

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



Trabajo de Suficiencia Profesional

Adaptación de conducta en estudiantes del sexto grado de primaria, al segundo
año de secundaria de la Institución Educativa José Fianson en Chosica

Para optar el Título Profesional de Licenciada en Psicología

Presentado por:

Autora: Bachiller Gabriela Gómez Alegría

Lima – Perú

2019

DEDICATORIA

A dios, mis padres, mi abuelo
y hermana, gracias por brindarme su
apoyo en todo momento
por la motivación e inspiración
para ser mejor cada día
y lograr mis objetivos.

Bachiller Gabriela Gómez Alegría

AGRADECIMIENTO

A Dios

Por haberme permitido llegar hasta este punto y lograr una de mis metas, le agradezco haberme permitido rodearme con personas maravillosas y otorgarme la fortaleza en los momentos difíciles.

A mis padres

Siempre me apoyaron en la consecución de mis objetivos, alentándome a ser mejor, apoyándome en cada momento, dándome la confianza para lograr todo lo que me proponga.

A mi abuelo

Indudablemente mi agradecimiento va para ti, con tu amor incondicional, todo tu apoyo fue la fuerza y soporte para desarrollarme personal y profesionalmente, y ser un motivo para reflejar mi esfuerzo cada día por lograr mis objetivos.

A mi hermana

Por brindarme su amor y apoyo en cada momento, gracias por ser mi compañera, tú eres más que un motivo para continuar adelante y ser mejor durante cada día.

Agradezco a todos quienes permanecieron conmigo durante el desarrollo de mi tesis, gracias por su apoyo a mi familia, compañeros y amigos, este trabajo no lo hubiese culminado sino gracias a ustedes.

Asimismo, agradezco a la Institución Educativa José Fianson de Chosica por permitirme realizar mi investigación en su institución y brindarme todas las facilidades durante la recolecta de los datos.

Bachiller Gabriela Gómez Alegría

PRESENTACIÓN

Señores Miembros del Jurado Calificador

Cumpliendo con lo estipulado por el reglamento de Grados y Títulos de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, Facultad de Psicología y Trabajo Social, Escuela profesional de Psicología, someto a vuestro juicio profesional la tesis titulada: “ADAPTACIÓN DE CONDUCTA EN ESTUDIANTES DE SEXTO GRADO DE PRIMARIA, PRIMER Y SEGUNDO AÑO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JOSÉ FIANSON EN CHOSICA”, realizada con la finalidad de obtener el título profesional de Licenciada en Psicología.

Con la confianza de que se le otorgará un valor justo y a la espera que se muestre una apertura a las apreciaciones y sugerencias que se brinden al estudio agradezco por anticipado su destacada participación.

ÍNDICE

Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Presentación	iv
Índice	v
Índice de tablas	vii
Índice de figuras	viii
Resumen	ix
Abstract	x
Introducción	xii
CAPÍTULO I: Planteamiento del problema	13
1.1 Descripción de la realidad problemática	13
1.2 Formulación del problema	18
1.3 Objetivos	19
1.4 Justificación e importancia	19
CAPÍTULO II: Marco teórico conceptual	22
2.1 Antecedentes	22
2.1.1 Internacionales	22
2.1.2 Nacionales	24
2.2 Bases Teóricas	27
2.2.1 Adaptación de conducta	27
2.2.2 Adolescencia	37
2.3 Definiciones conceptuales	42
CAPÍTULO III: Metodología	44
3.1 Tipo y diseño utilizado	44
3.2 Población y muestra	44
3.3 Identificación de la variable y su operacionalización	45
3.4 Técnicas e instrumentos de evaluación y diagnóstico	46
CAPÍTULO IV: Presentación, procesamiento y análisis de los resultados	
4.1 Procesamiento de los resultados	54
4.2 Presentación de los resultados	54
4.3 Análisis y discusión de resultados	60
4.4 Conclusiones	63

4.5 Recomendaciones	64
CAPÍTULO V: Intervención	65
5.1 Descripción de la realidad problemática	66
5.2 Objetivos	66
5.3 Alcance	67
5.4 Justificación	67
5.5 Metodología	67
5.6 Recursos	69
5.7 Cronograma	70
5.8 Bibliografía	71
5.9 Sesiones	71

Referencias bibliográficas

Anexos

Anexo 1. Matriz de consistencia	97
Anexo 2. Instrumento: Inventario de adaptación de conducta	99
Anexo 3. Cartilla: “Mi cuerpo es valioso”	106
Anexo 4. Cartilla: “Conociéndonos”	108
Anexo 5. Cartillas 1 y 2	110
Anexo 6. Test de discriminación de respuestas	114
Anexo 7. Cartilla: “La sorpresa de Andrés”	117

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Operacionalización de la variable Adaptación de Conducta

Tabla 2. Confiabilidad del Inventario de Adaptación de Conducta

Tabla 3. Correlación entre el Inventario de Adaptación de Conducta y la Prueba de Ajuste de Bell

Tabla 4. Correlación entre el Inventario de Adaptación de Conducta y el juicio/estimación del docente

Tabla 5. Baremos del Inventario de Adaptación de Conducta en Lima Metropolitana

Tabla 6. Interpretación por niveles según áreas del Inventario de Adaptación de Conducta

Tabla 7. Interpretación psicológica de resultados en la adaptación del Inventario de Adaptación de Conducta basados en eneatis

Tabla 8. Medidas estadísticas descriptivas de la variable de investigación adaptación de conducta

Tabla 9. Medidas estadísticas descriptivas de los factores pertenecientes a la adaptación de conducta

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Porcentaje de los resultados de la adaptación de conducta

Figura 2. Porcentaje de los resultados de la adaptación personal como área de la adaptación de conducta

Figura 3. Porcentaje de los resultados de la adaptación familiar como área de la adaptación de conducta

Figura 4. Porcentaje de los resultados de la adaptación educativa como área de la adaptación de conducta

Figura 5. Porcentaje de los resultados de la adaptación social como área de la adaptación de conducta

RESUMEN

El presente estudio fue diseñado de forma cuantitativa, no experimental de tipo transversal descriptivo. En la cual el objetivo general es conocer la adaptación de conducta de los estudiantes del sexto grado de primaria, primer año al segundo año de secundaria de la Institución Educativa José Fianson. El instrumento que se utilizó fue el Inventario de Adaptación de Conducta IAC previamente adaptada a la población peruana (Ruíz Alva, 1994). La muestra del estudio incluyó 29 mujeres y 29 hombres, siendo una muestra censal de 58 estudiantes. Los resultados fueron que el 53,45% de los alumnos presentaba una adaptación global normal y el 20,69% presentaba un bajo nivel de adaptación de conducta. Las áreas familiar, personal y escolar de la adaptación se encontraban en valores medios, mientras que en la dimensión “adaptación social” presentaban niveles altos.

