

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



Trabajo de Suficiencia Profesional

Adaptación de conducta en estudiantes del nivel secundario de la Institución
Educativa N°7213 Peruano Japonés, en el distrito de Villa El Salvador

Para optar el Título Profesional de Licenciada en Psicología

Presentado por:

Autora : Bachiller Patricia Flores Marrufo

Lima – Perú

2019

Dedicatoria

Dedico este trabajo a mi papá por siempre estar a mi lado, por enseñarme a continuar ante las adversidades de la vida y apoyarme incondicionalmente en todo.

A mi mamá y hermanos, por entender mi ausencia durante este proceso y darme la fortaleza para continuar.

A mi abuelito Isac en el cielo, mi ángel guardián.

Agradecimiento

Agradezco sobre todo a Dios, por guiarme y bendecirme con salud, motivación, e inteligencia para poder concluir mis estudios.

A mis padres y hermanos, mi mayor motivación para salir adelante y mi más grande tesoro en la vida.

A mi novio por su gran apoyo durante la realización del proyecto de tesis, por estar en todo momento a mi lado dándome su amor y alentándome a continuar para así obtener el título como Psicóloga.

Asimismo, a mi Universidad Inca Garcilaso de la Vega por darme la oportunidad de superarme y cumplir la meta de culminar mis estudios universitarios, a los excelentes catedráticos quienes aportaron su vasto conocimiento, en especial a la Magister Anabel Rojas por su orientación, supervisión y motivación continua en la tesis.

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 “Adaptación de conducta en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa N°7213 Peruano Japonés, en el distrito de Villa El Salvador” 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.

Patricia, Flores Marrufo

Índice

Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
PRESENTACIÓN	iv
Índice	v
ÍNDICE DE TABLAS	ix
ÍNDICE DE FIGURAS	x
RESUMEN	xi
ABSTRACT	xii
INTRODUCCIÓN	xiii
CAPÍTULO I	15
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	15
1.1. Descripción de la realidad problemática	15
1.2 Formulación del problema	18
1.2.1. Problema General	18
1.2.2 Problemas específicos	18
1.3 Objetivos	19
1.3.1 Objetivo general	19
1.3.2 Objetivos específicos	19
1.4 Justificación e importancia	20
CAPÍTULO II	22
MARCO TEÓRICO	22

2.1 Antecedentes del Problema	22
2.1.1 Antecedentes Internacionales	22
2.1.2 Antecedentes Nacionales	25
2.2 Bases Teóricas	28
2.2.1 Concepto de Adaptación de conducta	28
2.2.2 Características de la adaptación de conducta	30
2.2.3 Factores que predisponen la adaptación de la conducta	32
2.2.4 Conducta adaptada y desadaptada del adolescente	32
2.2.5 Teorías relacionadas a la conducta humana	33
2.2.6 Dimensiones de la Adaptación de Conducta	38
2.3 Definiciones conceptuales	40
CAPITULO III	43
METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACION	43
3.1. Tipo de la investigación	43
3.2. Diseño de la investigación	43
3.3. Población y muestra	44
3.3.1. Población	44
3.3.2. Muestra	44
3.4. Identificación de la variable y su Operacionalización	45
3.5. Técnicas e instrumentos de evaluación	47
CAPITULO IV	49
PRESENTACIÓN Y PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE RESULTADOS	49

4.1. Presentación de resultados de datos generales	49
4.2 Presentación de resultados de datos específicos	51
4.3 Procesamiento de los Resultados	56
4.4 Discusión de los Resultados	56
4.5. Conclusiones	58
4.6 Recomendaciones	59
CAPITULO V	61
Programa de intervención	61
5.1 Descripción del problema	61
5.2 objetivos	61
5.2.1 objetivos generales	61
5.2.2 Objetivos específicos	62
5.3 Justificación	62
5.4 Alcance	63
5.5. Metodología	63
5.6 Recursos	64
5.6.1 Humanos	64
5.6.2 Materiales	64
5.6.3 Financieros	64
5.7 Cronograma de actividades	65
5.8 Desarrollo de las sesiones	65
Referencias Bibliográficas	85

Anexo 1. Matriz de Consistencia.	89
Anexo 2. Instrumento	90
Anexo 3. Carta de Aceptación	94
Anexo 4. Fotografías de la Muestra	95
Anexo 5. Anexos del programa	96
Anexo 6. Resultado del Antiplagio	¡Error! Marcador no definido.

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Matriz de Operacionalización	46
Tabla 2: Escala de clasificación del cuestionario	47
Tabla 3: Baremo de interpretación de la variable	48
Tabla 4. Datos sociodemográficos de los estudiantes del nivel secundario de la institución educativa N°7213 Peruano Japonés, según el grado.	50
Tabla 5. Nivel General de Adaptación de Conducta de los alumnos institución educativa N°7213 Peruano Japonés.	51
Tabla 6. Nivel de Adaptación de Conducta de los alumnos institución educativa N°7213 Peruano Japonés, según la dimensión Personal.	52
Tabla 7. Nivel de Adaptación de Conducta de los alumnos de la institución educativa N°7213 Peruano Japonés, según la dimensión Familiar.	53
Tabla 8. Nivel de Adaptación de Conducta de los alumnos de la institución educativa N°7213 Peruano Japonés, según la dimensión Educativa.	54
Tabla 9. Nivel de Adaptación de Conducta de los alumnos de la institución educativa N°7213 Peruano Japonés, según la dimensión Social.	55

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Teoría cognoscitiva (Piaget, 1941)	35
Figura 2. Teoría psicoanalítica (Freud, 1926)	36
Figura 3. Teoría cognitivo conductual	37
Figura 4. Diseño de la investigación	44
Figura 5. Datos sociodemográficos de los estudiantes del nivel secundario de la institución educativa N°7213 Peruano Japonés, según la edad.	49
Figura 6. Datos sociodemográficos de los estudiantes del nivel secundario de la institución educativa N°7213 Peruano Japonés, según el grado.	50
Figura 7. Nivel general de Adaptación de conducta de los alumnos institución Interpretación: De educativa N°7213 Peruano Japonés	. 51
Figura 8. Nivel de Adaptación de Conducta de los alumnos de la institución educativa N°7213 Peruano Japonés, según la dimensión Personal.	52
Figura 9. Nivel de Adaptación de Conducta de los alumnos de la institución educativa N°7213 Peruano Japonés, según la dimensión Familiar.	53
Figura 10. Nivel de Adaptación de Conducta de los alumnos de la institución educativa N°7213 Peruano Japonés, según la dimensión Educativa.	54
Figura 11. Nivel de Adaptación de Conducta de los alumnos de la institución educativa N°7213 Peruano Japonés, según la dimensión Social.	55

RESUMEN

La presente investigación tiene como objetivo general determinar el nivel de adaptación de conducta de los estudiantes del nivel secundario de la institución educativa N°7213 Peruano Japonés, Villa El Salvador. El estudio corresponde a una investigación de tipo descriptivo, con un enfoque cuantitativo. El diseño utilizado es no experimental y de corte transversal.

La población estuvo conformada por 40 estudiantes adolescentes de edades entre los 14 y 17 años. La técnica de recolección de la información fue la encuesta y el instrumento aplicado fue el Inventario de Adaptación de Conducta (IAC).

Los resultados indican que, en la Dimensión Personal, el 45% de los alumnos ha obtenido un Nivel medio; seguido de la Dimensión familiar, en la que el 55% de los alumnos ha obtenido un Nivel bajo; en cuanto a la Dimensión Educativa el 87,5% de los alumnos muestra un Nivel medio; asimismo en la Dimensión Social el 57,5% expresan un Nivel bajo. Finalmente, se establece como conclusión que el nivel de adaptación predominante en los alumnos de la institución educativa N°7213 Peruano Japonés, alcanza el “nivel bajo”, mismo que representa un 60% de la muestra; lo cual se debe a conflictos con el medio o la existencia de comportamientos inestables.

Palabras Clave: Adaptabilidad, conducta, social, familiar, educativa.

ABSTRACT

The present investigation has like general objective to determine the level of adaptation of conduct of the students of the secondary level of the educational institution N ° 7213 Peruvian Japanese, Villa El Salvador. The study corresponds to a descriptive research, with a quantitative approach. The design used is non-experimental and cross-sectional.

The population consisted of 40 adolescent students of ages between 14 and 17 years old. The technique for collecting the information was the survey and the applied instrument was the Behavior Adaptation Inventory (IAC).

The results indicate that in the Personal Dimension, 45% of the students have obtained a medium level; followed by the Family dimension, in which 55% of the students have obtained a Low level; Regarding the Educational Dimension, 87.5% of the students show a medium level; likewise, in the Social Dimension, 57.5% express a low level. Finally, it is established as a conclusion that: The level of adaptation predominant in the students of educational institution No. 7213 Peruvian Japanese, reaches the "low level", which represents 60% of the sample; which is due to conflicts with the environment or the existence of unstable behavior.

Keywords: Adaptability, behavior, social, family, educational.

INTRODUCCIÓN

Muchos consideran a la adolescencia como un periodo complicado, especialmente los padres, quienes muchas veces entran en riñas y disputas por establecer el dominio, por un lado tenemos a padres que tratan de mantener el control de la conducta de sus hijos; y por el otro bando un joven que busca demostrar que puede hacer las cosas por sí solo, que no necesita de nadie, y que puede ser dueño de su vida y enfrentar al mundo, que puede ser un líder y que gusta más de las salidas y amigos. En la mayoría de las familias esto es algo de cada día, y que muchas veces puede desencadenar en reacciones basadas en la agresión.

Estas circunstancias descritas anteriormente suceden porque es en esta etapa donde surgen cambios muy importantes para el ser humano, cambios que por lo general suceden de manera acelerada en el plano fisiológico, psicológico y social, y que terminan cuando se ha alcanzado la madurez biológica y psicológica necesaria para pasar a la adultez, donde se asumirán otro tipo de responsabilidades; estos cambios forman parte del proceso de Adaptación de conducta.

La adaptación de conducta abarca una serie de características, que desde aspectos evolutivos, incrementan la supervivencia y reproducción del individuo; por otro lado, desde el punto de vista de la psicología, este es el proceso por el cual una persona adapta sus patrones de comportamiento para ajustarse a las normas preponderantes en su contexto social; provocando el abandono de hábitos o prácticas que forman parte de su comportamiento por defecto, pero que están estimadas como negativas en el lugar al que desean integrarse, esto puede abarcar contextos como el hogar, grupo de amigos, escuela, entre otros.

Es por ello que la adaptación de la conducta está muy ligada con el cumplimiento de las normas, por ende los individuos que no acaten efectivamente algunas de ellas, estarán expuestos a severas sanciones.

La Institución Educativa N°7213 Peruano Japonés, es un recinto del cual se tiene conocimiento, que, en muchas de sus aulas, existe una gran propensión al desacato de normas, y diferentes problemas para desenvolverse en algunos contextos; lo cual incide de manera negativa en el rendimiento de las aulas y su desarrollo social. Teniendo en cuenta estos factores, se ha decidido analizar a los alumnos del 4to y 5to de secundaria del nivel secundario de la Institución Educativa N°7213 Peruano Japonés, en el distrito de Villa El Salvador, de edades entre 14 y 17 años, donde se registran en su mayoría este tipo de incidencias. Con el propósito de conocer los niveles de adaptación en los ámbitos: personal, familiar, escolar y social.

La Tesista

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Descripción de la realidad problemática

La adaptación es una reacción del individuo como forma de responder a una situación o circunstancia. La consecuencia de la adaptación es la modificación del comportamiento. (Vera, 2015).

La adolescencia, es un período de transición de la niñez a la etapa de la adultez, este periodo se distingue por los cambios a nivel biológico, nivel psicológico, nivel sexual y nivel social; se caracteriza por la inestabilidad y la lucha por la adquisición de las competencias necesarias para llegar a la vida adulta (Fierro, 1985; González, Montoya, Casullo y Bernabéu, 2002).

El desarrollo de la adaptación se va a dar de diferente manera en cada individuo, por lo mismo que cada sujeto pasa por distintas experiencias y se desarrollan en diferentes contextos, como escolar, familiar, social, en la cual este proceso se da en base a las estructuras mentales de asimilación, acomodación y equilibrio (Piaget y Papalia, 2009).

Resulta alarmante los numerosos casos asociados a los problemas de conducta que en la actualidad presentan los adolescentes, los mismos que en muchos casos son el resultado de conflictos que provienen de la niñez y que al no haber sido tratados de manera adecuada por un especialista perjudican aún más el normal desarrollo del adolescente durante esta compleja etapa, dado que experimentará diversos cambios internos y externos difíciles de enfrentar.

Los problemas de adaptación se reflejan en su comportamiento al manifestar conductas inadecuadas que de momento no logran controlar, causando preocupación en los adultos quienes intentan apoyar al adolescente.

Por lo tanto, al presentar el adolescente un bajo nivel de adaptación le resultará difícil socializar adecuadamente con su entorno y enfrentarse a los problemas que se puedan presentar de momento.

Es sabido que un alto porcentaje de adolescentes presenta dificultades en los procesos de adaptación, originados por una serie de factores como inestabilidad, problemas familiares, económicos y educativos.

Los adolescentes tienen dificultad para la adaptación escolar, en el proceso evolutivo puede ser notable en las áreas físicas, psicológicas y sociales. Pueden ser observados a niveles de primaria y secundaria; el punto fundamental para un adolescente es lograr ser aceptado en el ámbito en donde se encuentre y poder ser incluido, los problemas de adaptación que tiene el menor en la etapa de la infancia pueden repercutir en su etapa evolutiva, el cual tiene cambios psicológicos, emocionales (Carrión, 2014).

En América Latina, estudios realizados en Colombia informan que los adolescentes entre los 15 y 18 años cuentan con problemas de adaptación en diferentes ámbitos, donde las cifras revelan que el 44.95% cuenta con problemas de adaptación personal, y un 54.7% en inadaptación a su medio académico (Mojica y Moreno, 2013)

En el Perú, las estadísticas que reporta la Defensoría Municipal del Niño y del Adolescente (2014) muestran que el 20% de un total de 13,088 casos reportados de niños y adolescentes cuyas edades oscilan entre los 12 y 17 años, fueron víctimas de violencia familiar, abandono de hogar, incumplimiento de normas de conducta, entre otros. Por otro lado, también se reportó que 2,825 niños y adolescentes fueron específicamente violentados por el incumplimiento de normas de comportamiento, de los cuales 1,261 casos en Lima recibieron orientación psicológica y 757 fueron derivados del sector educación. (López, L. 2017).

En consecuencia, la presencia de problemas de convivencia en las instituciones educativas es una realidad que preocupa a la sociedad en general ya que influye de manera negativa en el proceso educativo, respecto a la adaptación del adolescente, al no tener adecuadas relaciones interpersonales en interacción con su medio social podría incurrir en el consumo de alcohol y drogas, el vandalismo y la delincuencia.

Según lo expuesto y frente a la información brindada, resulta importante reconocer que factores internos acreditan la inadaptación de conducta de los estudiantes del Nivel Secundario de la Institución Educativa N°7213 Peruano Japonés, en el distrito de Villa El Salvador durante el periodo 2019, que debidamente examinada será el piloto para así proponer alternativas orientadas a la mejora del problema.

Finalmente, la presente investigación brindará información de suma importancia a la institución educativa sobre la adaptación de conducta de los jóvenes alumnos, es por ello por lo que es de suma importancia realizar investigaciones sobre adaptación de conducta en adolescentes.

1.2 Formulación del problema

1.2.1. Problema General

¿Cuál es el nivel de adaptación de conducta de los estudiantes del nivel secundario de la institución educativa N°7213 Peruano Japonés, del distrito de Villa El Salvador?

1.2.2 Problemas específicos

¿Cuál es el nivel de adaptación de conducta, según la dimensión personal, que presentan los estudiantes del nivel secundario de la institución educativa N°7213 Peruano Japonés, del distrito Villa El Salvador 2019?

¿Cuál es el nivel de adaptación de conducta, según la dimensión familiar, que presentan los estudiantes del Nivel Secundario de la Institución Educativa N°7213 Peruano Japonés, del distrito Villa El Salvador 2019?

