamiento y elección profesional. *Maestroteca*, 1-22. doi:<http://dx.doi.org/10.15517/aie.v17i3.29876>
- Vargas, G. (2016). PERFIL DE PENSAMIENTO DE LOS CADETES NAVALES EN RELACIÓN CON SU. *Revista Universidad del Norte*, 92-149.
- Varó, A. (2019). Pensamiento, Lenguaje y Realidad. *FilosoFem*, 1-45.

Anexos

Anexo 1. Matriz de consistencia

‘Definición del problema	Objetivos	Definición de la variable	Definición operacional	Metodología
Problema General	Objetivo General			
¿Cuál es el nivel de los estilos de pensamiento de los estudiantes del Centro Preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, periodo enero-febrero 2019?	Determinar el nivel de los estilos de pensamiento de los estudiantes del Centro Preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, periodo enero-febrero 2019.			
Problemas Específicos	Objetivos Específicos			
<ul style="list-style-type: none"> ▪ ¿Cuál es el nivel de los estilos de pensamiento, según la dimensión monárquica, de los estudiantes del Centro Preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, periodo enero-febrero 2019? ▪ ¿Cuál es el nivel de los estilos de pensamiento, según la dimensión jerárquica, de los estudiantes del Centro Preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, periodo enero-febrero 2019? ▪ ¿Cuál es el nivel de los estilos de pensamiento, según la dimensión oligárquica, de los estudiantes del Centro Preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, periodo enero-febrero 2019? ▪ ¿Cuál es el nivel de los estilos de pensamiento, según la dimensión anárquica, de los estudiantes del Centro Preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, periodo enero-febrero 2019? 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Identificar el nivel de los estilos de pensamiento, según la dimensión monárquica, de los estudiantes del Centro Preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, periodo enero-febrero 2019. ▪ Identificar el nivel de los estilos de pensamiento, según la dimensión jerárquica, de los estudiantes del Centro Preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, periodo enero-febrero 2019. ▪ Identificar el nivel de los estilos de pensamiento, según la dimensión oligárquica, de los estudiantes del Centro Preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, periodo enero-febrero 2019. ▪ Identificar el nivel de los estilos de pensamiento, según la dimensión anárquica, de los estudiantes del Centro Preuniversitario de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, periodo enero-febrero 2019. 	<p>Sternberg (1997) señala que los estilos de pensamiento son las vías preferidas para aplicar, utilizar o explorar la propia inteligencia y saber a un problema o labor que se ha de completar, los estilos de pensamiento son formas características de pensar.</p>	<p>Estilos de forma:</p> <p>Forma Jerárquica</p> <p>Forma Monárquica</p> <p>Forma Oligárquica</p> <p>Forma Anárquica</p>	<p>Tipo: Descriptiva.</p> <p>Enfoque: Cuantitativo.</p> <p>Diseño: No experimental, transaccional.</p> <p>Población: 35 estudiantes del centro Pre de la universidad Inca Garcilaso de la Vega.</p>

Anexo 2. Cuestionario de Estilos de Pensamiento

Sexo..... Edad..... Tiempo de preparación (Cantidad en meses)

CUESTIONARIO STERNBERG – WAGNER

Lea detenidamente cada afirmación para determinar en qué medida encaja cada una con su manera usual de hacer las cosas en el trabajo, en la universidad o en el hogar. En el recuadro siguiente existen 7 categorías representadas por números que van del 1 al 7.

Escriba 1.... Si la afirmación no encaja en lo absoluto, es decir, si nunca hace las cosas así.

Escriba 7...Si la afirmación encaja totalmente, es decir, si siempre hace las cosas así.

Utilice valores intermedios para indicar que la afirmación encaja en los demás grados variables.

Nada	Casi	Ligeramente	Un poco	Bastante	Mucho	Totalmente
1	2	3	4	5	6	7

1.-Cuando hago algo o escribo, me centro en una idea principal.	
2.-Cuando intento tomar una decisión tengo la tendencia a ver un solo factor principal.	
3.-Si tengo que hacer varias cosas importantes sólo hago lo más importante para mí.	
4.-Me gusta concentrarme en una tarea a la vez.	
5.-Tengo que terminar un proyecto antes de empezar otro.	
6.-Me gusta establecer prioridades entre las cosas que debo hacer, antes de empezar a hacerlas.	
7.-Cuando hago una tarea, soy capaz de ver como las partes se relacionan con el objetivo general.	
8.-Cuando me encuentro con dificultades, sé distinguir su importancia y	