Palabra clave: Adaptación, adaptación de conducta, estudiantes del sexto de primaria, primer año de secundaria, segundo año de secundaria.

ABSTRACT

The present research is of quantitative non - experimental design of descriptive transversal type. In which the general objective is to know the adaptation of behaviour of the students of sixth degree of primary, first year of secondary and second year of secondary of a particular institution José Fianson of Chosica. The instrument used was the Inventory of Adaptation of Behaviour IAC previously adapted to the Peruvian population (Ruíz Alva, 1994). The sample was conformed by 29 women and 29 men, being a sample censal of 58 students. The results were that 53,45% of the students presented a normal global adaptation and 20,69% presented a low level of adaptation of behaviour. In the áreas of family adaptation, personal adaptation and school adaptation, the students presented a medium level, whereas in the social adaptation presented a high level.

Key words: *Adaptation, adaptation of behaviour, students of the sixth of primary, first year of secondary, second year of secondary.*

INTRODUCCIÓN

Con el término “adaptación de conducta” esta englobada en varios ámbitos que integran el ambiente de una persona, como la adaptación personal, familiar, escolar y social, donde el comportamiento de una persona será influenciado por los individuos que integran dicho contexto.

De la Cruz, V. y Cordero, A. (1981), sostienen adaptarse consiste en la aceptación de la persona respecto a la búsqueda de una independencia emocional, su aspecto físico y la clase de relación que presenta con su entorno social.

En la psicopedagogía el constructo “adaptación” se relaciona a la estabilidad emocional y personalidad del estudiante; aquí el alumno tendrá un nivel de adaptación bueno cuando presente positivos sentimientos de sí mismo, se considere competente, presente independencia y autonomía, no tenga dificultades para relacionarse, este satisfecho con su vida y pueda sobrellevar circunstancia que de su vida diaria; por ello, en la presente investigación se conocerá el nivel de adaptación global, familiar, social, personal y escolares de primaria, así como del primer y segundo año de secundaria.

En el capítulo I se analiza el problema de investigación que servirá para ser respondidos a medida que se desarrolle el estudio. También se incluye a los objetivos del estudio finalizando con la justificación del estudio.

En el capítulo II, se aborda al Marco Teórico que incluye a los antecedentes que son investigaciones internacionales y nacionales. Luego se presentan los referentes teóricos que sustentan la tesis, se abordan las definiciones de las variables analizadas, las teorías que fueron utilizadas en la investigación y los instrumentos utilizados en la tesis.

En el capítulo III se presentan los materiales y métodos empleados para el desarrollo del estudio, el tipo de investigación, diseño del estudio, la población e instrumentos de medición.

En el capítulo IV, se abordan los resultados encontrados, así como se discute e interpretan estos hallazgos para finalizar con las conclusiones y recomendaciones.

En el último capítulo (V) se presenta un modelo de programa para fortalecer los déficits encontrados en la conducta de adaptación de los adolescentes evaluados.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Descripción de la realidad problemática

En la actualidad, existen muchos casos de adolescentes con problemas psicológicos que derivan de diversos factores como familiares, grupo social, identidad, etc.; los problemas de adaptación en estos ámbitos pueden ocasionar diversos problemas en el adolescente antes mencionados. Existen muchos casos a nivel mundial sobre índices elevados de depresión, estrés, bullying, problemas de identidad, embarazo adolescente, entre otros.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) en el 2017 menciona algunos índices sobre riesgos en la etapa adolescente y la prevalencia de distintos problemas que se presentan esta etapa. Se indica que los adolescentes aproximadamente son la sexta parte de la población y que dentro de sus principales problemas se señalan a la falta actividad física, consumo de alcohol, practicar relaciones sexuales sin usar protección además de estar expuesto a situaciones de violencia familiar o de pareja, todo lo mencionado puede acarrear en su salud mental. Con respecto al primer problema mencionado, se conoce que aproximadamente un 11% de los nacimientos fueron encontrados en mujeres que presentan edades entre los 15 a 19 años, asimismo más de dos millones de adolescentes padecen del VIH y se estima que aumente el porcentaje de fallecimientos por el contagio con VIH en los adolescentes. En los adolescentes, se ha encontrado que el suicidio se considera como la tercera causa de muerte en personas entre los 15 a 19 años de edad (OMS, 2017), esto evidencia la relevancia que se tiene sobre cómo los adolescentes deben adaptarse adecuadamente a su entorno.

Asimismo, a nivel mundial se ha registrado que 1 de cada 10 chicas menores de 20 años han sufrido de abuso sexual. También, el uso de alcohol, drogas y tabaco cuenta con indicadores elevados en varios países, el consumo de alcohol y drogas reduce el control propio, aumenta los riesgos comportamentales, violencia en parejas, asimismo, se menciona que al menos de cada diez, uno consume tabaco (OMS, 2017). Por último, los trastornos alimenticios se consideran como un problema con mayor relevancia

en los últimos años, ya que gracias a los estereotipos impuestos por la sociedad y al consumismo, nuestros estándares de belleza han pasado a ser no saludables para muchos adolescentes que intentan imitar a las modelos, causando problemas graves en su salud.