¿Cuál es el nivel de adaptación de conducta, según la dimensión escolar, que presentan los estudiantes del Nivel Secundario de la Institución Educativa N°7213 Peruano Japonés, del distrito Villa El Salvador 2019?

¿Cuál es el nivel de adaptación de conducta, según la dimensión social, que presentan los estudiantes del Nivel Secundario de la Institución Educativa N°7213 Peruano Japonés, Villa El Salvador 2019?

1.3 Objetivos

1.3.1 Objetivo general

- Determinar el nivel de adaptación de conducta de los estudiantes del nivel secundario de la institución educativa N°7213 Peruano Japonés, Villa El Salvador 2019.

1.3.2 Objetivos específicos

Determinar el nivel de adaptación de conducta, según la dimensión personal, que presentan de los estudiantes del Nivel Secundario de la Institución Educativa N°7213 Peruano Japonés, Villa El Salvador 2019.

Determinar el nivel de adaptación de conducta, según la dimensión familiar, que presentan de los estudiantes del Nivel Secundario de la Institución Educativa N°7213 Peruano Japonés, Villa El Salvador 2019.

Determinar el nivel de adaptación de conducta, según la dimensión escolar, que presentan de los estudiantes del Nivel Secundario de la Institución Educativa N°7213 Peruano Japonés, Villa El Salvador 2019.

Determinar el nivel de adaptación de conducta, según la dimensión social, que presentan de los estudiantes del Nivel Secundario de la Institución Educativa N°7213 Peruano Japonés, Villa El Salvador 2019.

1.4 Justificación e importancia

La presente investigación sobre la adaptación de conducta se justificó al haber encontrado con frecuencia problemas de adaptación en los estudiantes del Nivel Secundario de la Institución Educativa N°7213 Peruano Japonés en el distrito de Villa El Salvador, quienes presentan conflictos de interacción social con sus compañeros, presentando también bajo rendimiento académico, llegando incluso en algunos casos a mostrar conductas rebeldes ante las autoridades de la institución educativa.

La importancia de esta investigación se establece ya que la adaptación de conducta es un tema que se involucra en todos los aspectos en la vida académica del alumnado. Un alumno con buen nivel de adaptación conductual se desarrollará asertivamente y se integrará al grupo de pares para compartir ideas y trabajar en equipo, mientras que un alumno con falta de adecuación conductual tendrá un conflicto interior que lo cohibirá de poder desarrollarse en comunidad.

En dicho sentido se hace necesario e importante también estudiar el tema de adaptación conductual en función de los aportes que de este estudio se desprendan, tales como:

Desde el punto de vista teórico, la descripción de la adaptación de conducta en sus diferentes dimensiones generará una fuente enriquecida de información sobre esta temática. Desprendiéndose de esto, un sustento teórico, que servirá para nutrir el conocimiento humano.

Desde el plano práctico, beneficiará a todos los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa N°7213 Peruano Japonés, del distrito de Villa El Salvador, puesto que, apoyados en los resultados, se realizará una propuesta de intervención con la intención de mejorar y dar solución a las deficiencias encontradas en relación con la adaptación de conducta.

Desde el plano metodológico, las técnicas, procedimientos estadísticos e instrumentos utilizados en el presente estudio constituyen un aporte, puesto que, al tener validez y confiabilidad, contribuirá instrumentalmente en posteriores investigaciones, permitiendo precisar el nivel de adaptación de conducta.

Visto, desde los diferentes aspectos, es un gran aporte que busca contribuir a mejorar no solo la adaptación de conducta, sino también la etapa escolar y el rendimiento académico de los estudiantes, puesto que, la mejoría en su bienestar emocional contribuye a adquirir una mejor adaptación de conducta.

Además, el mejorar los estándares de adaptación de conducta de los estudiantes permite la adecuada formación de los futuros jóvenes profesionales, lo cual es muy importante por tratarse de la mejora y el avance de la población juvenil en nuestro país.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes del Problema

A continuación, se presenta trabajos de investigación con la misma variable de estudios realizados en el extranjero, así como dentro del Perú.

2.1.1 Antecedentes Internacionales

Velásquez, M. (2014) realizó una investigación en la Universidad Autónoma de México, titulada: *“Niveles de Adaptación del nivel medio superior de los alumnos del colegio Mexiquense de educación técnica de Toluca”*. Esta investigación tuvo como objetivo identificar los niveles de adaptabilidad de los adolescentes, El estudio fue de tipo descriptivo y diseño no experimental. Donde la muestra empleada fue de 182 alumnos de ambos sexos, del turno mañana y tarde de las carreras técnicas de puericultura, enfermería, trabajo social y turismo. El instrumento que se utilizó fue el Inventario de Adaptación de Conducta. Los resultados obtenidos señalan que el 60% se encuentra categorizado dentro del Nivel medio, destacando el área escolar con un 80%. Concluyendo que los alumnos tienen una mejor adaptabilidad en el entorno académico.

Galarza, G. y German, M. (2015), en su estudio, *“Estrategias de afrontamiento en conductas desadaptativas de adolescentes de los segundos años de bachillerato de las Instituciones Educativas Urbano-Fiscales del Distrito 1 Parroquia La Merced de la ciudad de Ambato”*. En este estudio se buscaba

demostrar el vínculo entre las estrategias de afrontamiento y las conductas desadaptativas que presentan los adolescentes del segundo año de bachillerato. La investigación fue de tipo descriptivo correlacional. La población total fue de 447 estudiantes, siendo la muestra de 162 estudiantes. Los instrumentos utilizados fueron el CSI e Inventario de Adaptación y Conducta para evaluar las conductas desadaptativas presentes en la población. Los resultados evidenciaron que el área de mayor desadaptación de conducta es el área Social, puesto que se obtuvo un total del 40% de la población total. Lo que permite concluir que la muestra evaluada se encuentra predispuesta al aislamiento, conflictos con sus iguales e incluso con la autoridad, inseguridad el momento de relacionarse, actitudes críticas dirigidas hacia sí mismo y a los que le rodean, conductas negativas que muestre su clara inconformidad con las personas que están a su alrededor.

Guaicha, G. (2015) realizó una investigación titulada “*Conductas de adaptación y su relación con la frustración en las madres adolescentes de los colegios fiscales pertenecientes a las parroquias la matriz y la merced de la ciudad de Ambato*”. El estudio tenía como fin determinar si la adaptación de conducta correlaciona con la frustración en un grupo de madres adolescentes. El estudio fue de enfoque mixto, y en él se trabajó con 32 madres adolescentes de entre 13 y 18 años, que asisten de forma regular a los centros educativos. Los instrumentos utilizados fueron: El Cuestionario de estados reiterados de frustración y el inventario de adaptación de conducta. Los resultados evidenciaron que el 41% obtuvo un nivel bajo, el. Concluyéndose que las madres adolescentes tienen una capacidad de responder a las eventualidades de su medio ambiente de manera deficiente.

Sánchez, L. (2015) en su investigación “*Adaptación de adolescentes*

institucionalizados del albergue villa juvenil, del sistema para el desarrollo integral de la familia del estado de México”. Tuvo como objetivo establecer el nivel de adaptación de los adolescentes Institucionalizados del Albergue Villa Juvenil, perteneciente al sistema integral de la familia del estado de México. El tipo de investigación fue descriptivo-transversal. La muestra estuvo conformada por 35 adolescentes, siendo el instrumento utilizado el Cuestionario de Adaptación para Adolescentes de H. M. Bell, en su adaptación para España hecha realizada por Cerdá en 1987. Los resultados indicaron que el nivel de adaptación familiar representado por un 49%, corresponde a la categoría bajo. Concluyéndose que la mala adaptación en el entorno familiar afecta la comunicación y la capacidad de solución de problemas.

Quispe, E. (2017) en su investigación titulada *“Influencia del acoso y violencia escolar en la adaptación de conductas en los adolescentes en la unidad educativa Mayor Ambato, del cuidado de Abanto”*. Tenía como objetivo determinar la influencia del acoso y violencia escolar en la adaptación de conducta en adolescentes de la Unidad Educativa Mayor Ambato. El diseño utilizado para este estudio fue de tipo correlacional. La muestra estaba compuesta por 125 estudiantes. El instrumento utilizado fue el Inventario de adaptación de conducta y el cuestionario de acoso y violencia escolar. Los resultados evidenciaron que el 47.2% presentan problemas en la adaptación, es decir que cuentan con problemas adaptarse a las situaciones en los ámbitos, social, familiar y personal, mientras que una parte menor presenta adaptación normal es decir el 25.6% que pueden desarrollar conductas adaptativas en los ámbitos familiar, social y académico, finalmente un porcentaje menor es decir el 27.2% presenta una adaptación

satisfactoria, es decir que se ajusta a las condiciones del medio. En conclusión, en el área familiar, social y escolar existe mayores dificultades de adaptación.

2.1.2 Antecedentes Nacionales

Matos, M. (2014), en su investigación *“Asertividad y adaptación de conducta en estudiantes del nivel secundaria de una institución estatal de Chimbote”*, tuvo como objetivo analizar la relación entre la asertividad y adaptación de conductas en los estudiantes de nivel secundario de una institución educativa estatal de Chimbote. El tipo de investigación utilizado fue sustantivo y el diseño fue descriptivo. La muestra estuvo compuesta por 174 alumnos de ambos géneros de 4to y 5to de secundaria. Los instrumentos que se utilizaron para esta investigación fueron la escala multidimensional de asertividad y el Inventario de Adaptación de conducta. Los resultados evidencian que el 51% de los estudiantes del nivel secundario de una institución educativa estatal en Chimbote cuentan con un nivel medio en la adaptación general; por otro lado, el 44,9% en el área de adaptación personal muestran un nivel medio, el 54% en el área de adaptación familiar muestran un nivel medio, el 36,4% en el área de adaptación escolar muestra un nivel medio, y el 51,7% en el área de adaptación social muestra un nivel medio.

Pingo, B (2016) en su investigación *“Clima social escolar y adaptación de conducta en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada de Trujillo”*, tuvo como objetivo analizar la relación entre clima social escolar y adaptación de conducta en alumnos del nivel secundario de una institución educativa privada de Trujillo. El diseño utilizado es de tipo descriptivo y

correlacional. Se utilizó como muestra a los alumnos de nivel secundaria, cuya muestra estuvo conformada por 126 alumnos del primero, segundo, tercer y cuarto. Los instrumentos utilizados fueron la escala de Clima Social Escolar (CES) la cual consta de nueve áreas como Implicación, afiliación, ayuda, tareas, competitividad, organización, claridad, control e innovación, a su vez también se utilizó la escala de Adaptación de Conducta (IAC) que consta de cuatro áreas como personal, familiar, educativo y social. Los resultados en el Nivel de adaptación general, el 83,3% de la muestra se encuentra categorizado dentro del nivel Medio. En el Área de Adaptación Personal el 52,4% muestra un Nivel medio, el 52,4% en el Área de Adaptación Familiar muestra un Nivel medio, el 94.4%, en el Área de Adaptación Educativa muestra un Nivel medio, y el 51.6% en el Área de Adaptación Social muestra un Nivel medio. En conclusión, una gran proporción de alumnos tiene una gran predisposición a reaccionar de manera adaptativa a su entorno.

Chuna, C (2017).en su investigación titulada *“Adaptación de conducta en estudiantes de tercero, cuarto y quinto del nivel secundario de la Institución Educativa Salesiano Don Bosco, Callao”*, tuvo como objetivo, establecer el nivel de adaptación de conducta en los estudiantes del tercero al quinto de secundaria del nivel secundario de la Institución Educativa Salesiano Don Bosco Callao; el diseño es no experimental, de corte transversal, y de tipo correlacional, Los participantes fueron 74 alumnos de la institución educativa. Para la investigación se utilizó como instrumento el IAC, Inventario de Adaptación de Conducta. Los resultados evidencian que el 68% de la muestra tuvo un Nivel medio en el Nivel de Adaptación General; en el área Personal se obtuvo un 20% de adaptación satisfactoria, 58%, de adaptación normal y 22% del nivel con dificultades; en el área Familiar se obtuvo

un 9% de adaptación satisfactoria, 72%, de adaptación normal y un 19% del nivel con dificultades, en el área Educativa se obtuvo un 0% de adaptación satisfactoria, 97%, de adaptación normal y un 3% del nivel con dificultades, finalmente en el área Social se obtuvo un 37% de adaptación satisfactoria, 47%, de adaptación normal y un 16% del nivel con dificultades. En conclusión, los estudiantes tienen una adaptación satisfactoria a diferentes entornos a los que se puedan enfrentar,

Gonzales, M. (2018) en su investigación “*Adaptación de conducta en adolescentes de 5° año de secundaria en un colegio de Villa el Salvador, 2017*” tuvo como objetivo conocer el nivel de adaptación de conducta que tienen los alumnos del quinto año de secundaria de un colegio de Villa el Salvador, así como también conocer los niveles de adaptación del alumno en cada uno de los ámbitos que intervienen en su desarrollo, como son: personal, familiar, educativo y social. El enfoque de este estudio fue cuantitativo, de tipo descriptivo-transversal. La muestra estuvo compuesta por 101 alumnos, para lo cual se utilizó el Inventario de Adaptación de Conducta (IAC) Los resultados expresaron que el nivel de adaptación general de los alumnos es de 93,3%, categorizándose como bajo. En conclusión, la mayoría de los alumnos tienen una adaptación baja en los ambientes donde se desenvuelven, y dificultades para desplegar con libre confianza. En conclusión, la mayoría de los alumnos tienen una adaptación normal en muchos de los lugares donde se despliegan, sintiendo mayor seguridad de sí mismos y con los demás

Meza, J. (2018) en su investigación “*Adaptación de Conducta en estudiantes del Nivel Secundario de la Institución Educativa N°6041 Alfonso Ugarte del*

Distrito de San Juan de Miraflores”, tuvo como objetivo medir en qué nivel se encuentra la adaptación de los alumnos de la I.E. Alfonso Ugarte. El diseño es no experimental de tipo descriptivo. Se utilizó una muestra de estudio conformada por 67 alumnos del 1er. grado, de edades entre 12 a 14 años, de ambos sexos. El instrumento utilizado fue el (IAC) Inventario de Adaptación de Conducta. En conclusión, el nivel de adaptación de conducta predominante en los alumnos la institución educativa en mención es 58.2% con un nivel medio. En cuanto los resultados, en el área Personal se obtuvo un 62,69% del nivel medio, en el área Familiar se obtuvo un 52,24% del nivel medio, en el área Escolar se obtuvo un 76,12% del nivel medio, finalmente en el área Social se obtuvo un 53,7% del nivel medio. En conclusión, los estudiantes en su mayoría muestran una gran inclinación a adaptarse con facilidad en los entornos familiar, sociales, académico y personal.

2.2 Bases Teóricas

A continuación, se desarrolla los términos principales relacionados con la adaptación de conducta, las bases teóricas que enmarcan esta investigación, así como fundamentaciones teóricas de diferentes autores que brindan una diversidad de teorías y modelos explicativos en cuanto a la adaptación de conducta.

2.2.1 Concepto de Adaptación de conducta

Ruiz (1995) afirma que la adaptación conductual es un componente actitudinal, que se caracteriza esencialmente por ser capaces de auto aceptar las condiciones que implica el proceso de los cambios sociales, familiares, académicos

e inclusive físicos; que perciben los adolescentes a lo largo de su desarrollo, frente a las diferentes circunstancias.

Friedrich (1971) en su diccionario indica que adaptación tanto en lo psíquico como en lo físico es toda modificación de una manera de ser de una estructura o función de una conducta, etc. la cual tiene tendencia a acomodarse a su entorno. “Consiste en la capacidad del ser humano para modificar su conducta acorde con las exigencias del ambiente que está en constante cambio”.

De la Cruz y Cordero (2015) señalan que la adaptación del adolescente es cuando acepta el desarrollo de su aspecto físico como también las normas establecidas por su entorno lo que conlleva a desarrollar una adecuada relación con su entorno familiar, educativo y social.