el orden en que debo tratarlas.	
9.-Cuando hay muchas cosas que hacer, sé distinguir con claridad en qué orden debo de hacerlas.	
10.-Cuando empiezo cualquier cosa me gusta saber que tengo que hacer y en qué orden.	
11.-Cuando emprendo una tarea, normalmente me da igual empezar por cualquiera de los aspectos.	
12.-Normalmente hago varias cosas a la vez.	
13.-A veces me cuesta definir prioridades cuando tengo cosas que hacer.	
14.-Normalmente sé que cosas debo hacer, pero, a veces me cuesta decidir en qué orden.	
15.-Cuando trabajo en un proyecto tiendo a considerar que casi todos sus aspectos tienen la misma importancia.	
16.-Puedo cambiar de una tarea hacia otra fácilmente, porque todas las tareas me parecen igualmente importantes.	
17.-Cuando hay muchas cosas importantes que hacer, trato de hacer todas las que puedo en el tiempo que tengo disponible.	
18.-Me gusta abordar todo tipo de problemas, incluso los aparentemente simples.	
19.-Cuando discuto o escribo ideas, utilizo todo lo que se me viene a la mente.	
20.-Creo que resolver un problema normalmente conduce a muchos otros problemas que son igualmente importantes.	

Anexo 3. Anexos del programa de intervención

Anexo 1 - Ficha de tipos de actividad cotidiana - Sesión 1

Indique una Abreviatura para las actividades cotidianas de la forma que usted considera apropiada.

P.E ES - ESTUDIO / LC- LECTURA / TV – MIRAR TELEVISION/ SU - SUEÑO

ABREVIATURA	ACTIVIDADES

Anexo 2 - Ficha de análisis de los compromisos semanas y elaboración de una jornada - Sesión 8

Escriba las abreviaturas dentro de las casillas correspondientes a la hora, en cada día de la semana. ES-LC-TV

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
6 - 7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				
22				

HORA	VIERNES	SABADO	DOMINGO
1 - 7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			
19			
20			
21			
22			

Anexo 3 – Ficha de trabajo para automotivación – Sesión 3

¿Qué es lo que más me motiva?	¿Por qué?

Anexo 4 – Ficha de reemplazo de pensamientos- Sesión 4

Pensamientos Negativos	Pensamientos positivo

Anexo 5a - Lista de problemas. Sesión 5

Marque en cada situación, la casilla que describa mejor en qué medida se trata para usted un problema. Si tiene dificultades para determinar si una situación es un problema significativo para usted, imagínese en esta situación. Incluya imágenes, acciones y sonidos que la hagan parecer real. En esta situación ¿se siente colérico? , ¿Se siente deprimido? ¿Se siente ansioso? ¿Se siente confuso? Atención a estas emociones. Si se experimenta cólera, depresión, ansiedad o confusión; probablemente se encuentre ante una situación problemática; algo hay en su forma de responder que no funciona bien. Marque la casilla adecuada:

NO ME MOLESTA EN ABSOLUTO: No tiene nada que ver conmigo

ME MOLESTA UN POCO: Afecta ligeramente mi vida y constituye un pequeño gasto en energías

ME MOLESTA BASTANTE: Posee un claro impacto en mi vida

ME MOLESTA MUCHO: Altera enormemente mi vida cotidiana y afecta profundamente mi bienestar.

SALUD

	A	B	C	D
Trastornos del sueño				
Problemas sobre el peso				
Sentirse físicamente cansado				
Trastornos del estómago				
Problemas físicos crónicos				
Dificultades para levantarse por la mañana				
Alimentación y dieta pobre				

ECONOMÍA

	A	B	C	D
Dificultad para hacer llegar el dinero a fin de mes				
Dinero insuficiente para las necesidades básicas				
Aumento creciente en las deudas				
Gastos inesperados				
Dinero insuficiente para el ocio y las aficiones				
No hay fuente fija de ingresos				
Demasiadas cargas financieras				

TRABAJO

	A	B	C	D
Trabajo monótono y aburrido				
Relaciones difíciles con el jefe o superior				
Prisas y con estrés				
Deseo de un trabajo o carrera distintos				
Necesidad de mayor experiencia o formación				
Temor de perder el trabajo				
Dificultades para entenderse con los compañeros de trabajo				
Paro o desempleo				
Condiciones de trabajo desagradables				
Necesidad de mayor libertad en el trabajo				