Frente a estas cifras, en el 2017, la OMS presentó un informe donde se recomiendan medidas a nivel mundial que promuevan el bienestar de los adolescentes, el objetivo del informe fue brindar ciertos lineamientos sobre cómo deben actuar los gobiernos en referencia a estos problemas de alto índice a nivel mundial. Entre las soluciones que brinda la OMS a estos problemas, podemos destacar los siguientes: programas de planificación familiar, acceso a los programas de salud sexual y reproductiva, programas de información y educación, realizar programas que fortalezcan los lazos entre adolescentes y sus familiares, brindar atención psicológica a adolescentes víctimas de violencia, limitar el acceso a las drogas, alcohol y tabaco en el adolescente, realizar programas de intervención a nivel comunitario e individual del consumo de estas sustancias, así como fomentar buenos hábitos alimenticios y planes de ejercicios para salud física, sin necesidad de dietas extremas, ofrecerles un acceso fácil hacia alimentos sanos y programas de actividades para jóvenes sobre los hábitos nutricionales y no necesariamente el dejar de comer para mantenerse en el peso ideal que pueda derivar a trastornos alimenticios.

Por otro lado, en un estudio realizado en España (2016) sobre problemas de conductas en adolescentes, se encontró que un 96% de pediatras en España señalan que existe una mayor demanda de atenciones por los cambios de conducta de los adolescentes, por ejemplo, el trastorno disocial tiene una prevalencia de entre 1.5% y 3.4%, siendo más común en varones; este trastorno se caracteriza por conductas que atentan contra otra persona o las reglas sociales establecidas como amenazar, robar, iniciar peleas.

Frente a esto, la OMS indica que los adolescentes experimentan diversos problemas de adaptación, sus patrones de conducta se establecen durante toda la etapa de su adolescencia y es en esta instancia donde la respuesta de los padres, la comunidad, el colegio que se encuentran en el entorno del

adolescente son relevantes para ayudarlos contra estas presiones y permitir una transición apropiada desde la infancia a la edad adulta (OMS, s.f.)

En el 2017, representantes de sistemas públicos de salud, la Comunidad del Caribe y sociedades civiles de 18 países plantearon la Estrategia Mundial para la Mujer, la Niñez y la Adolescencia que fue adaptada al contexto de la subregión caribeña con el objetivo implementar acciones para la mejora de la salud de los adolescentes. En el informe los adolescentes son considerados como eje central para el progreso sostenible. En este encuentro se destacan los retos para afrontar los problemas de salud de un adolescente tales como: riesgo de contagio del VIH, embarazo adolescente, aborto, violencia, entre otros. (Organización Panamericana de Salud, 2017)

La importancia del entorno para un adolescente ha cobrado importancia en el presente siglo XXI, existe una discordancia entre los diversos ámbitos que representan el entorno del adolescente provocando diversos problemas en su salud mental del adolescente, diversos estudios indican que aproximadamente el 20% de adolescentes en España que tiene menos de 14 años suelen padecer de depresión, ansiedad y alteraciones de carácter o TDAH (Castellano Barca, 2013). Asimismo, en un estudio realizado por la Fundación SM en el 2012, sobre 15.000 niños, se encontró que un 27% se sienten solos cuando llegan a casa luego del colegio, por lo que tiene que recurrir a los videojuegos, televisión, ordenador, y teléfono móvil.

El estudio “Health Behaviour in School Aged Children” realizado por el Ministerio de Sanidad de España, publicado en 2012, dio a conocer un informe en base a 11 200 encuestas realizadas a adolescentes entre 11 y 18 años de varios países europeos con la finalidad de brindar algunos datos que permitan conocer y comprender mejor el entorno del adolescente; los datos arrojados fueron los siguientes: la edad promedio en la que comienzas a ingerir alcohol por primera vez es 13.8 años, un 43% de estos lo ha realizado al menos una vez, mientras que el 14% de ellos consumen bebidas alcohólicas todas las semanas, el 34.6% de los adolescentes encuestados practicaron relaciones sexuales, donde la precocidad es mayor en niveles socioeconómicos bajos;

con respecto al consumo de drogas el 71% de estos adolescentes han consumido estas sustancias y en relación a si valoran su vida se encuentran con un 7.86 sobre 10, siendo los datos menores a medida que van teniendo más años (Castellano Barca, 2013).

En el Perú, Unicef ha realizado varios estudios relacionados a la adolescencia entre los 12 y 17 años, dichos estudios se han abarcado diversos ámbitos del entorno del adolescente. En primer lugar, se encuentra una elevada frecuencia de adolescentes embarazadas, en base a la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar del 2013 se encontró que el 13.9% de adolescentes entre 15 a 19 años presento un embarazo. Asimismo, hasta el 2014, se reportan 31 893 casos de SIDA, el 4.8% son menores de 19 años, entre las causas el estudio mencionan practicar relaciones sexuales sin protección, desconocimiento de métodos anticonceptivos, falta de educación sexual, eventos de violación y patrones culturales de género. Respecto a la salud nutricional, hay una creciente en los porcentajes de sobrepeso que afecta el 23.6% de adolescentes, esto es más común en zonas urbanas. (UNICEF PERÚ, s.f.) En el aspecto de la educación se ha mejorado la asistencia de los adolescentes a los centros educativos, llegó a 64.8% en el 2014; sin embargo, del total de adolescentes que asisten a la secundaria, aproximadamente un 13.7% lo realiza en condiciones de atraso escolar., siendo el porcentaje mayor en hombres (15.4%) que en mujeres (11.9%).

El Consejo Nacional de Política Criminal, en su boletín número 2 del año 2016, presenta datos referentes a cómo se encuentran los adolescentes que cometen infracciones en el Perú. Dentro de las conclusiones de dicho documento, presenta que, por lo general, el adolescente infractor es de sexo masculino, que ha abandonado la escuela; suele consumir drogas y alcohol y sus recursos económicos son bajos; reportan que un 42.8% de delitos fueron el hurto y robo agravado. Entre los factores causales se menciona al abandono escolar y la inserción laboral precaria y temporal que limitan las opciones de insertarse a la sociedad, las drogas y el alcohol como facilitadores de la conducta violenta y el delito, la violencia callejera, escasez de servicios básicos, pobreza y pobreza extrema.