La exitosa adaptación comprende factores tales como las habilidades, actitudes y condiciones físicas que la persona posee, para actuar conforme con lo que desea hacer, respecto a lo que el medio exige, que adquiere la nomenclatura de equilibrio. Así mismo las situaciones que exigen adaptación al individuo cambian acorde con el mundo contemporáneo en el cual vivimos, puesto que ahora, la calidad de vida y la felicidad son más importantes que suplir las necesidades biológicas como eran en la edad antigua. En dicho sentido, se entiende como la capacidad de la persona que contiene un conjunto de habilidades sociales y prácticas para lograr acondicionarse con éxito a los medios en los que se desenvuelve en su vida cotidiana. (Sarason, 2006)

Piaget señala que la adaptación implica adaptar la nueva información del entorno, para Piaget esto explica la forma en como recogemos la información y como la hacemos propia, sobre todo desde niños, quienes de esta manera enriquecen su cúmulo de conocimientos. Para Piaget la adaptación está compuesta por dos pilares, la asimilación y la acomodación. (Papalia, 2009)

La adaptación conductual es un componente actitudinal, que se caracteriza esencialmente por ser capaces de auto aceptar las condiciones que implica el proceso de los cambios sociales, familiares, académicos e inclusive físicos; que perciben los adolescentes a lo largo de su desarrollo, frente a las diferentes circunstancias. (Ruiz, 1995)

Bañares (2010) expresa que la adaptación de conducta es un proceso evolutivo distinguido por la susceptibilidad da los cambios, donde muchas veces los comportamientos pueden desalinearse de las normas sociales, quebrantar las reglas o límites establecidos por el contexto cultural; dado que la empatía, el respeto por los demás y liderazgo, se encuentra en transcurso de maduración

2.2.2 Características de la adaptación de conducta

Los seres humanos nacemos dotados de habilidades innatas, y otras que obtenemos mediante un proceso de aprendizaje que puede realizarse por aprendizaje por imitación, aprendizaje por observación, aprendizaje por ensayo – error llamadas habilidades aprendidas. (Paucar y Perez, 2016)

El aprendizaje se realiza a nivel cognitivo relacionando el conocimiento, arsenal de información que posee el humano gracias al proceso de aprendizaje o la experiencia que se va reformando gracias a las habilidades y destrezas del individuo, para que se realice adecuadamente un proceso de aprendizaje es indispensable la motivación e interés. (Contreras, 2013)

Desde el momento del nacimiento del ser humano tiene un gran requerimiento de necesidades internas. El ser humano desde ya tiene la exigencia de tener una compañía humana y ser aprobado por la sociedad. Así mismo indica que la adaptación se puede ver de forma positiva o negativa. (Lazarus & Folkman, 1984)

Bandura expone que el comportamiento del individuo se ve influenciado por sus creencias y estímulos que se encuentran en su medio. Igualmente consideró a la personalidad como una interacción entre el comportamiento, el ambiente y los procesos psicológicos. (Contreras, 2013)

La adaptación se refiere principalmente a la aceptación de su aspecto físico, adquisición de su independencia emocional, su relación interpersonal con las personas que están a su alrededor. (De la Cruz y Cordero, 2015)

La adaptación de conducta a través del aprendizaje hace referencia en que el ser humano tiene comportamiento innato desde su nacimiento, a medida que se va desarrollando obtiene aprendizaje por imitación, así mismo el medio social donde se desenvuelve es importante en la influencia de su comportamiento.

2.2.3 Factores que predisponen la adaptación de la conducta

En el curso de la vida, se dan constantes y diversas situaciones en las cuales el ser humano debe adaptarse, sin lugar a duda el primero es el que se da tras el nacimiento por el desapego del vientre materno, lograr adaptarse al medio social, acoplarse a la familia, etc.

La sociedad cumple un papel muy importante pues este brindará el medio al cual el individuo tendrá que adaptarse para poder desenvolverse de manera adecuada. (Contreras, 2013)

La experiencia de adecuación personal, académica, social y familiar se desarrolla independientemente de los patrones correctivos o reacciones que manifiestan los padres frente a las conductas positivas o negativas de los adolescentes. (Paucar y Perez, 2016)

2.2.4 Conducta adaptada y desadaptada del adolescente

La adaptación es el equilibrio en lo que la gente hace y lo que desea hacer, asimismo lo que su entorno le exige, de igual forma la adaptación es dinámica ya que cada individuo responde con respecto al ambiente que pertenece y a las modificaciones que suceden en él. La adaptación de cada adolescente va a depender de dos factores (Sarason, 2006)

- Características personales (habilidades, actitudes, condición física)
- La naturaleza de aquellas situaciones a enfrentarse (conflicto familiar).

Estos factores en conjunto definen si el adolescente sobrevive, si está alegre y prospera o de lo contrario si se derrumba. Las personas y el ambiente están sometidos a constantes cambios con el pasar del tiempo, por lo tanto, la adaptación debe ser continua. En la actualidad los cambios se presentan con demasiada rapidez, generando presión a la capacidad de adaptación de los adolescentes quienes viven en constante conflicto. Sin embargo, la adaptación exitosa a un conjunto de condiciones no garantiza la adaptación exitosa de otras. (Sarason, 2006)

Sarason, (2006) afirma que el adolescente se enfrenta a diferentes problemas en esta etapa de su vida lo cual podría darse debido al estado de vulneración en el que se encuentra, siendo generador de conductas desadaptadas de este en el medio social en el cual se desenvuelve.

2.2.5 Teorías relacionadas a la conducta humana

A. Teoría cognoscitiva de Jean Piaget

Piaget en su teoría nos da a conocer la descripción del desarrollo del pensamiento del ser humano desde la infancia a la adultez. Así mismo sustenta que el desarrollo se basa fundamentalmente en el proceso de adquisición por etapas, denominando a este fenómeno o teoría, como Epistemología Genética lo cual

significa el desarrollo de diversos modos de conocer el mundo exterior. (Papalia, 2009)

La conducta pasa por etapas definidas donde su secuencia no varía, ni se omite ninguna; sin embargo, en la presentación de cada etapa varia de una a otra haciendo que la delimitación por edad sea solo una aproximación. Por ello se puede decir que el ser humano tiene como referencia su evolución verbal, cognoscitiva y conductual que se van desarrollando para organizar el aprendizaje la cual dirige a una conducta adecuada del individuo.

Piaget se basa en dos principios fundamentales. La organización es una predisposición innata donde se va integrando patrones físicos y esquemas mentales a sistemas más complejos y la adaptación donde todos los organismos nacen con la misma capacidad de ajustar sus conductas a las exigencias del ambiente al que se encuentran expuestos. El adolescente se adapta a su entorno mediante la asimilación donde se moldea la información nueva para que encaje a sus esquemas actuales; cuyo proceso se llama acomodación. (Papalia, 2009)



Figura 1. Teoría cognoscitiva (Piaget, 1941)

B. Teoría Psicoanalítica de Sigmund Freud

Freud, S. (1926) menciona que el ello está conformado por los instintos y deseos básicos, denominados pulsiones, caracterizados por los instintos de satisfacción de necesidades, tales como comer, beber, entre otros; los cuales garantizan la supervivencia. Dentro de las instancias psíquicas, el Yo es el encargado de regular los impulsos del ello, así mismo cumple la función de integrar el funcionamiento, destacando que su teoría gira en torno a los deseos inconscientes y represiones. De la misma forma este autor afirma que en la niñez es donde los individuos empezamos a percibir al ambiente como el medio de relación con las demás personas, las cuales van a posibilitar o inhibir los impulsos. Posteriormente esta teoría fue aceptada por Hartman, quien estudio las funciones del Yo he investigó como el individuo se adapta a su entorno, así mismo asegura que el psicoanálisis hace más fácil la adaptación del individuo al ambiente. (Paucar, 2016)

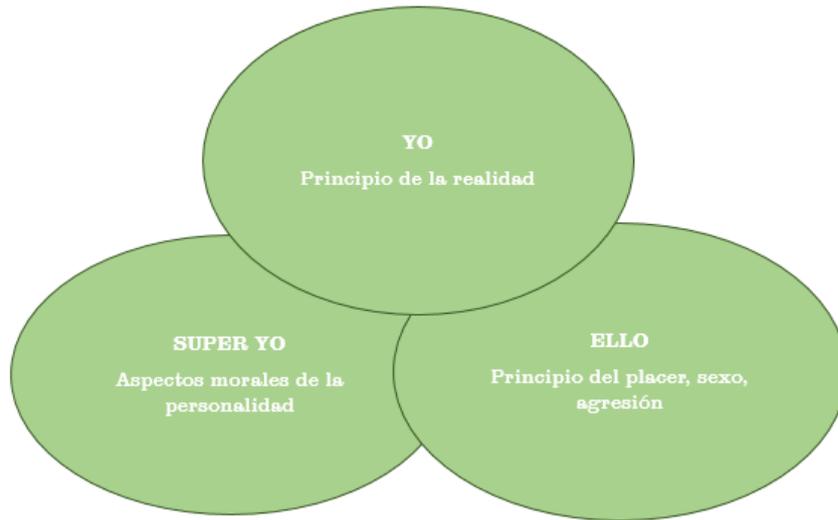


Figura 2. Teoría psicoanalítica (Freud, 1926)

C. Teoría cognitivo conductual

En esta teoría se estima que los comportamientos son aprendidos de múltiples maneras, mediante la experiencia y la observación.

Esta teoría se combina con la del aprendizaje, en su afán de explicar cómo se establecen las conductas en la infancia y adolescencia en la cual se integran factores internos y externos del individuo. (Batle y Gondón , 2008)

Esta teoría se centra fundamentalmente en como la conducta humana es aprendida o adquirida y abarca los principios y técnicas de la teoría de aprendizaje. Aquí se enfatiza la conducta individual observable y medioambientales quien puede acelerar o conservar una conducta determinada; cuando existen factores biológicos lo que determina la diferencia de conductas entre los sujetos es el aprendizaje es donde se puede afirmar que la influencia del medio ambiente es elemental en la adaptación de las conductas. (Paucar y Perez, 2016)

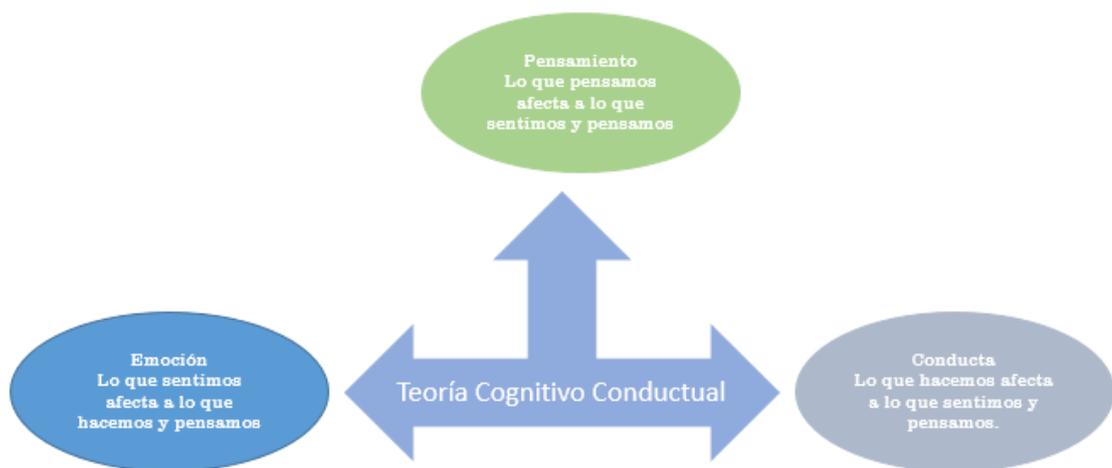


Figura 3. Teoría cognitivo conductual

2.2.6 Dimensiones de la Adaptación de Conducta

De la Cruz y Cordero (1995) categorizan que la adaptación de la conducta se mide mediante las siguientes dimensiones:

a. Adaptación personal.

Dadidoff (1979) con respecto a la adaptación personal la autora en mención puntualiza en el nivel de acoplamiento de cada individuo con uno mismo, este constructo es de exclusiva importancia para la psicología dada su concordancia con la autoestima; afirmando así que los individuos que consten con una adaptación alta disfrutaran de una autoestima elevada.

Moreno & García (2009) afirma que aquellas personas que tienen autoestima baja, inseguridad, sentimientos de culpa, miedos, malestar físico, ansiedad, etc. En su mayoría no cuentan con una adaptación personal adecuada.

b. Adaptación familiar.

Gottman & De Claire (1997), refiere que en la adolescencia los individuos presentan cambios constantes en todos los aspectos, ya sean físicos, biológicos, cognitivos, etc., así mismo se auto descubren conforme cada individuo los afronta de acuerdo con su contexto y entonces opten por caminos acertados para tener relaciones adecuadas con su propio entorno. El cambio de humor constante debido al área hormonal del ser humano puede

causar conflictos con sus familiares.

Hurlock (1994), menciona que el alumno expone actitudes críticas con respecto a la relación con sus familiares donde para revertir esto debe existir una buena comunicación, confianza y conservar los valores.

Es fundamental el rol de la familia en la socialización y desde ya en la adaptación personal del individuo. No es novedad que en esta etapa las relaciones familiares son difíciles de sobrellevar, pero con una adecuada comunicación ira mejorando en medida que el adolescente se va adaptando por ello si su entorno familiar lleva una vida prospera, el individuo tendrá actitudes positivas con su entorno; así mismo si en su hogar tiene un clima conflictivo denotará conductas negativas a su entorno. (Hurlock, 1994)

c. Adaptación escolar

Ramírez, 2003 (citado por Matos, 2014) menciona que el fracaso escolar muchas veces es consecuencia de la inadaptación. El individuo que presente problemas en cuanto a su adaptación mostrará manifestaciones que pueden ser variables desde lo considerado la más minúscula indisciplina que puede ser el no asistir a clases hasta la falta de respeto hacia sus autoridades en este caso el profesor. (Matos, 2014)

Muñoz & Saberbein refieren que la persona inadaptada, se muestra con dificultades de entablar una buena relación con su entorno familiar

manifestando síntomas como ansiedad, inseguridad, temor ante su rendimiento académico. (Meza, 2018)

Para un buen ajuste en el sistema educativo es necesario tener una buena relación alumno – profesor. Así mismo para facilitar la adaptación de los adolescentes es esencial que el sistema educativo considere a cada individuo como un ser único contemplando sus limitaciones y estimulando su potencial. (Hurlock, 1994)

d. Adaptación social

Un adolescente que está bien adaptado sostiene buenas relaciones con su entorno social, se identifica, participa, etc., igualmente la clase social es un factor vital para el adolescente, ya que este se va a relacionar con diferentes culturas el cual puede posibilitar para tener una apropiada adaptación. (Hurlock, 1994)

De la cruz y Cordero, (2015) afirman que el ámbito social del adolescente puede evidenciar diferentes conductas desadaptadas, aislamiento, inseguridad debido a su desacuerdo en ciertas cosas.

2.3 Definiciones conceptuales

- a) Adaptación:** Es una reacción del individuo como forma de responder a una situación o circunstancia. El resultado de la adaptación es la alteración del comportamiento para tener una reacción favorable de acuerdo con el contexto.

- b) Adaptación conductual:** Aceptación de su aspecto físico y normas establecidas por su entorno.
- c) Adolescencia:** Se define como el grupo poblacional que se encuentra entre 10 a 19 años. Se divide en: adolescencia temprana, periodo comprendido entre las edades de 10 a 14 años; y adolescencia tardía, periodo comprendido entre las edades de 15 y 19 años.
- d) Aprendizaje:** Es el proceso de adquisición de conocimientos, valores, actitudes y habilidades, posibilitado mediante el estudio, la enseñanza o la experiencia.
- e) Estudiantes:** Persona que cursa estudios en un centro o institución.
- f) Conducta:** Conjunto de las acciones con que un ser vivo responde a una situación.
- g) Desadaptación:** Falta de adaptación y dificultades para encontrar un balance en diferentes entornos.
- h) Educación:** Abarca el tener un conciencia cultural y conductual, donde las generaciones nuevas adquieren conocimientos que permitirán influenciar en el entorno, y actuar de acuerdo con ciertos patrones considerados como aceptables.
- i) Familia:** Grupo de personas emparentadas entre sí que viven juntas, conjunto

de ascendientes, descendientes colaterales y afines de un linaje.

j) Social: Perteneciente o relativo a la sociedad.

CAPITULO III

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACION

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. Tal como lo afirma Hernández, Fernández y Baptista (2014) 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.