VIVIENDA

	A	B	C	D
Vecinos indeseables				
Demasiado lejos del trabajo o escuela				

Demasiado pequeña				
Condiciones desagradables				
Cosas que precisan una reparación				
Malas relaciones con el propietario				

OCIO

	A	B	C	D
No disfrutar de la suficiente diversión				
Mediocre en el deporte o el juego				
Poco tiempo libre				
Querer más oportunidades para disfrutar del arte o la expresión				
Pocas ocasiones para disfrutar de la naturaleza				
Deseo de viajar				
Necesidad de unas vacaciones				
Incapacidad para pensar en algo divertido que hacer				

FAMILIA

	A	B	C	D
Sentirse rechazado por la familia				
Desacuerdo en casa con el cónyuge				
No llevarse bien con uno, o más, de los niños				
Sentirse atrapado en una situación familiar dolorosa				
Inseguridad – temor a perder la pareja				
Incapaz de ser abierto y honesto con los miembros de la familia				
Deseo de contacto sexual fuera de la pareja				
Conflicto con los padres				
Tener distintos intereses que el conyugue				
Roces familiares				

Rupturas familiares				
Problemas de los niños en la escuela				
Miembro de la familia enfermo				
Excesivas discusiones en casa				
Cólera, resentimiento hacia el conyugue				
Estar irritado por las costumbres de un miembro de la familia				
Estar preocupado por un miembro de la familia				

Psicológico

	A	B	C	D
Tener un mal hábito concreto				
Problemas religiosos				
Problemas con la autoridad				
Objetivos y exigencias				
Estar obsesionado por objetivos lejanos, inalcanzables				
Falta de motivación				
Sentirse muy deprimido algunas veces				
Sentirse muy nervioso algunas veces				
Sentirse bloqueado para alcanzar los objetivos				
Sentirse muy enfadado				
Preocupado				

OTROS: Si algunas situaciones concretas no enumeradas anteriormente interfieren de forma significativa en su vida, escríbalas y evalúelas.

	A	B	C	D
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				

PERFIL DEL PROBLEMA

I. SITUACIÓN

Describir la situación de la lista de problemas brevemente, y con palabras propias.

¿Quién está implicado?- Otras personas
¿Qué sucede? - ¿Qué ha sucedido o dejado de suceder que le molesta a usted?
¿Dónde sucede? – Lugar
¿Cuándo sucede? – Momento durante el día, frecuencia, duración
¿Cómo sucede? – Las reglas que parece seguir, estados de ánimo implicados
¿Por qué sucede? – Razones que uno mismo o los demás dan para justificar el problema en el momento en que se presenta

II. RESPUESTA

Escriba un resumen de lo que usted hace o deja de hacer.

¿Dónde lo hago?- Lugar

¿Cuándo lo hago? – Tiempo en reaccionar, duración de la respuesta

¿Cómo lo hago? – Estilo, humor, intensidad o control

¿Cómo me siento? – Emociones de cólera, depresión, confusión, etc.

¿Por qué lo hago? – Pensamientos sobre ello, teorías, explicaciones, razonamientos

¿Por qué sucede? – Razones que uno mismo o los demás dan para justificar el problema en el momento en que se presenta

Anexo 5C - Ficha de Reclasificación del problema - Sesión 7

El problema real no es:
¿Quién está implicado?

El problema real es:
¿Dónde responde usted?

El problema real no es:
¿Qué ha sucedido que le molesta?

El problema real es:
¿Cuándo responde usted?

El problema real no es:
¿Cómo sucede?

El problema real es:
¿Cómo se siente usted?

El problema real no es:
¿Por qué sucede?

El problema real es:
¿Por qué responde usted del modo que lo hace? (Pensamientos, teorías, racionalizaciones)

El problema real no es:

La situación

El problema real es:

¿Cómo responde?