Asimismo, el estudio indica que Lima es el departamento que registra el mayor índice de adolescentes infractores; le siguen Ica, Piura y La Libertad con índices altos de infractores adolescentes.

La Dirección de Salud Mental del MINSA ha realizado el programa de Fortalecimiento de Competencias de Salud Mental dentro del Plan Salud Escolar, este programa realiza el tamizaje de salud mental para descartar problemas afectivos, depresivos y conductas suicidas y otros problemas de conducta a nivel pre-escolar y escolar y se encuentra implementado en La Libertad, Arequipa, Moquegua, Apurímac, Ucayali, Callao y Lima Metropolitana (MINSA, 2015).

Un estudio epidemiológico realizado en Lima y Callao durante el 2007 sobre salud mental en niños y adolescentes, brindo los siguientes resultados: un 20.3% de niños entre 18 meses y 5 años de edad presentaron algún tipo de enfermedad relacionada a la salud mental, mientras que el 11.9% de estos se presentaban factores de riesgo (MINSA, 2007)

Una reciente investigación realizada por psicólogas del Instituto de Investigación de Psicología de la USMP (2016) reveló síntomas de depresión y ansiedad en adolescentes de 12 a 18 años en San Martín de Porres y Los Olivos, el estudio tuvo por muestra a 298 estudiantes de colegios públicos de ambos distritos; la mujeres presentaron mayor frecuente de depresión, presencia de quejas somáticas y trastornos ansiedad; los hombres (74%) presentaron un elevado índice en el rompimiento de reglas y problemas de atención y en ambos grupos (23%) presentan índices de conducta agresiva.

La Institución Educativa José Fianson en Chosica, lugar donde realizaré mi investigación, es una institución que en un inicio fue creada para el nivel de inicial y dirigida a niños con bajos recursos, su actual local cuenta con los tres niveles inicial, primaria y secundaria. El colegio está dirigido por la Lic. Ana Lezama, quienes brindan una formación integral.

El estudio sobre se realizará del 6to grado del nivel primario al segundo año de secundaria conformado por 58 alumnos, 29 hombres y 29 mujeres de edades entre 12 y 14 años.

Según los docentes que laboran en el nivel primario y secundario, ha habido varios casos de problemas en los diversos ámbitos que integran el entorno del adolescente, haciendo énfasis en los grados superiores del nivel primario y del nivel secundario, relacionándolo con la transición hacia la adolescencia; los problemas presentados son de trastornos alimenticios como la anorexia y bulimia, ausentismo escolar y acoso escolar.

De continuar esta problemática, es probable que los alumnos al pasar a secundaria presenten confusión y se agraven los problemas que algunos alumnos están presentando actualmente; de esta forma es relevante conocer su nivel de adaptación en los ámbitos escolar, personal, social y familiar para poder brindar un plan de intervención acorde a los resultados y promover una mejor calidad de vida de estos adolescentes.

1.2 Formulación del problema

1.2.1 Problema general

¿Cuál es el nivel de adaptación de conducta de los estudiantes del sexto grado de primaria al segundo año de secundaria de la Institución Educativa José Fianson en Chosica?

1.2.2 Problemas secundarios

¿Cuál es el nivel de adaptación de conducta en el ámbito escolar de los estudiantes del sexto grado de primaria al segundo año de secundaria de la Institución Educativa José Fianson en Chosica?

¿Cuál es el nivel de adaptación de conducta en el ámbito familiar de los estudiantes del sexto grado de primaria al segundo año de secundaria de la Institución Educativa José Fianson en Chosica?

¿Cuál es el nivel de adaptación de conducta en el ámbito personal de los estudiantes del sexto grado de primaria al segundo año de secundaria de la Institución Educativa José Fianson en Chosica?

¿Cuál es el nivel de adaptación de conducta en el ámbito social de los estudiantes del sexto grado de primaria al segundo año de secundaria de la Institución Educativa José Fianson en Chosica?

1.3 Objetivos

1.3.1 Objetivo general

Determinar el nivel de adaptación de conducta de los estudiantes del sexto grado de primaria al segundo año de secundaria de la Institución Educativa José Fianson en Chosica.

1.3.2 Objetivos específicos

Determinar el nivel de adaptación de conducta en el ámbito escolar de los estudiantes del sexto grado de primaria al segundo año de secundaria de la Institución Educativa José Fianson en Chosica.

Determinar el nivel de adaptación de conducta en el ámbito familiar de los estudiantes del sexto grado de primaria al segundo año de secundaria de la Institución Educativa José Fianson en Chosica.

Determinar el nivel de adaptación de conducta en el ámbito personal de los estudiantes del sexto grado de primaria al segundo año de secundaria de la Institución Educativa José Fianson en Chosica.

Determinar el nivel de adaptación de conducta en el ámbito social de los estudiantes del sexto grado de primaria al segundo año de secundaria de la Institución Educativa José Fianson en Chosica.

1.4 Justificación e importancia

Analizar la conducta de los adolescentes permite entender los cambios por los que está pasando durante esa etapa, transición de la infancia a la adultez, durante la adolescencia ocurren muchos cambios al nivel fisiológico y psicológico, muchos autores consideran que la conducta principal de los adolescentes es generalmente negativa y que suele manifestar problemas en la interrelación con los padres y profesores. Por lo tanto, es importante

considerar los diversos cambios por los que el adolescente tiene que enfrentar para tratar de entender su comportamiento.

Según lo anterior, el conocer los niveles de la AC en adolescentes permitirá analizar qué factores están contribuyendo a que desarrolle una conducta disruptiva en el adolescente o algún problema en su salud mental; asimismo, se enfatiza la necesidad de conocer los niveles de adaptación del adolescente en sus diversos ámbitos social, personal, familiar y escolar. Respecto al ámbito escolar surgen posturas de desobediencia frente a la estructura del colegio y el desenvolvimiento de profesores y compañeros, ocasionando ausentismo escolar, bullying o atraso escolar. Por último, en aspecto social se introducen conductas negativas, aparición de un deseo de aislamiento, así como una actitud crítica y de inseguridad (Muñoz Mendoza V., Saberbein León C., 2002).