3.2. Diseño de la investigación

El diseño adoptado para el siguiente estudio es No experimental; puesto que no se hizo alguna modificación en la variable de estudio.

Según Palella y Martins (2012), 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.

La investigación es de corte transversal de acuerdo con el tiempo que se recoge la información, por estar establecido en un determinado momento.

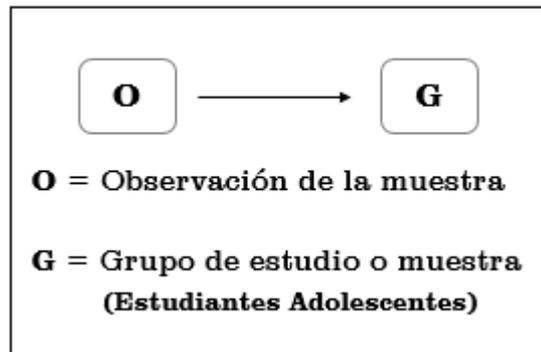


Figura 4. Diseño de la investigación

3.3. Población y muestra

3.3.1. Población

La población de estudio está comprendida por 40 adolescentes, estudiantes del Nivel Secundario de la Institución Educativa N°7213 Peruano Japonés en el distrito de Villa El Salvador 2019.

3.3.2. Muestra

La muestra es de tipo censal; en palabras de Ramírez (1999) es aquella en donde todos los componentes de la investigación son considerados como muestra. La muestra de estudio está conformada por 40 estudiantes adolescentes, al igual que la población.

a) Criterios de inclusión de los participantes:

- Estudiantes del programa de recuperación de la Institución Educativa N°7213 Peruano Japonés, en el distrito de Villa El Salvador.
- Estudiantes de ambos sexos.

b) Criterios de exclusión de los participantes:

- Estudiantes que no han asistido regularmente al programa de recuperación.
- Estudiantes con alguna discapacidad Intelectual Limite.

3.4. Identificación de la variable y su Operacionalización

La variable de estudio, adaptación de conducta, se va produciendo por interacción de los individuos con el ambiente ya que se adquieren mecanismos de supervivencia, estas nuevas estructuras biológica y psicológica se ajustan al medio interno y externo del sujeto para ser modificado en el sistema del individuo. (Gutierrez, 2016)

Además, la variable de estudio se categoriza en dimensiones como personal, familiar, escolar y social; tanto como indicadores e ítems, que se detallan en la matriz de operacionalización. Además, se considera los factores sociodemográficos para caracterizar la muestra son: edad, ocupación, y grado de instrucción de las participantes.

Tabla 1. Matriz de Operacionalización

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Índice	Instrumento
ADAPTACIÓN DE CONDUCTA	Para Gutiérrez (2005) la adaptación se va produciendo por interacción de los individuos con el ambiente ya que se adquieren mecanismos de supervivencia, estas nuevas estructuras biológica y psicológica se ajustan al medio interno y externo del sujeto para ser modificado en el sistema del individuo.	Para De la Cruz y Cordero (1981), la adaptación de la conducta, la evaluación de este constructo abarca conocer el ámbito personal, familiar, escolar y social. Siendo la adaptación de la conducta un aspecto de la personalidad de mucho interés en el proceso evolutivo del adolescente, puesto que debe ajustar su comportamiento a ciertas normas de conducta que favorecen a su desarrollo social y personal.	Personal	<ul style="list-style-type: none"> • Autoestima. • Autoconcepto. • Autocontrol. 	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,42,43,44,45,46,47,48,49,50,51,83,84,85,86,87,88,89,90,91,92	SI/NO	Inventario de Adaptación de Conducta (IAC)
			Familiar	<ul style="list-style-type: none"> • Unidad Familiar. • Protección Familiar. • Disciplina. • Comunicación. 	11,12,13,14,15,16,17,18,19,20,52,53,54,55,56,57,58,59,60,61,93,94,95,96,97,98,99,100,101,102		
			Escolar	<ul style="list-style-type: none"> • Déficit de atención y concentración. • Bajo Rendimiento escolar. • Habilidades y técnicas de estudio. 	21,22,23,24,25,26,27,28,29,30,31,62,63,64,65,66,67,68,69,70,71,72,103,104,105,106,107,108,109,110,111,112,113		
			Social	<ul style="list-style-type: none"> • Habilidades sociales. • Temperamento. • Autopercepción. 	32,33,34,35,36,37,38,39,40,41,73,74,75,76,77,78,79,80,81,82,114,115,116,117,118,119,120,121,122,123		

3.5. Técnicas e instrumentos de evaluación

La técnica de recolección de la información fue la encuesta y el instrumento empleado fue el inventario de adaptación de conducta (IAC) de María Victoria de la Cruz y Agustín Cordero que fue adaptado en Lima por Cesar Ruiz Alba 1995.

A continuación, pasamos a detallar el instrumento aplicado:

FICHA TÉCNICA: Inventario de Adaptación de Conducta (IAC)

Autor: María Victoria de la Cruz y Agustín Cordero.

País de origen: España

Forma de adaptación: Cesar Ruiz Alba (1995)

Forma de Administración: Puede ser tanto colectiva como individual.

Ámbito de Aplicación: El cuestionario es aplicable para adolescentes a partir de los 12 años.

Duración: 30 minutos (Aproximadamente)

Descripción del cuestionario: El instrumento está constituido por 123 ítems. Permite conocer el nivel de adaptación de conducta, a través de la evaluación de cuatro dimensiones: Personal, Familiar, Escolar, y Social.

Calificación: las respuestas son dicotómicas, y contemplan los valores siguientes.

Tabla 2: Escala de clasificación del cuestionario

SI	NO
1	0
0	1

Baremo: La baremación sirve para efectos de interpretación de los resultados de la variable de investigación, está ordenado por rangos y contempla todos los valores desde el mínimo hasta el máximo que se puede obtener como puntaje de evaluación de las dimensiones y del cuestionario en general.

Tabla 3: Baremo de interpretación de la variable

Niveles	Personal	Familiar	Escolar	Social	General
Bajo	0-15	0-19	0-12	0-13	0-66
Medio	16-23	20-26	13-22	14-20	67-89
Alto	24-30	27-30	23-30	21-30	90-120

CAPITULO IV

PRESENTACIÓN Y PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE RESULTADOS

4.1. Presentación de resultados de datos generales

Tabla 4. Datos sociodemográficos de los estudiantes del nivel secundario de la Institución educativa N°7213 Peruano Japonés, según la edad

Edad	Frecuencia	Porcentaje
14	7	18%
15	15	38%
16	16	40%
17	2	5%
Total	40	100%

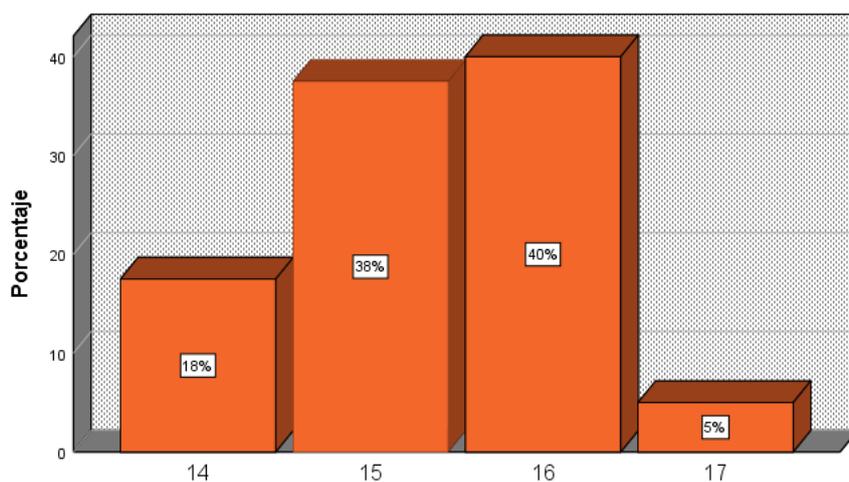


Figura 5. Datos sociodemográficos de los estudiantes del nivel secundario de la institución educativa N°7213 Peruano Japonés, según la edad.

Interpretación: Los resultados obtenidos en la investigación demuestran que el mayor porcentaje de alumnos que participaron en el estudio son de la edad de 16 años con un 40%, seguido por el 37,5% con la edad de 15 años, el 17,5% con la edad de 14 años y por último un 5% con la edad de 17 años.

Tabla 5. Datos sociodemográficos de los estudiantes del nivel secundario de la institución educativa N°7213 Peruano Japonés, según el grado.

Grado	Frecuencia	Porcentaje
4°	23	57%
5°	17	43%
Total	40	100%

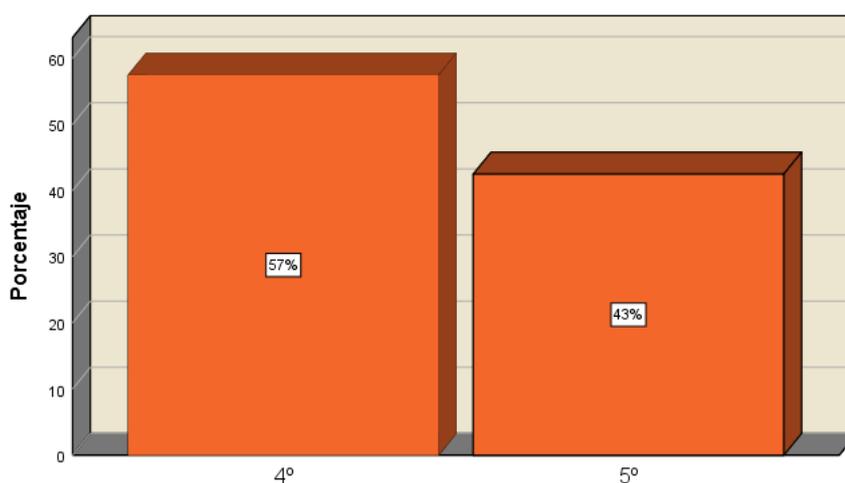


Figura 6. Datos sociodemográficos de los estudiantes del nivel secundario de la institución educativa N°7213 Peruano Japonés, según el grado.

Interpretación: Los resultados obtenidos en la investigación determinan que el mayor porcentaje de alumnos de la Institución educativa N°7213 Peruano Japonés son del 4° grado con un 57% y el 43% pertenecen al 5° grado.

4.2 Presentación de resultados de datos específicos

Tabla 6. Nivel General de Adaptación de Conducta de los alumnos institución educativa N°7213 Peruano Japonés.

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	24	60%
Medio	14	35%
Alto	2	5%
Total	40	100%



Figura 7. Nivel general de Adaptación de conducta de los alumnos institución educativa N°7213 Peruano Japonés.

Interpretación: De acuerdo con los resultados obtenidos en la variable de Adaptación de Conducta se determina que un 60% los estudiantes obtienen un nivel bajo, seguido por el 35% con un nivel medio y solo el 5% con un nivel alto. Esto evidencia que más de la mitad de la muestra no presenta un adecuado nivel de adaptación conductual.

Tabla 7. Nivel de Adaptación de Conducta de los alumnos institución educativa N°7213 Peruano Japonés, según la dimensión Personal.

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	14	35%
Medio	18	45%
Alto	8	20%
Total	40	100%

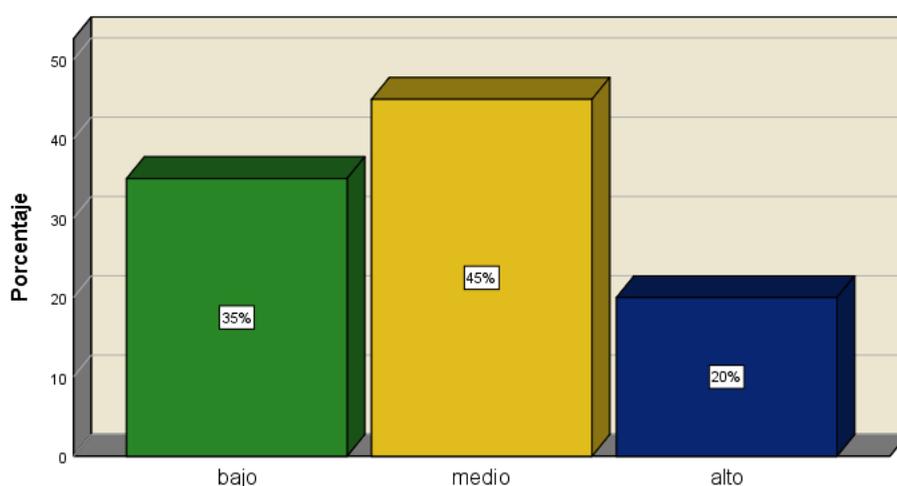


Figura 8. Nivel de Adaptación de Conducta de los alumnos de la institución educativa N°7213 Peruano Japonés, según la dimensión Personal.

Interpretación: De acuerdo con los resultados obtenidos en la dimensión Personal, se obtiene que el 45% de los alumnos poseen un nivel medio, seguido por el 35% con un nivel bajo y un 20% con un nivel alto.

Tabla 8. Nivel de Adaptación de Conducta de los alumnos de la institución educativa N°7213 Peruano Japonés, según la dimensión Familiar.

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	22	55%
Medio	16	40%
Alto	2	5%
Total	40	100%

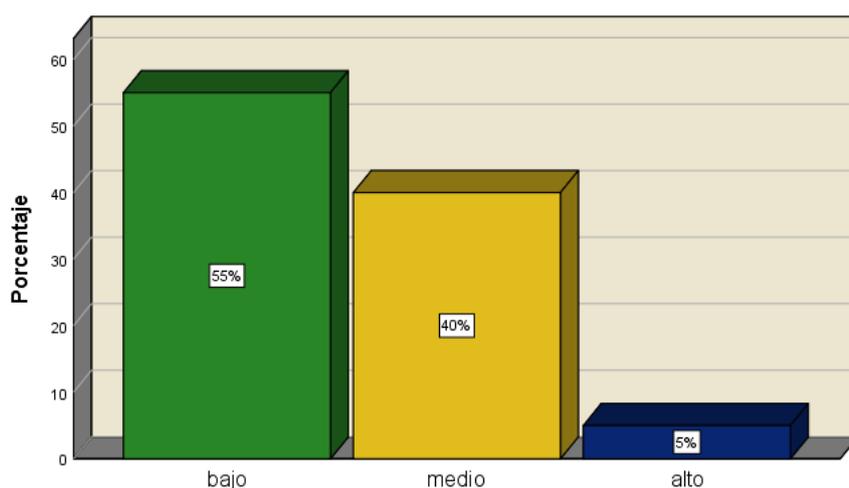


Figura 9. Nivel de Adaptación de Conducta de los alumnos de la institución educativa N°7213 Peruano Japonés, según la dimensión Familiar.

Interpretación: De acuerdo con los resultados obtenidos en la dimensión Familiar, se obtiene que el 55% de los alumnos poseen un nivel bajo, seguido por el 40% con un nivel medio y por último el 5% con un nivel alto.

Tabla 9. Nivel de Adaptación de Conducta de los alumnos de la institución educativa N°7213 Peruano Japonés, según la dimensión Educativa.

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	2	5%
Medio	35	88%
Alto	3	8%
Total	40	100%

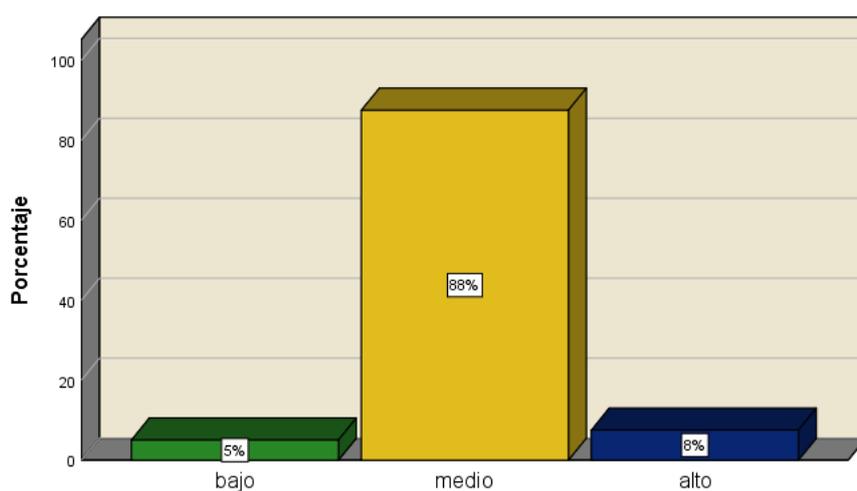


Figura 10. Nivel de Adaptación de Conducta de los alumnos de la institución educativa N°7213 Peruano Japonés, según la dimensión Educativa.