Anexo 6a - Pautas para ficha “ficando el problema.” Sesión 7

- Se explicará el objetivo de la “Especificación del problema”, y su necesidad en la identificación del problema, a través de las emociones negativas que generan los problemas preliminares
- Se indicará las opciones de respuesta establecidas.
- Las áreas para evaluarse serán:
 - ✓ Salud.
 - ✓ Economía.
 - ✓ Trabajo vivienda.
 - ✓ Relaciones sociales.
 - ✓ Ocio.
 - ✓ Familia.
 - ✓ Plano psicológico.
 - ✓ Otras situaciones en concreto (que deberán especificarse detalladamente)

Anexo 6b - Pautas para ficha “Perfilando la respuesta.” Sesión 7

- Se explicará el objetivo del “Perfil de la respuesta”, y su necesidad en la describirán los detalles del problema.
- Se deberá escoger una de las situaciones valoradas con la letra C y D.
- Para detallar y precisar los detalles del problema será necesario responder preguntas orientadas a saber:
 - ✓ ¿Por qué pasa esta situación?;
 - ✓ ¿Dónde ocurre?
 - ✓ ¿Con qué personas ocurre?
 - ✓ ¿Cuándo ocurre?
 - ✓ ¿Qué hago cuando ocurre?
 - ✓ Otras preguntas adicionales, necesarias para comprender las conductas manifestadas.
- Finalmente, a través de la ficha de “Reclasificación del problema”, se podrá categorizar con mayor exactitud, si este es un problema “real” o uno “presunto.”

Lista de alternativas

Objetivo A:

--

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.

Objetivo B:

--

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.

Objetivo C:

--

1.	
2.	
3.	
4.	
5.	
6.	
7.	
8.	
9.	
10.	

Valorar las consecuencias

Estrategia:			
Consecuencias positivas	Puntuación	Consecuencias negativas	Puntuación
	TOTAL:		TOTAL:

Estrategia:			
Consecuencias positivas	Puntuación	Consecuencias negativas	Puntuación
	TOTAL:		TOTAL:

Estrategia:			
Consecuencias positivas	Puntuación	Consecuencias negativas	Puntuación
	TOTAL:		TOTAL:

Anexo 7c - Pautas para la creación de lista de alternativas. Sesión 8

- El moderador orientara en todo momento, asistiendo cualquier duda.
- Nos serviremos de un ejemplo en la pizarra, previamente elaborado, para explicar los elementos de ese paso; con el fin de aclarar las dudas de los alumnos, en el análisis de la creación de las alternativas personales.
- Se deberá recalcar el uso de la lluvia de ideas, donde se excluirá toda crítica y solo se le da importancia a cualquier idea que potencialmente sea beneficiosa, incluso aquellas opciones consideradas extrañas o joviales serán tomadas en cuenta,
- Sera primordial hacer un repaso de las ideas, sobre todo para ver si estas se pueden mejorar, ajustar o combinar.
- Todas las ideas pueden aportar elementos a la decisión final, por lo que se deber tener al menos 10 ideas para cada objetivo de resolución.

Anexo 7d - Valoración de consecuencias y elección de mejor propuesta. Sesión 8

- Se proseguirá con el ejemplo de la pizarra como guía
- El moderador deberá señalar que una vez que se cuente con estas 10 alternativas, se seleccionaran las estrategias más prometedoras, y se evaluar sus consecuencias.
- Se valorará las consecuencias positivas y consecuencias negativas
- Se asignará un puntaje a cada estrategia, para cada uno de estos rangos, considerando los criterios sociales y temporales.
- Por ultimo las consecuencias positivas que preponderen con mayor puntaje, serán las consideradas para poner en práctica primero.

Anexo 4. Fotografía de la muestra



Anexo 5. Carta de Presentación

**Universidad**
Inca Garcilaso de la Vega
Nuevos Tiempos. Nuevas Ideas
Facultad de Psicología y Trabajo Social

Lima, 28 de Enero del 2019

Carta N° 196-2019-DFPTS

Señor Doctor
MANUEL LAZO MANRIQUE
DIRECTOR
CENTRO PRE UNIVERSITARIO
UNIVERSIDAD INCA GARCILASO DE LA VEGA
Presente.-

Luego de recibir mis saludos y muestras de respeto, presento al señor **Richard Wilmer BARBARÁN PILLACA**, Bachiller de la Carrera Profesional de Psicología de nuestra Facultad, identificado con código 70-0368000, quien desea realizar una muestra representativa de Investigación en la Institución que usted dirige; para poder así optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología, bajo la Modalidad de Suficiencia Profesional.

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

Atentamente,



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

R084rb
ID. 1019183



Av. Pán de Azúcar 205 Lima
Teléfonos: 431 1815 / 438 2765 Anexo 3104
E-mail: psic@unigvc.edu.pe