Los beneficios que se lograrán con el presente estudio van dirigidos al aspecto educativo, fundamentalmente a adolescentes que tiene 12 años de edad a más, se pretende dar conocer los niveles de AC como predictor de problemas comportamentales en el futuro. Por otro lado, frente a los probables problemas que se estén presente actualmente, esta investigación servirá como una orientación para padres y profesores, para conocer en qué puntos los adolescentes necesitan apoyo y poder realizar la intervención pertinente. El entorno del adolescente está constituido por los amigos, familia, profesores, compañeros de clase que integran los distintos ámbitos, los cuales influyen directamente en los estudiantes del colegio donde ejecutaré mi investigación.

En el ámbito teórico se contribuirá con un mayor número de investigaciones relacionados a la psicología educativa, ya que hoy en día existen muchos estudios relacionados a la adolescencia y muchos programas de intervención para esta etapa debido a los altos índices de problemas que se están produciendo en esta etapa. El abordaje de los estudios sobre la AC permite ampliar la comprensión de este constructo. Esta variable no ha sido investigada ni profundizada en función a otras en la Psicología Educativa. Por eso a nivel nacional se realizan estudios sobre temas específicos como trastornos de conducta o trastornos psicológicos en adolescentes, mas no se

da un panorama del porqué se producen este tipo de problemas y si es que actualmente los adolescentes se están adaptando adecuadamente en su entorno.

En el ámbito práctico, la presente tesis permitirá identificar cómo se encuentra en los niveles de AC en estudiantes del sexto grado de primaria, primer y segundo año de secundaria de la Institución Educativa José Fianson en Chosica. Los resultados serán compartidos en otras instituciones privadas en el Perú para así poder comparar resultados con instituciones públicas. Los datos analizados y las limitaciones encontrados recomendarán más estudios y el planteamiento de programas de intervención en función a los resultados obtenidos.

En el ámbito metodológico las técnicas utilizadas en la presente tesis podrán ser replicadas en más estudios de similar contenido y mejorar la comprensión de la variable a estudiar. El instrumento utilizado se encuentra validado y se cuenta con datos psicométricos relacionados a la realidad peruana, específicamente con baremos de Lima Metropolitana, la cual es el Inventario de Adaptación de Conducta (IAC) adaptado y baremado por Dr. César Ruiz Alva en la Universidad Mayor de San Marcos (1994).

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL

2.1 Antecedentes

2.1.1 Internacionales

López Sánchez M.; Jiménez Torres M.; Guerrero Ramos D. (2013) en España, desarrollaron un estudio titulado “**Estudio de la relación entre el bienestar personal y la adaptación de conducta (AC) en el marco de la escuela salugénica**”, enfatizando si existía relación entre adaptación y bienestar psicológico. El estudio comprobó si existían diferencias en función a la edad y el género respecto al bienestar psicológico y la adaptación global, familiar, personal, social y escolar. Diseñaron un estudio con el enfoque cuantitativo, descriptivo transversal, incluyeron 245 escolares entre los 16 a 19 años de edad. Utilizaron la Escala de Bienestar Psicológico (EBP) de Sánchez Cánovas, 1998, solo se utilizó la subescala de bienestar psicológico subjetivo y el IAC de M. Victoria de la Cruz y Agustín Cordero. Como conclusiones se obtuvieron que no existe diferencias en los resultados obtenidos por hombres y mujeres, asimismo, referente a la relación entre adaptación y bienestar psicológico, el bienestar psicológico se explican por la adaptación escolar y social, además de existir una asociación entre el bienestar psicológico y la adaptación de conducta.

Cruz Bonilla, J. (2016) en Ecuador, desarrolló un estudio titulado “**El autoestima y su influencia en la adaptación familiar de los adolescentes de noveno año del Colegio Nacional Picaihua**” con el objetivo de conocer la influencia de la autoestima en la adaptación familiar. El tipo de investigación estuvo relacionado con el enfoque cuantitativo a un nivel explicativo, la población fueron 90 estudiantes de noveno año del Colegio Nacional Picaihua. Utilizaron la Escala de Autoestima de Rosenberg y el IAC.

Gavilanes Gavilanes G. (2015) en Ecuador, desarrolló un estudio titulado “**Adicción a las redes sociales y su relación con la adaptación conductual en los adolescentes**” Diagnosticaron los niveles de adicción

a las redes sociales, así como establecer una relación entre esta adicción y la adaptación conductual. El estudio tuvo un enfoque cuali-cuantitativo. Incluyeron 218 adolescentes entre los 12 a 15 años de edad. Utilizaron el Test de Adicción al Internet (IAT) de Young (1998) y el Inventario de Adaptación Conductual (IAC) de Cordero. Como conclusión se obtuvo que existe relación entre la adicción a redes sociales y la adaptación a nivel familiar, social y personal.

Quispe Roche E. (2017) en Ecuador, desarrolló un estudio titulado **“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”**. Su objetivo fue el conocer cuál es el índice global de acoso y violencia escolar percibidos en los adolescentes y determinar los grados de adaptación de la conducta percibidos con mayor frecuencia. Fue un estudio con el enfoque cuantitativo, del diseño correlacional, que incluyó 546 estudiantes, se consideró como muestra 125 estudiantes de dicha institución entre 14 y 17 años de edad. Utilizaron el Test de acoso y violencia escolar (2005) de Iñaki Piñuel y Araceli Oñate, y el IAC. Como conclusiones se obtuvieron que existe relación entre el acoso escolar y la AC, el 38.4% de índice global de acosos representan a 48 adolescentes de la institución, el 35.2% de adolescentes muestran intensidad de acoso que se representa mediante presión, agresión física, agresión verbal y molestias y se encontró que el 47.2% de adolescentes tuvieron dificultades de adaptación, siendo el ámbito familiar, social y escolar en los que existe mayores dificultades.