Interpretación: De acuerdo con los resultados obtenidos en la dimensión Educativa, se obtiene que el 88% de los estudiantes posee un nivel medio, seguido por el 8% con un nivel alto y el 5% con un nivel bajo.

Tabla 10. Nivel de Adaptación de Conducta de los alumnos de la institución educativa N°7213 Peruano Japonés, según la dimensión Social.

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
bajo	23	57%
medio	10	25%
Alto	7	18%
Total	40	100%

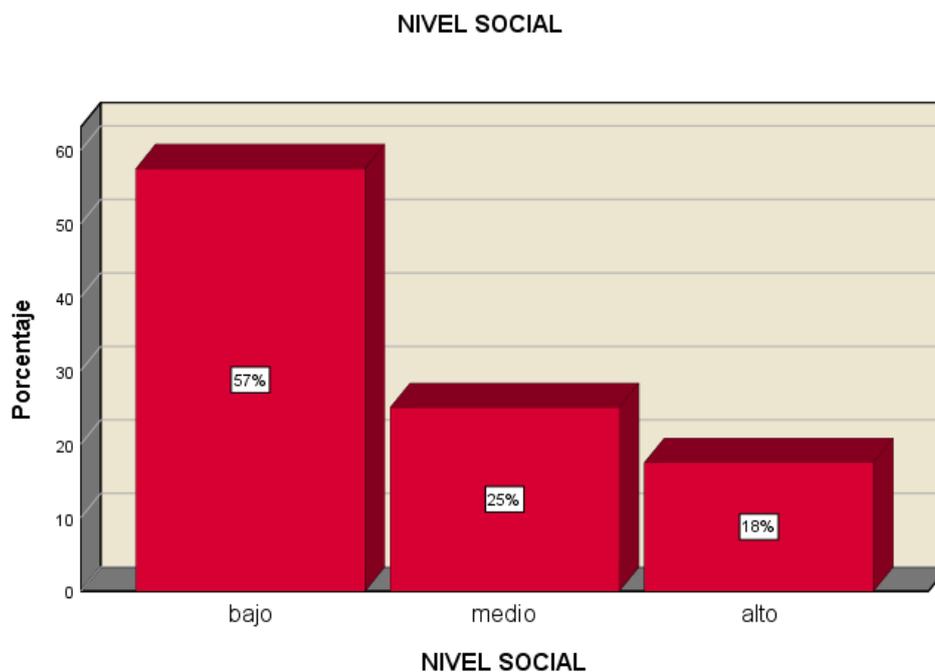


Figura 11. Nivel de Adaptación de Conducta de los alumnos de la institución educativa N°7213 Peruano Japonés, según la dimensión Social.

Interpretación: De acuerdo con los resultados obtenidos en la dimensión Social, se obtiene que el 57% de los alumnos poseen un nivel bajo, seguido por el 25% con un nivel medio y un 18% con un nivel alto.

4.3 Procesamiento de los Resultados

Para fines de Análisis de datos de la información recolectada, se realizó una tabla de base de datos en Excel, donde se clasificó la información por dimensiones, de acuerdo con sus ítems correspondientes, y así consignándoles un valor a la sumatoria de las respuestas escogidas. Este valor asignado sirvió de referencia, para establecer la categoría adecuada, utilizando los criterios propuestos por el autor para cada categoría que ha establecido.

Estas categorías establecidas en el baremo fueron de gran utilidad para el vaciado de datos en el programa SPSS 25, donde mediante la función de análisis de los estadísticos descriptivos, sirvieron para poder establecer las tablas y figuras de los resultados hallados.

Las tablas y Figuras presentadas en este apartado muestran las frecuencias y porcentajes, hallados para cada dimensión. Concediendo un mejor entendimiento del contexto de análisis.

4.4 Discusión de los Resultados

En esta sección examinaremos cada uno de los resultados hallados en la muestra de estudio, contrastando la información hallada, con teorías y los diferentes aportes brindados por otros autores sobre la temática de investigación, estableciéndose aquellas coincidencias o diferencias.

Con respecto al objetivo General de esta investigación, los resultados en la variable Adaptación de Conducta a nivel General de los alumnos de la institución educativa N°7213 Peruano Japonés, muestran que un 60% de los estudiantes ha obtenido un nivel bajo. Esto concuerda con lo mostrado con los estudios de Gonzales (2015) que también

en sus investigaciones obtuvo resultados similares encontrando un Nivel bajo en su muestra de estudio. De la misma forma, el nivel General de adaptación del estudio de Guaicha (2015), muestra resultados similares, donde el 41% muestra un bajo nivel de adaptación de conducta y deficiente capacidad de responder a los cambios del medio ambiente. En lo que concierne a este estudio, esto nos permite deducir que hay una fuerte tendencia a que los alumnos de la institución educativa N°7213 Peruano Japonés, tengan dificultades en la adaptación a su entorno circundante.

Con respecto a la Dimensión Personal el 45% de los alumnos ha obtenido un nivel medio. Lo cual concuerda con los estudios de Matos (2014), quien en su muestra de estudio señala los mismos resultados en la dimensión personal, concluyendo que el 44,9% de su población de estudio tiene un Nivel Medio, señalando la existencia de una tendencia a mantener un concepto positivo acerca de sí mismo. Por lo que respecta a la población de este estudio, muchos de estos adolescentes tienen predisposición a mantener un buen concepto de sí mismo y mantener cierto control sobre sí mismos.

Con respecto a la Dimensión familiar el 55% de los alumnos ha obtenido un nivel bajo. Lo mismo que coincide con los estudios de Sánchez (2015), donde su muestra de estudio se encuentra dentro del Nivel bajo en la dimensión familiar concluyendo que el 49% de los estudiantes muestra una baja adaptabilidad en el entorno familiar, manifestándose en conductas disruptivas en la convivencia familiar, sobre todo ante figuras de autoridad. En lo que respecta a este estudio esto es algo continuo que se da en el hogar, donde en muchas ocasiones genera respuestas de agresión física o verbal, por parte de los padres según datos de primera mano de los tutores, esto puede deberse principalmente a que muchos de los adolescentes que se encuentran en la búsqueda de la

autonomía en esta etapa, pueden verse abrumados ante los límites categóricos establecidos por los padres.

Con lo que respecta a la Dimensión Educativa el 87,5% de los alumnos muestra un Nivel medio. Lo mismo que coincide con los estudios de Meza (2018), quien afirma que el 62,69% de su muestra, se encuentra categorizado dentro del Nivel medio, concluyendo que esto se manifiesta en conductas de indisciplina y desorden en el aula, sintiendo rechazo por las normas y jornadas de estudio largas. En lo correspondiente a este estudio, esto se puede manifestar en la predisposición de los alumnos a mantener un horario de tareas y respetar las normas establecidas en el aula, puesto que tienen mayor preferencia por actividades de ocio.

Con lo que respecta a la Dimensión Social el 57,5% expresan un nivel bajo. Lo mismo que coincide con los estudios de Guaicha (2015), quien señala que el 84,4% de su muestra se encuentra categorizado con un Nivel Bajo en la dimensión Social lo cual desde su punto de vista se manifiesta en conductas poco adaptativas a entornos sociales nuevos y fuertes deseos de aislamiento, junto con actitudes de inseguridad. En lo que respecta a la muestra de esta investigación esto puede deberse al miedo al rechazo, puesto que muchos de estos alumnos señalan tener miedo al error, siendo uno de los miedos más grandes de estos alumnos, el miedo a exponer o a participar en el aula, a pesar de que muchos en ocasiones se muestran desinhibidos con algunos compañeros, al hablar de temas cotidianos.

4.5. Conclusiones

Basados en los resultados de la presente investigación, se fundamentan las siguientes conclusiones:

- La adaptación de conducta a nivel general predominante de los alumnos de la institución educativa N°7213 Peruano Japonés, alcanza el “Nivel Bajo”, mismo que representa un 60% de la muestra, lo cual muestra una inadaptación conductual en diferentes contextos en los que se desenvuelven los alumnos, debido a conflictos con el medio o existencia a de comportamientos inestables.
- En la Dimensión Personal de los alumnos de la institución educativa N°7213 Peruano Japonés, predomina un “Nivel Medio”, representado en el 45% de la muestra, demostrando cierto control de si mismos ante los cambios que puedan presentarse.
- En la Dimensión Familiar de los alumnos de la institución educativa N°7213 Peruano Japonés, predomina un “Nivel Bajo”, representado en el 55% de la muestra, mostrando dificultades en la adaptación a las normas establecidas en el hogar.
- En la Dimensión Educativa de los alumnos de la institución educativa N°7213 Peruano Japonés, predomina un “Nivel Medio”, representado en el 87,5% de la muestra, mostrando una tendencia a adaptarse ante determinadas normas en el aula.
- En la Dimensión Social de los alumnos de la institución educativa N°7213 Peruano Japonés, predomina un “Nivel Bajo”, representado en el 57,5% de la muestra, evidenciando deficiencia por adaptarse en algunos entornos sociales, principalmente los nuevos.

4.6 Recomendaciones

De acuerdo con las conclusiones elaboradas, se propone ciertas recomendaciones, con el fin de mejorar la realidad de esta población de estudio.

- Se debe implementar un Programa de Intervención dirigido a los estudiantes del programa de recuperación de la Institución Educativa N°7213 Peruano Japonés, con el fin de mejorar la adaptación de conducta de los alumnos en diferentes contextos.
- Los alumnos deben desarrollar sus mecanismos de autocontrol, con el fin de prevenir potenciales conflictos en su ambiente personal.
- Se deben fortalecer los vínculos familiares y la comunicación con los hijos, con fines de dar una buena formación e integración a sus miembros.
- Los docentes deben optimizar las estrategias de enseñanza para mejorar el cumplimiento de las normas en el aula
- Los estudiantes deben desarrollar la capacidad de empatía, con el fin de tener un mayor entendimiento de las experiencias ajenas en el contexto social.

CAPITULO V

Programa de intervención

“¡Adaptándome al cambio!”

5.1 Descripción del problema

En cuanto al nivel de adaptación de conducta de los estudiantes de este recinto educativo, se puede apreciar que el 60% se encuentra categorizado dentro del “nivel bajo”, esto nos demuestra la predisposición de los estudiantes a tener dificultades para adaptar sus condiciones, comportamiento y sentimientos en diferentes contextos.

En la Dimensión Social el 57,5% de los estudiantes muestra un “Nivel Bajo”, manifestando tendencia a mostrar inseguridad en las relaciones sociales evidenciándose conductas como el aislamiento y actitudes desafiantes.

En la Dimensión Familiar el 55% de los estudiantes muestra un “Nivel Bajo”, manifestando que los vínculos familiares se encuentran deteriorados, principalmente por causas como la falta de comunicación, o respetar las normas de casa, entre otros.

En la Dimensión Personal el 45% de los estudiantes muestra un “Nivel medio”, manifestando que muchos de estos alumnos cuentan con un buen concepto de sí mismos y tiene cierta predisposición a regular alguna de sus conductas.

En la Dimensión Educativa el 87,5% de los estudiantes muestra un “Nivel Medio”, manifestando la predisposición a adaptarse a determinadas normas académicas o involucrarse en algunas actividades de aprendizaje, sin embargo, cabe resaltar que aspectos como la disciplina es una problemática que se encuentra latente.

5.2 objetivos

5.2.1 objetivos generales

Promover la adaptación de conducta de los estudiantes mediante el programa de intervención “Adaptándome al cambio” para acondicionarse con éxito a los medios en los que desenvuelve su vida cotidiana.

5.2.2 Objetivos específicos

Optimizar la seguridad en contextos sociales a través del desarrollo de las habilidades sociales. (Dimensión Social)

Concientizar sobre la importancia de la familia mediante técnicas de sensibilización (Dimensión Familiar)

Fortalecer el respeto a las normas del colegio mediante el modelado de conductas positivas. (Dimensión Educativa)

Reforzar el autoconcepto de los estudiantes mediante la técnica del espejo (Dimensión Personal)

5.3 Justificación

La realización de este programa de intervención se centra en la búsqueda de mejorar los niveles bajos de adaptabilidad de los adolescentes, centrándose en aquellas en las que los estudiantes tienen mayor debilidad, para lograr una óptima adaptación de conducta.

Por otro parte, se busca empoderar a los alumnos, con recursos psicológicos, para que puedan utilizar sus recursos cognitivos en la solución o gestión de un mejor manejo de las situaciones adversas que puedan surgir a lo largo de su desarrollo, dado que este periodo de la adolescencia en esencia está gobernado por múltiples cambios que definirán el año escolar, puesto que la finalidad de este es salvaguardar a los adolescentes de los efectos de una mala adaptación de conducta. Dado que el mismo, puede llevar a la práctica de conductas de riesgo, de las cuales se pretende que los adolescentes estén libres.

Entre los beneficios que se pretende alcanzar con la ejecución de este programa de intervención se encuentra el desarrollo de la capacidad de introspección, flexibilidad ante determinadas circunstancias, valorar a la familia y aprovechar al máximo aquellas circunstancias que surjan súbitamente. Así como promover en los alumnos el uso de formas saludables de encarar los problemas en su ambiente educativo y así cumplir con una de las propuestas principales planteadas por la escuela, la cual es una correcta formación en los valores y virtudes de los estudiantes, así como el logro de los objetivos establecidos para el año escolar.

5.4 Alcance

Este programa está dirigido a 40 alumnos de la institución educativa N°7213 Peruano Japonés de edades entre 14 y 17 años.

5.5. Metodología

El presente programa de intervención se realizará en base a las técnicas cognitivo-conductuales y estrategias destinadas a la mejora de la adaptación de comportamiento, en el ámbito social, familiar, educativo y personal. El tiempo previsto para la aplicación de este programa es de 9 sesiones, en un periodo de dos horas académicas, siendo designado para el mismo la hora de tutoría.

Cada sesión se encuentra compuesta por actividades que generen una buena predisposición al desarrollo del tema de trabajo o a la reflexión de estas, luego vendrá la parte psicoeducativa, en donde se abordarán aquellos puntos más relevantes acerca de la sesión correspondiente; finalmente, se pondrá en práctica una serie de actividades destinadas a la corrección o mejora de las capacidades de los adolescentes en los diferentes ambientes en los que se desenvuelvan.

5.6 Recursos

5.6.1 Humanos

- Responsable del programa:
Patricia Flores Marrufo
- Director:
Cesar Augusto Ramos Tipactic
- Tutores
- Docentes

5.6.2 Materiales

- Borradores
- Cartulinas
- Cinta Adhesiva
- Equipo de sonido
- Hojas bond
- Servicios de impresión
- Lapiceros
- Lápices
- Pegamento
- Plumones
- Sobre de cartas
- Caramelos

5.6.3 Financieros

Materiales	Cantidad	Costo S/.
Borradores	40	S/.20.00
Cartulinas	15	S/ 7.5
Cinta Adhesiva	1	S/. 5.00
Equipo de sonido	1	S/.25.00
Hojas bond	½ Millar	S/.9.00
Servicios de impresión	150	S/.15.00
Lapiceros	40	S/.20.00
Lápices	40	S/.6.00
Pegamento	2	S/. 8.00
Plumones	2	S/.7.00
Sobre de cartas	40	S/. 6.00
Caramelos	1	S/. 5.00
Total		S/. 167

Este programa será financiado por la responsable del programa.