Abad Guarnizo P. (2017) en Ecuador, desarrolló un estudio titulado **“Violencia intrafamiliar y su relación con las habilidades de adaptación al ámbito académico de los estudiantes de 12 a 20 años de la Unidad Educativa Elvia Bélgica Jiménez de González”**. Su objetivo fue el determinar las clases predominantes de violencia intrafamiliar, conocer cuáles son los tipos de habilidades de adaptación al ámbito educativo, y elaborar una propuesta que mejore las relaciones familiares y las habilidades de adaptación al ámbito educativo. Se diseñó un estudio con el enfoque cuantitativo del tipo descriptivo y transversal que incluyó 107

alumnos; se consideró como muestra 99 estudiantes de ambos sexos de dicha institución entre los 12 y 20 años. Utilizaron el Cuestionario sobre presencia de violencia intrafamiliar elaborado por la UNICEF (2006) y IAC. Concluyen que el tipo más común de violencia intrafamiliar en las casas de los estudiantes es el psicológico y los estudiantes presentan elevados niveles de adaptación y niveles medios en el ámbito académico.

Guachamin Sigcha M. (2017) en Ecuador, desarrolló un estudio titulado **“Influencia de la adaptación escolar en el rendimiento académico de los estudiantes de octavo año de educación general básica del Colegio Luciano Andrade Marín de la Ciudad de Quito período 2016-2017”**. El estudio tuvo como objetivos describir el nivel de adaptación escolar y su relación con el rendimiento académico. El estudio tuvo un enfoque cuanti-cualitativo, tipo descriptivo correlacional, complementando con investigación de campo, se trabajó con 249 estudiantes de 8vo año. Utilizaron el IAC. Asimismo, se solicitó las calificaciones obtenidas de los 249 estudiantes durante el primer trimestre del año 2016-2017. Como conclusiones se obtuvieron que el nivel de adaptación escolar se encuentra en la categoría Medio, existe una correlación muy baja entre adaptación escolar y rendimiento escolar ya que ambas variables se muestran como independientes una de la otra y la adaptación escolar no influye en el rendimiento académico.

2.1.1 Nacionales

Cipriano Chávez K. (2016) en Trujillo, desarrolló un estudio titulado **“Valores interpersonales y adaptación de conducta en adolescentes secundarios de una IEE de la ciudad de Trujillo”**. Su objetivo fue el de identificar los valores interpersonales predominantes y el nivel de adaptación de conducta de los adolescentes, y analizar las relaciones entre ambas variables. Fue un estudio con el enfoque cuantitativo y del tipo correlacional que incluyó 345 estudiantes entre 14 y 17 años de edad, mientras que se trabajó con 182 estudiantes entre 14 y 17 años de edad de 3ero, 4to y 5to de secundaria. Utilizaron el Cuestionario de Valores

Interpersonales (SIV) de Gordon L.V. y el IAC. Concluyen que se encontraron niveles altos en las dimensiones conformidad, benevolencia, liderazgo y soporte, mientras que predomina un nivel bajo en las dimensiones independencia y reconocimiento; respecto al nivel de adaptación, en el ámbito escolar se encontró un nivel medio y un nivel bajo en los ámbitos social, familiar y personal, se encontró asociación entre los valores de adaptación y las características interpersonales en los adolescentes.

Asto García K. (2016) en Trujillo, desarrolló un estudio titulado **“Propiedades Psicométricas del Inventario de Adaptación de Conducta en estudiantes de nivel secundaria de Huamachuco”**. El estudio tuvo como objetivos analizar la AC desde el punto de vista de la validación de instrumentos. La investigación tuvo un enfoque cuantitativo e incluyó 1664 estudiantes entre las edades de 12 a 17 años, se trabajó con una muestra de 650 estudiantes de las instituciones educativas nacionales San Nicolás, Florencia de Mora de Sandoval y 82115 – Jospe Faustino Sánchez Carrión. Utilizaron el Inventario de adaptación de conducta (IAC) de Victoria de la Cruz y Agustín Cordero. Concluyen que se encontró propiedades métricas internas aceptables del inventario y que puede ser replicado en otros estudios.

Rodríguez Cossío R. (2015) en Chiclayo, desarrolló un estudio titulado **“Clima social familiar y adaptación de conducta en estudiantes de secundaria de una institución educativa”**, con la finalidad de otorgar a las familias conocimientos sobre cómo llevar adecuadamente las relaciones familiares y así los adolescentes pueden adaptarse adecuadamente en los ámbitos social, escolar, familiar y personal. El estudio tuvo como objetivo establecer la relación entre el clima familiar y la adaptación de conducta en los estudiantes. Fue un estudio diseñado con el enfoque cuantitativo del tipo descriptivo correlacional que incluyó estudiantes de secundaria de una Institución Educativa de Pimental en Chiclayo. Utilizaron la Escala de Clima Social Familiar de R. H. Moos, B. S. Moos y E. J. Trickett y el IAC de M. Victoria de la Cruz y Agustín Cordero.

Concluyen que no se presentó una relación entre las variables clima social familiar y adaptación de conducta.

Matos Quezada M. (2014) en Trujillo, desarrolló un estudio titulado **“Asertividad y adaptación de conducta en estudiantes del nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Chimbote”**. El estudio tuvo como objetivo determinar la relación entre la asertividad y la adaptación de conducta (AC). Estudio cuantitativo, descriptivo correlacional que incluyó 245 estudiantes entre 15 y 17 años de ambos géneros, teniendo una muestra de 174 estudiantes. Utilizaron la Escala Multidimensional de Asertividad (EMA) de Mirta Flores Galaz y Rolando Díaz-Loving, y el IAC. Concluyen que se encontró niveles medios de asertividad indirecta, respecto a la adaptación global y en sus ámbitos social, personal, familiar, escolar de los adolescentes predominó el nivel medio, se evidenció una correlación negativa y significativa entre la asertividad indirecta y la AC y sus dimensiones de adaptación personal y familiar, no se presentó una relación entre la asertividad y la adaptación escolar.

Aquize Anco E.; Nuñez Paja J. (2016) en Juliaca, desarrollaron un estudio titulado **“Clima social familiar y adaptación de conducta (AC) en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Gran Unidad Escolar Las Mercedes, Juliaca – 2015”**. Su objetivo fue el de determinar la relación entre el clima familiar y adaptación de conducta en estudiantes de quinto grado de secundaria. Estudio cuantitativo de tipo correlacional, la población comprende todos los estudiantes entre 14 y 16 años, la muestra fue de 110 estudiantes entre 14 y 16 años del quinto año. Utilizaron la Escala de Clima Social Familiar (FES) de R.H. Moos y Trickett y el IAC. Concluyen que existe relación positiva y significativa entre la AC global y el clima social familiar principalmente en sus dimensiones personal y familiar.

Pérez Díaz J.; Páucar Alcalá Y.; Farfán Rodríguez D. (2016) en Lima, desarrollaron un estudio titulado **“Estilos de socialización parental y adaptación de conducta (AC) en estudiantes del nivel secundario de**

una institución educativa de Lima Este, 2016” su objetivo fue el de determinar si existía relación entre la AC y los estilos de socialización parental en estudiantes del nivel secundario. Estudio cuantitativo, con un diseño descriptivo correlacional y corte transversal, que incluyó 200 alumnos del cuarto y quinto año del nivel secundario. Utilizaron el IAC adaptado por Ruíz (1995) y la Escala de Estilos de Socialización Parental en la Adolescencia ESPA 29 de Musitu y García (2004) adaptada por Jara (2013). Concluyen que no existe relación entre la AC y los estilos de socialización parental.

Pingo Martínez B. (2015) en Trujillo, desarrolló un estudio titulado **“Clima social escolar y adaptación de conducta (AC) en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada de Trujillo”**. El estudio tuvo como objetivos describir los niveles de clima escolar, identificar los niveles de AC, establecer la relación entre ambas variables. El estudio fue del enfoque cuantitativo del tipo descriptivo correlacional que incluyó 126 alumnos del primero al cuarto grado de nivel secundario con edades entre 10 y 16 años. Utilizaron la Escala de clima social en el centro escolar (CES) de R.H. Moos & E.J. Trickett. / Traducción y adaptación española por TEA Ediciones, Madrid España 1984 por Fernando Ballesteros, R y Sierra B/ Adaptación Nacional: Edmundo Arévalo Luna (2002- Trujillo) y el IAC. Concluyen que se encontró una correlación positiva entre el clima social escolar y la AC.

2.2 Bases Teóricas

2.2.1 Adaptación de conducta

2.2.1.1 Definiciones

El término adaptación de conducta ha sido empleado en diversos estudios en la psicología, con múltiples definiciones de acuerdo a varios autores que han definido adaptación y conducta, las cuales serán detalladas a continuación:

El término adaptación es resaltado en varios estudios gracias a los aportes de Charles Darwin, quien definía la adaptación como “la lucha de un

organismo contra otros similares para la mejor explotación de un mismo medio” (Darwin, 1859), asimismo, Lamarck en un estudio relacionado a la longitud del cuello de las jirafas, menciona que ocurre por la adaptación al medio, refiere “la adaptación del organismo dependía de las características de su lucha con el medio” (Lamarck, 1809 citado por Barahona, 1983). Por otro lado, para Smith la adaptación consistía en una adecuación a las características del medio, a las condiciones biológicas, a las condiciones inherentes y esenciales del ser humano. (Smith A., 1759 citado por Barahona, 1983).

La Real Academia Española (2017) define adaptación como “acción y efecto de adaptar o adaptarse”, mientras que adaptar se define como “acomodar, ajustar algo a otra cosa”, “dicho de una persona: acomodarse, avenirse a diversas circunstancias, condiciones”, “dicho de un ser vivo: acomodarse a las condiciones de su entorno”; las definiciones están referidas a como una cosa se acomoda a otra o al medio donde se encuentra.

Piaget (1980, citado en Papalia, Wendkos & Duskin, 2009) considera que la adaptación es un “ajuste a la nueva información acerca del ambiente”. También, menciona dos pasos relacionados a la adaptación, la asimilación que es la adquisición de nuevo conocimiento que se integran a estructuras ya existentes y la acomodación que al incluir nueva información se van cambiando las estructuras cognoscitivas. Asimismo, Richmond (2000), menciona que para Piaget la adaptación es una invariante funcional, la adaptación como proceso que continúa a través de toda la secuencia del proceso de desarrollo de una inteligencia mediante los procesos de asimilación y acomodación.

García Pérez (1998 p. 124), citado por Matos M. (2014), refiere que la adaptación humana refleja un proceso donde interactúan la AC del ser humano y sus preferencias, gustos y necesidades y el contexto en el que la persona se desenvuelve.

La mayoría de conductas que se estudian en la psicología anormal se relacionan a las dificultades que muestra una persona para adecuarse a su entorno, sobre todo a problemas de adaptación. La adaptación es considerada

un proceso dinámico ya que cada persona responde a su entorno y a los cambios que se producen en este de una forma diferente, dependa de características personales o de la naturaleza de los eventos que deba enfrentar, esta situación de inestabilidad sumado a los recursos con los que cuenta cada persona determinaran si la persona sobrevive a ese estado de inestabilidad pasajera o si se derrumba y deriva a un problema patológico. Debido a esa constante de cambios de una persona, esta se deberá ir adaptando a los diversos entornos por los que se desenvuelva siempre buscando lograr la estabilidad, teniendo en cuenta que el hecho de no adaptarnos a una situación determinada influya en que una persona no se pueda adaptar a otras situaciones. Por todo esto, Sarason (1996), define adaptación como “la capacidad o incapacidad de las personas para modificar su conducta en respuesta a las modificaciones en su entorno”.

Horrocks (1984), citado por Pingo B. (2015), menciona que, en la adolescencia, la adaptación adquiere un rol fundamental, ya que al ser una etapa donde se desarrollan algunos conceptos del yo, las modificaciones que se desarrollan en esta etapa determinan como el adolescente se va ajustando a los diversos ámbitos de su vida.