5.7 Cronograma de actividades

Semanas	Agosto				Septiembre				Octubre			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Sesión 1: “Conociendo mis pensamientos sobre el entorno”	X											
Sesión 2: “Comunicándome de una manera distinta”		X										
Sesión 3: “Mejorando la comprensión mutua mediante la empatía”			X									
Sesión 4: “Centrándome en la solución”				X								
Sesión 5: “Valorando a mi familia”					X							
Sesión 6: “Escuchando con atención”						X						
Sesión 7: “Reconociendo mi ambiente familiar”							X					
Sesión 8: “Adoptando nuevos recursos personales”								X				
Sesión 9: “Conociéndome a mí mismo”									X			

5.8 Desarrollo de las sesiones:

“Adaptándome al cambio”

Sesión 1: “Conociendo mis pensamientos sobre el entorno”

(Dimensión Social)

Objetivo: Comprender el impacto de nuestros pensamientos sobre nuestra conducta mediante el diario de emociones

Actividades	Objetivo	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Recepción a los estudiantes y bienvenida	Realizar una breve introducción acerca del programa	La moderadora se presentará ante los estudiantes, y relatará en líneas generales acerca de lo que se realizará en el programa de intervención.	5	
Dinámica “La fiesta”	Presentarse de manera amena con los participantes	La moderadora explicará que se encuentran en una fiesta, y que cada uno debe llevar algo, pero que empiece con la inicial de su nombre, ejemplo: Yo me llamo María y llevo mariscos y el segundo repite lo que dijo el anterior y así sucesivamente.	15	
Explicación sobre el tema: “El impacto de mis pensamientos.”	Reconocer el efecto que causan nuestros pensamientos en los demás.	La moderadora desarrollará los siguientes puntos y pegará un papelógrafo con imágenes vinculadas al tema. <ul style="list-style-type: none"> ● ¿Cómo funcionan los pensamientos? ● Tolerancia a los pensamientos de los demás. ● El origen de los prejuicios ● Aprendiendo de los pensamientos positivos. 	30	Papelógrafos
Aplicación de la técnica: “Diario de emociones”	Identificar las emociones y comportamientos negativos	Se repartirá Hojas bond, en cada una deberán colocar acerca de las situaciones que los aquejan, emociones, pensamientos e intensidad que surgen cuando se disgustan con los demás. (Anexo 1). La moderadora dará algunos ejemplos con el fin de guiar a cada uno de los participantes. Luego realizará una breve conclusión acerca de lo visto, explicando la relación de la percepción pensamiento y comportamiento.	30	Hojas bond Lapiceros

Rueda de preguntas	Establecer los puntos más importantes de la sesión.	La moderadora realizará preguntas para asegurarse de la comprensión del tema. Finalmente pasará a despedirse y señalará sus expectativas para la próxima sesión.	10	plumón
--------------------	---	--	----	--------

Sesión 2: “Comunicándome de una manera distinta”

(Dimensión Social)

Objetivo: Mejorar la comunicación mediante la comunicación asertiva.

Actividades	Objetivo	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Recepción a los estudiantes y bienvenida	Realizar una breve introducción del tema de la sesión	La moderadora saludará a cada uno de los participantes y hablará acerca de los puntos principales de la sesión a tratar, igualmente señalará cada uno de los resultados que espera obtener.	5	
Dinámica “Telefonito malogrado”	Reflexionar acerca de los conflictos que causa la mala comunicación	La moderadora, dividirá al total de participantes en dos, nombrará quien debe encabezar las filas; de esta manera le dará a cada equipo un mensaje igual a fin de que se transmita correctamente en secreto; a continuación, se pregunta al último de cada fila, cuál fue el mensaje que se comunicó, para contrastarse con el otro mensaje transmitido y el original. De esta manera se realizarán algunas conclusiones sobre como la percepción y la forma inadecuada de expresarnos puede jugar en contra de nuestras relaciones interpersonales.	15	
Explicación sobre el tema: “Estilos de comunicación”	Identificar los estilos de comunicación.	Se pegará un afiche con imágenes relacionadas al tema para poder explicar mejor los contenidos a tratar. La temática estará compuesta por los siguientes puntos: <ul style="list-style-type: none"> ● ¿Qué son los estilos de comunicación? ● Comunicación Pasiva. ● Comunicación Agresiva ● Comunicación Asertiva. 	30	Papelógrafos
La comunicación Asertiva	Concientizar los beneficios de la comunicación asertiva.	La moderadora repartirá unas hojas (Anexo 2a) dónde se podrá apreciar diferentes circunstancias problemáticas, con el fin de que a partir de los temas expuestos en la exposición; puedan poner en práctica la comunicación asertiva. De la misma forma se le explicará la fórmula de la comunicación asertiva mediante una imagen pegada en la pizarra (Anexo 2b)	30	Hojas bond Lapiceros

		Se escogerá mediante un sorteo a 4 participantes, y a partir de ello se reflexionará acerca de las cosas que no hayan quedado claras.		
Actividad de Reflexión	Reflexionar sobre el tema expuesto	La moderadora reflexionará a través del diálogo de preguntas y respuestas, sobre la experiencia vivida en la exposición, dejando un mensaje positivo y motivador. Finalmente, la moderadora pasará a despedirse y agradecer a los presentes su participación	10	plumón

Sesión 3: “Mejorando la comprensión mutua mediante la empatía”

(Dimensión Social)

Objetivo: Mejorar la comprensión de emociones mediante la empatía.

Actividades	Objetivo	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Recepción a los estudiantes y bienvenida	Realizar una breve introducción del tema de la sesión	La moderadora saludará a cada uno de los participantes y hablará acerca de los puntos principales de la sesión a tratar, igualmente señalará cada uno de los resultados que espera obtener.	5	
Dinámica “El amigo desconocido”	Reconocer y entender sentimientos ajenos	La moderadora asignará a cada participante un amigo secreto, se brindará un tiempo prudente para que interactúen todos en el aula y a partir de ello deberán rescatar las cualidades y valores de este amigo secreto. Una vez terminado el tiempo, cada uno escribirá una carta a su amigo explicándole la impresión que tiene sobre él. Las cartas serán puestas en el escritorio y serán entreveradas, para luego ser leídas en voz alta. A partir de ello se realizará una reflexión sobre nuestra capacidad de inferir los sentimientos de los demás, lo que se denomina empatía.	15	
Explicación sobre el tema: “Empatía”	Aprender sobre la capacidad de sentir empatía por el otro.	La moderadora desarrollará los siguientes puntos y pegará un afiche con imágenes. <ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué es la empatía? • Reconociendo mis emociones • Reconociendo las emociones de los demás • Características de las personas empáticas. 	30	Papelógrafos
“Aplicando la empatía”	Reconocer las emociones de los demás mediante la empatía.	La moderadora mostrará un video denominado “La historia de Blender”, https://www.youtube.com/watch?v=I0RZvBUYgnQ , cortometraje relacionado al bullying; luego de esto la moderadora desarrollará un ejercicio para poner en práctica el uso de la empatía, señalando lo siguiente: <p>“Imaginen que se encuentra en una burbuja donde las palabras no se oyen, sólo pueden ver gestos, miradas, intenciones. Denle una</p>	30	Hojas bond Lapiceros

		<p>oportunidad a la intuición y dejen que la razón aprenda de ella. Como personas sensibles que son, empezarán a fijarse en otras cosas que antes pasaban desapercibidas, y empezarán a comprender al otro, yendo más allá de él y de ustedes mismos”,</p> <p>Acto seguido se pedirá que intenten identificar aquellas emociones que pasan por la mente del protagonista con el fin de reflexionar y concluir ideas generales entre todos los participantes. La moderadora reflexionará acerca de la importancia de comprender como se sienten los demás.</p>		
Trabajo de Grupo	Concluir los puntos más resaltantes de la sesión	La moderadora formará 4 grupos con número de participantes igual con el fin de que cada grupo trabaje en la realización de conclusiones acerca de los contenidos abordados en la sesión. Finalmente, la moderadora pasará a despedirse y agradecer a los presentes su participación.	10	Plumón papelógrafos

Sesión 4: “Centrándome en la solución”**(Dimensión Social)**

Objetivo: Aprender a abordar el problema mediante la técnica de resolución de problemas.

Actividades	Objetivo	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Recepcionar a los estudiantes y dar la bienvenida	Realizar una breve introducción del tema de la sesión	La moderadora saludará a cada uno de los participantes y hablará acerca de los puntos principales de la sesión a tratar, igualmente señalará cada uno de los resultados que espera obtener.	5	
Dinámica “El árbitro”	Resolver una situación de conflicto entre todos los miembros de un grupo.	La moderadora propondrá una situación problemática que afectará al desarrollo del grupo. A continuación, se planteará que, de manera conjunta se resuelva el conflicto. La moderadora tendrá que promover que todas las personas interesadas intervengan y expongan su punto de vista. Entre todos se deberá tomar una solución para zanjar el problema.	15	
Explicación sobre el tema: “Los conflictos”	Identificar la influencia de los pensamientos negativos en las relaciones familiares	La moderadora desarrollará el tema de “Los Conflictos” para lo cual pegará un afiche con imágenes relacionadas al tema para poder explicar mejor los contenidos a tratar. La temática estará compuesta por: <ul style="list-style-type: none"> ● Las Conflictos más comunes en la adolescencia ● Expresarse claramente ● La reactividad y la pasividad ● Efectos en nuestra salud al ser reactivos. 	30	Papelógrafos
“Resolución de problemas”	Conocer el procedimiento de la técnica de resolución de problemas	La moderadora señalará la importancia de la técnica para solucionar y gestionar diferentes problemas, sobretodo en el contexto social. Para ello explicará cómo se encuentra compuesta: <ol style="list-style-type: none"> 1. Definición del problema 2. Generación de alternativas 3. Evaluación de la mejor alternativa. 4. Toma de decisiones 	30	Hojas bond Lapiceros

		<p>5. Verificación.</p> <p>Acto seguido, se facilitará una ficha (Anexo 3) dónde se pondrán en práctica los pasos de la técnica; con el fin de solucionar un problema que los venga aquejando desde algún tiempo. Deberán ser guiados en todo momento por la moderadora.</p>		
Lluvia de ideas	Realizar una lluvia de ideas acerca de los contenidos abordados	<p>La moderadora pegará un papelógrafo en la pizarra, y de manera representativa en el pondrá el título “¿Cómo dar una mejor cara a los problemas?”. Los alumnos deberán señalar algunas ideas de manera aleatoria, donde se deberán discriminar las mejores con el fin de establecer conclusiones generales que serán pegadas en algún ambiente del aula. Finalmente, la moderadora pasará a despedirse y agradecer a los presentes su participación.</p>	10	Plumón papelógrafos

Sesión 5: “Valorando a mi familia”

Objetivo: Reconocer el valor de nuestra familia, mediante la autopercepción familiar.

(Dimensión familiar)

Actividades	Objetivo	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Recepcionar a los estudiantes y dar la bienvenida	Realizar una breve introducción del tema de la sesión	La moderadora saludará a cada uno de los participantes y hablará acerca de los puntos principales de la sesión a tratar, igualmente señalará cada uno de los resultados que espera obtener.	5	
Dinámica “Mar y Mur”	Generar un ambiente de distensión el grupo	La moderadora designará quien hace de murciélago y otra de mariposa, cerrarán los ojos, tratando de cazar a la mariposa y esta de esquivarle. El murciélago si no sabe dónde está la mariposa emite el sonido “mar” a lo que esta tiene que contestar “mur”, lo que le permite orientarse por el sonido. Las demás personas forman un círculo, en silencio relativo, para delimitar el espacio donde se puede mover la mariposa y el murciélago. Al final del juego, después de que hayan participado varias parejas voluntarias se comenta cómo nos hemos sentido.	15	
Exposición del tema: Los tipos de Familia	Conocer aspectos básicos acerca de la familia.	La moderadora desarrollará el tema de “Los Conflictos” para lo cual pegará un afiche con imágenes relacionadas al tema para poder explicar mejor los contenidos a tratar. La temática estará compuesta por: <ul style="list-style-type: none"> ▪ ¿Qué tipos de familia existen? ▪ La importancia de la Familia ▪ Los Roles en la Familia. ▪ Nuestro Rol en la Familia 	25	Papelógrafo s. Imágenes. Hojas Bond Plumones.
Auto percepción familiar.	Reconocer a través de la autopercepción la importancia de la familia.	La moderadora pedirá a los alumnos que dibujen en unas hojas bond a sus respectivas familias, al terminar colocar la pregunta: ¿Cómo quisiera que fuese mi familia?, luego les pedirá que de acuerdo con la autopercepción de cada uno deben completar la frase “Mi familia es...”, y al finalizar tendrán que ponerle un nombre al dibujo.	25	Hojas bond. Lapiceros

		Después, la moderadora comenzará a interactuar en clase recolectando los distintos dibujos y comentando en general la vivencia compartida en conjunto haciendo hincapié sobre lo importante que es la familia en el desarrollo de nuestra identidad.		
Retroalimentación del tema	Establecer conclusiones generales	La moderadora reflexionará junto a los alumnos lo resuelto en la exposición, y hará una serie de preguntas para fomentar lo aprendido.	15	Sobres de cartas

Sesión 6: “Escuchando con atención”

Objetivo: Reconocer el valor de nuestra familia, mediante la autopercepción familiar.

(Dimensión familiar)

Actividades	Objetivo	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Recepcionar a los estudiantes y dar la bienvenida	Realizar una breve introducción del tema de la sesión	La moderadora saludará a cada uno de los participantes y hablará acerca de los puntos principales de la sesión a tratar, igualmente señalará cada uno de los resultados que espera obtener.	5	
Dinámica: Repetir el ritmo	Enfatizar la atención a través de la Escucha Activa.	La moderadora pedirá a los alumnos que formen un círculo, para después pedirle a uno de ellos seleccionado al azar que piense mentalmente, en una palabra, por ejemplo, Plátano. La moderadora ejemplificará la dinámica primero poniéndose delante del grupo, pensará en una palabra (Naranja) y marcará las sílabas de la palabra con cada pisada, haciendo una pisada con mayor fuerza en la sílaba acentuada. Luego, la moderadora pedirá al grupo que repitan el ritmo escuchado con los pies. Después la moderadora pedirá que adivinen la palabra que anteriormente había pensado. Puede variar pensando frases como por ejemplo “Me gusta mucho venir a trabajar”. Y finalmente les pedimos que adivinen lo que se quiso decir. Lo hacemos varias veces.	15	
Exposición del tema: “La importancia de escuchar a los demás”	Conocer los beneficios de la escucha activa.	La moderadora desarrollará el tema enfatizando la importancia de la escucha activa en nuestro entorno, para lo cual pegará un afiche con imágenes relacionadas al tema para poder explicar mejor los contenidos a tratar. La temática estará compuesta por: <ul style="list-style-type: none"> ▪ ¿Qué es la Escucha Activa? ▪ La importancia de Escuchar Activamente. ▪ Las actitudes que impiden la Escucha Activa. ▪ Interpretando las emociones a través de la Escucha Activa. 	25	

<p>Aplicación de la Escucha Activa</p>	<p>Captar el interés de los alumnos hacia la técnica de la Escucha Activa.</p>	<p>La moderadora empezará con un breve preámbulo sobre la técnica, se señalará la siguiente información: “Les invito a conocernos un poco más a nivel personal, formando parejas y vamos a intentar conocernos más allá, compartiendo algo que no hemos compartido en la vida diaria con nuestros compañeros, reservando sin ningún tipo de escándalo lo dicho aquí, lo más importante será escuchar cuando alguien esté relatando su historia.” Después, la moderadora transmitirá la importancia de escuchar para entender, enfatizando el mensaje que la forma de escuchar nos acerca en la comprensión de cualquier persona.</p>	<p>25</p>	
<p>Actividad de Reflexión</p>	<p>Conocer cuánto se aprendió sobre el tema de la exposición.</p>	<p>La moderadora tendrá que hacer una ronda de preguntas y respuestas sobre el tema de “Escucha activa” a los alumnos, motivándolos a su vez a que lo practiquen a largo plazo.</p>	<p>15</p>	

Sesión 7: “Reconociendo mi ambiente familiar”

Identificar la influencia del ambiente familiar mediante el role-playing.

(Dimensión familiar)

Actividades	Objetivo	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Recepcionar a los estudiantes y dar la bienvenida	Realizar una breve introducción del tema de la sesión	La moderadora saludará a cada uno de los participantes y hablará acerca de los puntos principales de la sesión a tratar, igualmente señalará cada uno de los resultados que espera obtener.	5	
Dinámica: El alambre pelado	Animar con energía al grupo a tratar.	<p>La moderadora pedirá a un compañero cualquiera que salga del salón. Luego, pedirá al resto de compañeros que hagan un círculo y se agarren de la mano. El modelador explicará que el círculo es un circuito eléctrico, en el cual hay un alambre pelado; se le pedirá al compañero que está afuera que lo descubra tocando las cabezas de los que están en el círculo. Se ponen de acuerdo en que cuando toquen la cabeza del compañero que ellos designen, como el “Alambre pelado”, todos al mismo tiempo y con toda la fuerza posible pegarán un grito.</p> <p>c) Se hace entrar al compañero que está afuera, el coordinador le explica que el círculo es un circuito eléctrico y que hay un alambre pelado en él y tendrá que descubrirlo tocando la cabeza de los que están en el circuito. Se le pide que se concentre para descubrir el alambre pelado.</p>	15	
Exposición del tema: “La influencia del ambiente familiar”	Conocer la trascendencia del ambiente familiar.	<p>La moderadora empezará el tema enfatizando la importancia de conocer nuestra familia para saber las cualidades que posee, mediante el uso del plumón y la pizarra expondrá los conceptos siguientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ ¿Qué define un ambiente familiar? ▪ La importancia de un buen ambiente familiar. ▪ Los efectos positivos del ambiente familiar 	25	

		<ul style="list-style-type: none"> ▪ Los efectos negativos de un ambiente familiar 		
Juego de roles	Sensibilizar acerca del valor de la familia.	<p>La moderadora empezará con un breve preámbulo sobre la exposición, luego comenzará un “juego de roles” dónde pedirá a los alumnos la formación en grupos de 3, y comentará que dicha técnica servirá para conocer los distintos ambientes familiares que puede haber en los hogares, y luego pondrá algunas situaciones a modo de ejemplos como “El apoyo mutuo entre hermanos” “Asistir a un familiar enfermo”, “Respeto a los padres”, “Asumir el liderazgo frente a los problemas” etc. Luego dará un tiempo prudente para que los grupos preparen las situaciones y las reflejen en clase, y al finalizar la técnica la moderadora compartirá algunos comentarios sobre como el valor que le atribuyamos a la familia influye en el ambiente familiar,</p>	25	
Retroalimentación	Conocer el mensaje transmitido por la técnica.	<p>La moderadora tendrá que hacer una ronda de preguntas y respuestas con el fin de aclarar las dudas y reforzar la técnica a modo de resumen y con explicaciones sencillas, luego dejará un mensaje motivador a los alumnos para luego retirarse.</p>	15	

Sesión 8: “Adoptando nuevos recursos personales”

Mejorar la práctica de valores mediante el modelado positivo.

(Dimensión Educativa)

Actividades	Objetivo	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Recepcionar a los estudiantes y dar la bienvenida	Realizar una breve introducción del tema de la sesión	La moderadora saludará a cada uno de los participantes y hablará acerca de los puntos principales de la sesión a tratar, igualmente señalará cada uno de los resultados que espera obtener.	5	
Dinámica: Estatua grupal.	Motivar la atención y concentración del grupo.	La moderadora tendrá que seleccionar a una persona en un grupo, y lo denominará jefe del grupo, y éste deberá decir al resto “El jefe dice...” y ordenará algún movimiento o acción en particular, dónde todos los demás deberán realizarlo. Luego, otra persona hará de jefe espontáneamente y dirá “El jefe dice...” y una acción para que el resto vuelva a tener que obedecerla. También se recalcará que una orden no deberá realizarse si no se dice “el jefe dice...”, el que la realice será eliminado.	15	
Exposición del tema: “El poder de los valores”	Conocer la importancia de los valores.	La moderadora empezará el tema dialogando con los alumnos sobre las distintas situaciones que se dan en el día a día y cómo muchas de las circunstancias dependen de los valores de las personas para lograr una armonía social, para ello contará con los siguientes temas: <ul style="list-style-type: none"> ▪ ¿Qué son los valores? ▪ La importancia de practicar los valores. ▪ Los antivalores. ▪ Los valores positivos. 	25	
Modelado de la conducta positiva	Reconocer los valores y los antivalores.	La moderadora comenzará con una breve retroalimentación del tema de la exposición, luego mostrará un video sobre los valores https://www.youtube.com/watch?v=AWE7gYzi1SE ; acto seguido, la	25	

		<p>moderadora repartirá una serie de hojas bond recortadas (Anexo 4) cuyo contenido tendrá diversos comportamientos que los alumnos deberán acomodar en la pizarra, en el cuál encontrarán una gráfica dividida entre valores y antivalores, luego tendrán que dirigirse a la pizarra dónde tendrán que detenerse para relatar en una oración “Esto es un valor” o “esto es un antivalor” y posteriormente colocarlo en la pizarra, en el lado que corresponda. La profesora deberá felicitar al alumnado que posicione dichas imágenes correctamente en la pizarra, o tendrá que orientar a quien no lo haga.</p>		
Retroalimentación	Motivar a los alumnos sobre la práctica de los valores.	<p>La moderadora tendrá que enfatizar a modo de conclusión la importancia del uso de los valores, fomentando el hábito de aplicarlo en el día a día, luego tendrá que despedirse y decir: Dios los bendiga.</p>	15	

Sesión 9: “Conociéndome a mí mismo”

Mejorar el autoconcepto a través de la técnica del espejo

(Dimensión Personal)

Actividades	Objetivo	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Recepcionar a los estudiantes y dar la bienvenida	Realizar una breve introducción del tema de la sesión	La moderadora saludará a cada uno de los participantes y hablará acerca de los puntos principales de la sesión a tratar, igualmente señalará cada uno de los resultados que espera obtener.	5	
Dinámica: Yo soy	Aprender a observar las cualidades positivas.	El moderador pedirá a los alumnos que formen un círculo, luego pedirá que comiencen a pasear por el aula hasta escuchar la palabra STOP, formarán grupo de 2, y al hacerlo pedirá que cada alumno diga en voz alta una característica positiva que posee su compañero y cualidades como la simpatía, alegría, optimismo, etc., también el rasgo físico que les agrada de su pareja, por ejemplo, un cabello bonito, una mirada agradable, una sonrisa dulce, etc. Luego que mencionen una capacidad, (capacidad para la lectura, para las matemáticas, para organizar fiestas, etc. Y así sucesivamente en unas 5 rondas.	15	
Exposición del tema: “Conociéndome más a fondo”	Lograr que los alumnos reflexionen sobre sí mismos.	La moderadora empezará el tema enfatizando la importancia de conocer nuestra familia para saber las cualidades que posee, mediante el uso del plumón y la pizarra expondrá los conceptos siguientes: <ul style="list-style-type: none"> ▪ ¿Cómo me desenvuelvo en el aspecto académico? ▪ ¿Me comporto bien en casa? ▪ Mi actitud hacia la vida. ▪ El autoconcepto positivo. 	25	

<p>Frente al espejo</p>	<p>Mejorar el autoconcepto de los alumnos.</p>	<p>La moderadora comenzará la técnica recaudando información previa de los alumnos, en base a qué opinión tienen sobre ellos mismos, para ello realizará una serie de preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuándo te miras en el espejo te ves guapo/a? • ¿Piensas que tienes cosas buenas que aportar a los demás? ¿Cuáles? • ¿Crees que les gustas a tus amigos y compañeros tal y como eres? • ¿Qué cambiarías de tu apariencia? • ¿Cuándo te sientes y te ves bien, te sientes más seguro de ti mismo? <p>Luego, con la ayuda de un espejo tendrá que situarse a la altura de cada alumno, en un sitio cómodo y visible para él; para esto la moderadora deberá ubicar dos sillas frente a la clase que estén frente a frente, y ahí es dónde sentará al alumno frente a ella colocando el espejo a su altura, y se le hará estas preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué ves en el espejo? • ¿Cómo es la persona que te mira desde el espejo? • ¿Lo conoces? • ¿Qué cosas buenas tiene esa persona? • ¿Qué cosas malas tiene quien te mira desde el espejo? • ¿Qué es lo que más te gusta de esa persona? • ¿Cambiarías algo de la persona del espejo? 	<p>25</p>	
-------------------------	--	--	-----------	--

		Al finalizar, señalará la importancia de utilizar esta técnica para ganar confianza en los momentos que se considere necesaria.		
Reconocimiento	Reconocer la participación de los alumnos.	La moderadora tendrá que dar un reconocimiento emotivo pidiendo unos aplausos por la participación de todos. Luego dejará un mensaje motivador recomendando siempre cuidar el autoconcepto de cada uno para luego retirarse.	15	

Referencias Bibliográficas

- Bañares, P. (2010). Validación del cuestionario de auto-reporte de comportamiento antisocial en. *Paidéia*, 291-302.
- Batle, S. y. (2008). Conceptos y Enfoques: Enfoque Cognitivo Conductual. *PaidoPsiquiatría*, 3-17.
- Chuna, C. (2017). *Adaptación de conducta en estudiantes de tercero, cuarto y quinto del nivel secundario de la Institución Educativa Salesiano Don Bosco, Callao*. (Tesis de Pregrado) Universidad Inca Garcilaso de la Vega, Perú.
- Contreras, K. (2013). *Razones familiares y sociales para que los adultos mayores se encuentren en situación de calle en la provincia de Huancayo - 2013*. (Tesis de Pregrado) Universidad Nacional del centro del Perú, Perú.
- Davidoff, L. (1979). *Introducción a la psicología*. Mexico: McGraw-Hill.
- De la Cruz, V. y. (2015). *Inventario de Adptacion de Conducta*. TEA Ediciones: Madrid.
- Freud, S. (1967). *Inhibición sintoma y angustia*. Mexico: Amorrortu editores.
- Friedrich. (1971). *Diccionario de Psicología*. Mexico: Herder.
- Galarza, G. y. (2015). *Estrategias de afrontamiento en conductas desadaptativas de adolescentes de los segundos años de bachillerato de las instituciones educativas urbano-fiscales del distrito 1 parroquia La Merced de la ciudad de Ambato*. (Tesis de Pregrado) Universidad Técnica de Ambato, Lima.
- Gonzales, M. (2018). *Adaptación de conducta en adolescentes de 5° año de secundaria en un colegio de Villa el Salvador, 2017*. (Tesis de Pregrado) Universidad Inca Garcilaso de la Vega, Perú.
- Gottman, J. y De Claire. (1997). *Inteligencia emocional e a arte de educar nossos filios*. Rio de Janeiro: Objetiva.

- Guaicha, G. (2015). *“Conductas de adaptación y su relación con la frustración en las madres adolescentes de los colegios fiscales pertenecientes a las parroquias la Matriz y la Merced de la ciudad de Ambato”*. (Tesis de Pregrado). Universidad Técnica de Ambato, Ecuador.
- Gutierrez, Y. (2016). Relación entre el clima social familiar y adaptación de conducta en estudiantes del quinto grado de secundaria de la institución educativa fe y alegría n°15 –a.a.h.h el indio – distrito de castilla - Piura. *Uladech Catolica*, 1-100.
- Hernández, S. F. (2014). *Metodología de la Investigación*. New York: McGraw-Hill.
- Hurlock, E. (1994). *Psicología de la adolescencia*. . Mexico: Paidós.
- Lazarus, R. &. (1984). *Stress, Appraisal and Coping*. Monroy: Mexico.
- Matos, M. (2014). *Asertividad y adaptación de conducta en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa estatal de Chimbote*. Universidad Antenor Orrego, Perú.
- Meza, J. (2018). *Adaptación de Conducta en estudiantes del Nivel Secundario de la Institución*. (Tesis de Pregrado) Universidad Inca Garcilaso de la Vega, Perú.
- Meza, J. (2018). *Adaptación de Conducta en estudiantes del Nivel Secundario de la Institución*. (Tesis de Pregrado) Universida Inca Garcilaso de la Vega, Perú.
- Meza, J. (2018). *Adaptación de conducta en los estudiantes del primer grado del nivel secundario de la I.E. N° 6041 Alfonso Ugarte, San Juan de Miraflores*. Tesis de Pregrado) Universida Inca Garcilaso de la Vega, Perú.
- Moreno, J. y. (2009). *ADAPTACIÓN PERSONAL Y DESARROLLO LINGÜÍSTICO*. (Tesis de Pregrado) Universidad de Valencia, España.
- Palella, S. y. (2012). *Metodología de la investigación cuantitativa* (3ra ed.). Paidós: Barcelona.
- Papalia, D. (2009). *Psicología del Desarrollo*. McGrawHill: Mexico.

- Paucar, Y. y. (2016). Estilos de socialización parental y adaptación de conducta en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Lima Este. *Revista Científica Ciencias de la Salud*, 1-226. Obtenido de https://revistas.upeu.edu.pe/index.php/rc_salud/article/view/226
- Pingo, B. (2016). *Clima social escolar y adaptación de conducta en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada de Trujillo*. (Tesis de Pregrado) Universidad Privada Antenor Orrego, Perú.
- Quispe, E. (2017). *Influencia del acoso y violencia escolar en la adaptación de conductas en los Adolescentes en la unidad educativa mayor ambato, de la ciudad de ambato*. (Tesis de Pregado) Universidad técnica de Ambato, Ecuador.
- Ramirez. (1999). *El Proyecto de la Investigación : Introducción a la Metodología Científica*. Barcelona: Episteme.
- Ruiz, C. (1995). *Inventario de Adaptación de Conducta*. Madrid: TEA.
- s. (s.f.).
- Sánchez, L. (2015). *Adaptación de adolescentes institucionalizados del albergue villa juvenil, del sistema para el desarrollo integral de la familia del estado de México*. (Tesis de Pregrado) Universidad Autónoma del Estado de México, México.
- Sarason, I. &. (2006). *Psicología anormal: el problema*. Pearson : México.
- Velásquez, M. (2014). Niveles de adaptabilidad en adolescentes del nivel medio superior de los alumnos del colegio Mexiquense de educación técnica de Toluca a través del IAC. (Tesis de Pregrado)o Universidad Autonoma del Estado de México, Mexico.

Anexos

Anexo 1. Matriz de Consistencia.

Definición del problema	Objetivos	Metodología
Problema General	Objetivo General	
¿Cuál es el nivel de adaptación de conducta de los estudiantes del nivel secundario de la institución educativa N°7213 Peruano Japonés, del distrito de Villa El Salvador?	Determinar el nivel de adaptación de conducta de los estudiantes del nivel secundario de la institución educativa N°7213 Peruano Japonés, Villa El Salvador 2019.	La investigación es de tipo descriptivo, transversal, con un diseño No experimental; de enfoque cuantitativo.
Problemas específicos	Objetivos específicos	Población y muestra
¿Cuál es el nivel de adaptación de conducta, según la dimensión personal, que presentan los estudiantes del nivel secundario de la institución educativa N°7213 Peruano Japonés, del distrito Villa El Salvador 2019?	Determinar el nivel de adaptación de conducta, según la dimensión personal, que presentan de los estudiantes del Nivel Secundario de la Institución Educativa N°7213 Peruano Japonés, Villa El Salvador 2019.	<p>La población de estudio está comprendida por 40 adolescentes, estudiantes del Nivel Secundario de la Institución Educativa N°7213 Peruano Japonés en el distrito de Villa El Salvador 2019.</p> <p align="center">N= 40 adolescentes, estudiantes del Nivel Secundario</p> <p>El tamaño de la muestra censal está constituido por la totalidad de la población, es decir los 40 adolescentes, estudiantes del Nivel Secundario, dado que, al representar una cantidad reducida, se asume al universo como muestra de estudio.</p>
¿Cuál es el nivel de adaptación de conducta, según la dimensión familiar, que presentan los estudiantes del Nivel Secundario de la Institución Educativa N°7213 Peruano Japonés, del distrito Villa El Salvador 2019?	Determinar el nivel de adaptación de conducta, según la dimensión familiar, que presentan de los estudiantes del Nivel Secundario de la Institución Educativa N°7213 Peruano Japonés, Villa El Salvador 2019.	
¿Cuál es el nivel de adaptación de conducta, según la dimensión escolar, que presentan los estudiantes del Nivel Secundario de la Institución Educativa N°7213 Peruano Japonés, del distrito Villa El Salvador 2019?	Determinar el nivel de adaptación de conducta, según la dimensión escolar, que presentan de los estudiantes del Nivel Secundario de la Institución Educativa N°7213 Peruano Japonés, Villa El Salvador 2019.	
¿Cuál es el nivel de adaptación de conducta, según la dimensión social, que presentan los estudiantes del Nivel Secundario de la Institución Educativa N°7213 Peruano Japonés, Villa El Salvador 2019?	Determinar el nivel de adaptación de conducta, según la dimensión social, que presentan de los estudiantes del Nivel Secundario de la Institución Educativa N°7213 Peruano Japonés, Villa El Salvador 2019.	

Anexo 2. Instrumento

Indicaciones: Lee cuidadosamente las siguientes afirmaciones y marca la respuesta **SI – NO** con una **“X”**

Nº	Ítem	Si	No
1	Suelo tener mala suerte en todo.		
2	Me equivoco muchas veces en lo que hago.		
3	Encuentro pocas ocasiones de demostrar lo que valgo.		
4	Si fracaso en algo una vez, es difícil que vuelva a intentarlo.		
5	Hablando sinceramente, el futuro me da miedo.		
6	Envidia a los que son más inteligentes que yo.		
7	Estoy satisfecho con mi estatura.		
8	Si eres hombre preferirías ser una mujer./Si eres mujer preferirías ser un hombre.		
9	Mis padres me tratan como si fuera un niño pequeño.		
10	Me distancio de los demás.		
11	En mi casa me exigen mucho más que a los demás.		
12	Me siento satisfecho con mis padres aunque no sean importantes.		
13	Me avergüenza decir la ocupación de mis padres.		
14	Me gusta oír como habla mi padre con los demás.		
15	Mis padres dan importancia a las cosas que hago.		
16	Me siento satisfecho de pertenecer a mi familia.		
17	Cuando mis padres me riñen, casi siempre tienen razón.		
18	La mayor parte de las veces, mis padres me riñen por algo que les sucede a ellos, no por lo que haya hecho yo.		
19	Mis padres me riñen sin motivo.		
20	Sufro por no poder conseguir llevar a casa mejores notas.		
21	Leo todo lo que tengo que estudiar subrayando los puntos más importantes.		
22	Subrayo las palabras cuyo significado no sé, o no entiendo.		
23	Busco en el diccionario el significado de las palabras que no se o no entiendo.		
24	Doy una leída parte por parte y repito varias veces hasta recitarlo de memoria.		
25	Trato de memorizar todo lo que estudio		
26	Me limito a dar una leída general a todo lo que tengo que estudiar.		
27	Estudio sólo para los exámenes.		
28	Estudio por lo menos dos horas diarias.		

29	Cuando hay paso oral recién en el salón de clase me pongo a revisar mis cuadernos.		
30	Me pongo a estudiar el mismo día del examen.		
31	Espero que se fije la fecha de un examen o paso oral para ponerme a estudiar.		
32	En las discusiones casi siempre tengo yo la razón.		
33	Estoy seguro de que encontraré profesores que me juzguen mal.		
34	En vez de matemática, se debería estudiar cursos como teatro, música, etc.		
35	Mis padres se comportan de forma poco educada.		
36	Me gusta ayudar a los demás en sus problemas, aunque me cause molestias hacerlo.		
37	Tengo más éxitos que mis compañeros en las relaciones con las personas del sexo opuesto		
38	Entablo conversación con cualquier persona fácilmente.		
39	Me gusta que me considere una persona con la que hay que contar siempre.		
40	Siento que forma parte de la sociedad.		
41	Tengo amigos en todas partes.		
42	A menudo me siento realmente fracasado.		
43	Si volviera a vivir, haría muchas cosas de manera distinta a como las he hecho.		
44	Con frecuencia me siento incapaz de seguir estudiando o trabajando sin saber por qué.		
45	Muchas veces me digo a mí mismo: ¡Que tonto he sido! - después de haber hecho un favor o prometido algo.		
46	Muchas veces pienso que el profesor no me considera una persona, sino un número.		
47	Mis compañeros de clase me hacen caso siempre-		
48	Tengo problemas en casa porque mis padres son demasiados exigentes con los horarios.		
49	Alguna vez he pensado en irme de casa.		
50	Me intranquiliza lo que opinen de mí los demás.		
51	Cuando tengo que hablar ante los demás paso mal rato, aunque sepa bien lo que tengo que decir.		
52	Mis padres solucionan correctamente los asuntos familiares.		
53	En general, estoy de acuerdo con la forma de actuar de mis padres.		
54	Mis padres son demasiado severos conmigo.		
55	Mis padres son muy exigentes.		
56	Mi familia limita demasiado mis actividades.		
57	Mis padres riñen mucho entre ellos.		
58	El ambiente de mi casa es desagradable o triste.		
59	Mis padres tratan mejor a mis hermanos que a mí.		
60	Mis padres exigen de mejores notas de las que puedo conseguir.		
61	Mis padres me dan poca libertad.		
62	Leo la pregunta, busco en el libro y escribo la respuesta casi como dice el libro.		
63	Leo la pregunta, busco en el libro leo todo y luego contesto según como he comprendido.		
64	Le doy más importancia al orden y presentación del trabajo que al contenido.		
65	En mi casa, me falta tiempo para terminar mis tareas, las termino en la universidad, preguntando a mis amigos.		
66	Pido ayuda a mis padres u otras personas y dejo que me resuelvan todo o gran parte de la tarea.		
67	Dejo para último momento la ejecución de mis tareas por eso no las concluyo dentro del tiempo fijado.		
68	Empiezo a resolver una tarea, me canso y paso a otra.		
69	Cuando no puedo resolver una tarea me da rabia o mucha cólera y ya no lo hago.		

70	Cuando tengo varias tareas empiezo por la más difícil y luego voy pasando a las más fáciles.		
71	Durante las clases me distraigo pensando lo que voy hacer a la salida		
72	Durante las clases me gustaría dormir o tal vez irme de clase.		
73	Me gusta estar donde haya mucha gente reunida		
74	Participo en las actividades de grupo organizadas.		
75	Hago excursiones en solitario.		
76	Participo en discusiones.		
77	Asisto a fiestas con mucha gente.		
78	Soy el centro de atención en las reuniones.		
79	Organizo juegos en grupo.		
80	Recibo muchas invitaciones.		
81	Soy el que habla en nombre del grupo.		
82	Mis compañeros se convierten fuera de la universidad en mis amigos.		
83	Me considero poco importante		
84	Soy poco popular entre mis amigos.		
85	Soy demasiado tímido(a)		
86	Me molesta no ser más guapo y atractivo.		
87	Me fastidia pertenecer a una familia más pobre que la de otros compañeros.		
88	Estoy enfermo más veces que otros.		
89	Estoy de acuerdo con que hay cumplir las normas de convivencia.		
90	Soy poco ingenioso y brillante en conversaciones.		
91	Tengo poca – voluntad – para cumplir lo que me propongo.		
92	Me molesta que los demás se fijen en mí.		
93	Mis padres se interesan por mis cosas.		
94	Mis padres me dejan decidir libremente		
95	Admiro las cualidades de las demás personas de mi familia.		
96	Estoy seguro de que mis padres me tienen un gran cariño.		
97	Mis padres me ayudan a realizarme.		
98	Mis padres me permiten elegir libremente a mis amigos		
99	Estoy convencido de que mi familia aprueba lo que hago.		
100	Me siento unido a mi familia.		
101	Creo que a pesar de todo lo que se diga, los padres comprenden bien a sus hijos.		
102	Mi padre me parece un ejemplo a imitar.		
103	Repaso momentos antes del examen.		
104	Preparo un plagio por si acaso me olvidó un tema.		
105	Confío en mi buena suerte por eso solo estudio aquellos temas que supongo que el profesor preguntará.		
106	Cuando tengo dos o más exámenes el mismo día empiezo a estudiar por el tema más difícil y luego el más fácil.		
107	Me presento a rendir mis exámenes sin haber estudiado todo el curso.		
108	Durante el examen se me confunden los temas y se me olvida lo que he estudiado		
109	Cuando no entiendo algo levanto la mano y pregunto al profesor.		
110	Estoy atento a las bromas de mis compañeros que a la clase.		

111	Me canso rápidamente y me pongo hacer otras cosas.		
112	Cuando no entiendo un tema mi mente se pone a pensar soñando despierto.		
113	Mis imaginaciones o fantasías me distraen durante las clases.		
114	Formo parte de un grupo de amigos		
115	Soy uno de los chicos (as) mas populares de mi universidad.		
116	Me gusta organizar los planes y actividades de mi grupo.		
117	Me gusta participar en paseos con mucha gente.		
118	Organizo reuniones con cualquier pretexto.		
119	En las fiestas me uno al grupo más animado.		
120	Cuando viajo entablo conversación fácilmente con las personas que van a mi lado.		
121	Me gusta estar solo mucho tiempo.		
122	Prefiero quedarme en mi cuarto leyendo u oyendo música a reunirme con mi familia a ver televisión y comentar cosas.		
123	Me molesta no tener libertad y medios para vivir de otra forma.		

Anexo 3. Carta de Aceptación



"Año de la Lucha contra la Corrupción y la Impunidad"
COMPLEJO EDUCATIVO N° 7213

Peruano Japonés

UGEL N° 01 – SAN JUAN DE MIRAFLORES
Av. 200 Millas S/N Urbanización Pachacámac IV Etapa Villa El Salvador Teléfono 988500568

Villa El Salvador, 18 de febrero de 2019.

OFICIO N° 104 -2019-DIE7213-PJ-VES

Doctor:

RAMIRO GÓMEZ SALAS

Decano (e) Facultad de Psicología y Trabajo Social
UNIVERSIDAD INCA GARCILASO DE LA VEGA

Presente

ASUNTO: INVESTIGACIÓN DE MUESTRAS REPRESENTATIVAS
(ENCUESTA)
REF. CARTA DE PRESENTACIÓN N° 338-2019-DFPTS

Es grato dirigirme a Ud., haciéndole llegar mi saludo oficial y emitir una respuesta con relación al documento de referencia de la señorita **PATRICIA FLORES MARRUFO** identificada con código 46594684, estudiante bajo la modalidad de suficiencia profesional y así poder optar el título profesional de **LICENCIADA DE PSICOLOGÍA** de la facultad que Ud., dignamente dirige. El servicio a mi cargo considera **FAVORABLE** la realización de muestras de investigación dentro de la misma institución IE, N° 7213 - Peruano Japonés.

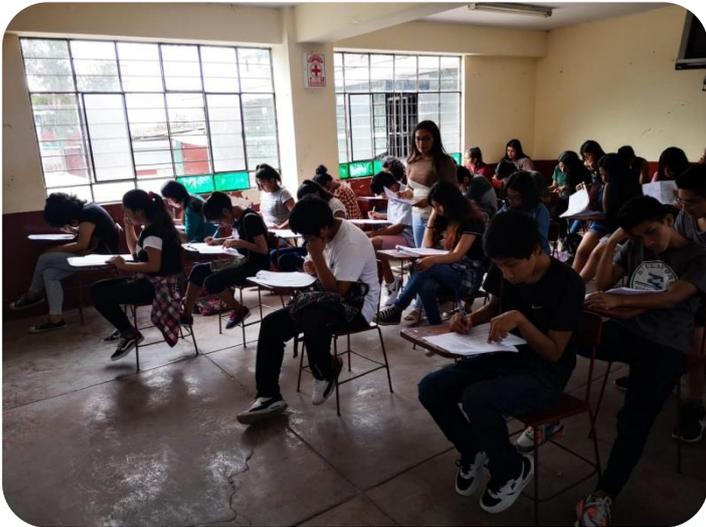
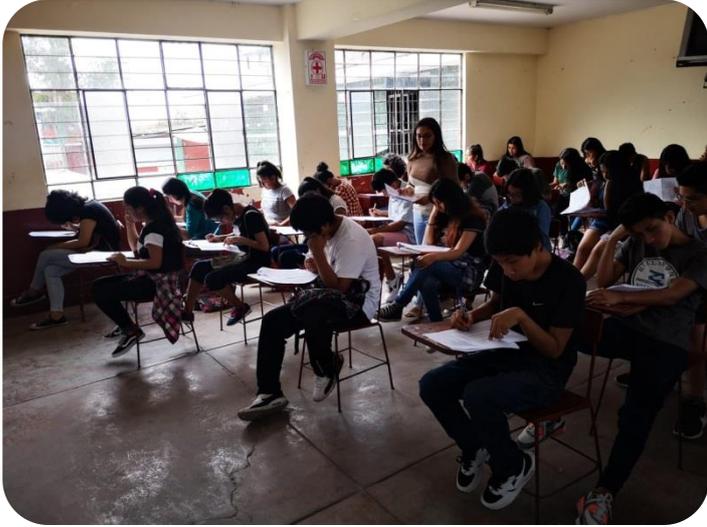
Sin otro particular, me despido de Ud., expresando las muestras de mi consideración y estima personal.

Atentamente



Cesar Ramos Tisacti
DIRECTOR
IE N° 7213

Anexo 4. Fotografías de la Muestra



Anexo 5. Anexos del programa

Anexo 1. Diario de emociones

Situación	Emoción	Pensamiento	Intensidad

Anexo 2a. Situaciones problemáticas

Dos compañeros están peleando en clase porque uno ofendió al otro, ambos son amigos tuyos. ¿Qué le dirías para solucionar esta situación?

El profesor te acusa de fomentar el desorden. ¿Cómo le harías entender que se trata de un error?

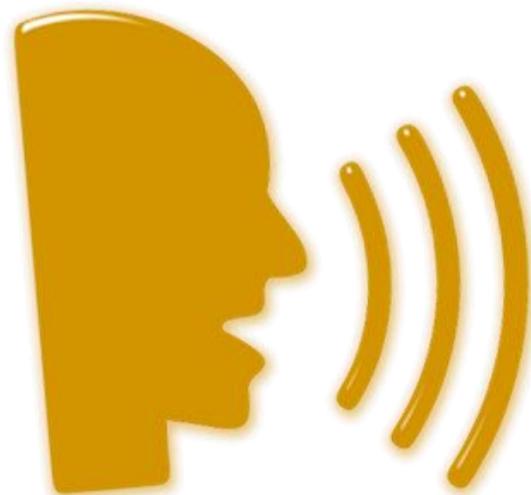
Te dicen que no podrás ir al cumpleaños de tu mejor amigo, porque estás castigado por haber sacado malas notas- ¿Cómo se lo pedirías a tus padres?

Tu amigo te pide que le dejes copiar en el examen, te has esforzado mucho y no te parece justo dárselo así de fácil. ¿Qué harías para explicarle este malestar?

Anexo 2b. Fórmula de la Asertividad

1. Expreso como
me siento

Me expreso sin agredir
a los demás y a la vez
sin someterme a la
voluntad ajena



2. Manifiesto
lo que pienso

**Pasos para una
comunicación
asertiva**

3. Lo que
deseo que
suceda

Anexo 3. Ficha de solución de problemas

Definición del problema

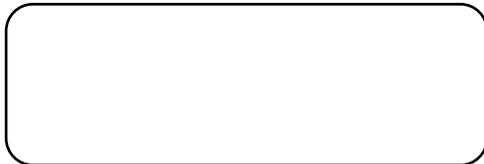
En estos casilleros deberá colocar algunas circunstancias que vengan aquejándolo recientemente a partir de ella le asignará un valor a cada uno (1-5), y se trabajará posteriormente con aquella que se considera con mayor puntuación.

Problemas	Valoración

Generación de alternativas



Problema Principal



Evaluación de la mejor alternativa.

En estos casilleros deberá colocar algunas potenciales soluciones a su problema, para ello será necesario valorarlas. (1 – 5) Escoja las dos que tenga mayor puntaje.

Soluciones	Valoración
#1	
#2	
#3	
#4	
#5	
#6	
#7	
#8	
#9	
#10	
#11	

Luego de haber escogido una de estas potenciales soluciones es momento de ponerlas en práctica. ¡Muchos éxitos con ello!

Verificación.

Luego de haber colocado estas potenciales soluciones es hora de verificar su efectividad. Llego momento de valorar los resultados obtenidos. En caso el resultado no sea positivo, se sugiere realizar el proceso nuevamente.

¿Cómo mejoro el problema con esta solución?	¿Qué fue lo que logre?	¿Qué aprendí del problema?	¿Cómo puedo evitar que vuelva a suceder?