En la psicopedagogía el constructo adaptación se relaciona a la estabilidad emocional y personalidad del estudiante; en este caso, el alumno presentará una adecuada adaptación cuando tiene sentimientos positivos de sí mismo, presente autonomía e independencia, no tenga dificultades para relacionarse y este satisfecho con su vida (Davidoff, 1979, citado por Pingo B., 2015).

De la Cruz, V. y Cordero, A. (1981), citado por Matos M. (2014), sostienen que la adaptación es la aceptación de la persona en su aspecto físico, la búsqueda de una independencia emocional y la forma cómo se relaciona con su entorno social.

Actualmente, la AC se refiere a las acciones que se ven reflejadas en el comportamiento de una persona y se ven influenciadas por los individuos que integran el entorno social como la familia, amigos y profesores (Asto K., 2016).

García y Magaz (2011), citado por Asto K. (2016), manifiestan que la adaptación es una manifestación de la conducta que puede o no formar un hábito pero que no necesariamente es una capacidad del individuo, esto corrobora lo que los autores del IAC mencionan en sus estudios.

2.2.1.2 Teorías de la adaptación de conducta

2.2.1.2.1 Teoría Psicoanalítica

Freud (1932), citado por Hartmann H., 1969, p. 108) mencionó una de las funciones del yo, dentro de las más importantes las relacionadas a la relación con la realidad, “esta relación con el mundo exterior es decisiva para el yo” (Hartmann H., 1969, p. 196). El yo organiza y controla la percepción y movilidad del mundo exterior y sirve como una barrera protectora contra los estímulos externos excesivos y los internos, “el yo comprueba la realidad”. Asimismo, Hartmann (1939), citado por Cubas M. (2006), dentro de las características del yo, prepara una propuesta de salud mental donde la meta principal es la fortaleza yoica y la adaptación. Hartmann consideraba que, al hacer de la adaptación la base del concepto de salud, un yo con salud es quien puede un sistema de control racional y ser capaz de considerar la naturaleza irracional de otras actividades, por ello, la movilidad del yo era un requisito previo de salud mental (Hartmann 1969, citado por Cubas M., 2006).

Muchos seguidores de Freud consideraron que no se estudió en amplitud al ego, por tanto, se realizaron nuevas teorías psicoanalíticas enfocadas en el ego donde enfatizan el desarrollo autónomo del ego (Carver C. y Sheier M., 2014). Adler (1927, 1929, 1931, citado por Carver C. y Sheier M., 2014), argumentó que la finalidad principal del ego es adaptarse mejor al mundo; en este punto esta adaptación abarca dos aspectos: controlar los impulsos pues permite tener un mayor control de nuestras interacciones con el mundo y evitar la impulsividad; saber cuándo el sujeto debe contenerse y cuando puede actuar libremente. También, Jeanne H, Block y Jack Block, psicólogos del ego (1980; J. Block, 2002; J.

Block y Block, 2006), citados por Carver C. y Sheier M. (2014, p. 201), denominaron el control del ego como el primer aspecto de la adaptación, ya que permite que el individuo inhiba sus impulsos.

2.2.1.2.2 Teoría Psicosocial

Erikson (1968), citado por Matos M. (2014), argumenta que una persona diariamente se enfrenta a problemas, para los cuales necesita relacionar sus capacidades y necesidades para integrar sus necesidades con el fin de afrontar las demandas culturales.

La teoría de Erikson, Cloninger (1999), citado por Bordignon N. (2015), destaca sobre el tema de adaptación y ajustamiento, que un yo fuerte es la clave para la salud mental, que la adaptación deriva de la resolución de las ocho fases del desarrollo del yo. Asimismo, menciona que la sociedad modela la manera cómo los seres humanos se desenvuelven y que las instituciones culturales dan soporte a las fuerzas del yo.

2.2.1.2.3 Teoría Cognoscitiva

Para Piaget la inteligencia es el mejor medio para adaptarse al entorno, considerando al hombre como un ser activo que selecciona, crea y estructura su conocimiento en interacción con su entorno a través de la asimilación y acomodación. La primera hace mención a que el sujeto, al momento de incorporar nuevas experiencias, lo hace bajo esquemas preexistentes, mientras que la acomodación hace mención a la sustitución de un esquema previo para poder asimilar nuevas experiencias. Piaget plantea que *“toda relación nueva está integrada en un esquematismo o en una estructura anterior: entonces hay que considerar la actividad organizadora del sujeto tan importante como las relaciones inherentes a los estímulos exteriores, porque el sujeto no se hace sensible a estos sino en la medida en que son asimilables a las estructuras ya construidas, que modificarán y enriquecerán en función de las nuevas asimilaciones”* (Piaget e Inhelder, 1969, P.17)

2.2.1.2.4 Teoría cognoscitiva-conductual

Argumenta que el ser humano presenta marcos referenciales conductuales, verbales y cognoscitivos, los cuales se van desarrollando para dirigir las conductas, aquí la adaptación se asocia con los niveles de ajuste de un sujeto con su propia conducta, ya sean sus deseos o preferencias, asimismo, este ajuste será con las personas presentes en el entorno del sujeto.

García M. (1998), Matos M. (2014), indica que la adaptación implica un ajuste de la persona con sus deseos, conductas, necesidades y preferencias y relacionarse con las conductas, deseos, preferencias y necesidades de las personas que lo rodean.

2.2.1.3 Adaptación de conducta a través del aprendizaje

Una persona nace con una serie de capacidades innatas que serán ajustadas a partir de la interacción de la persona con su entorno, estas conductas pueden aprenderse gracias a la observación, es así que la conducta está determinada por factores ambientales y cognoscitivos.

El conductismo hace énfasis en la predictibilidad del ambiente como causa del comportamiento observable, describe la conducta observable como respuesta predecible ante la experiencia o adaptación al ambiente. Por otro lado, la investigación conductual se centró en el aprendizaje asociativo, donde se encuentran dos clases de aprendizaje asociativo, el condicionamiento clásico y el condicionamiento operante. El primero hace mención a la relación entre un estímulo neutro y un estímulo que produce respuesta, mientras que el condicionamiento operante implica una respuesta accidental que, si se refuerza, tiene probabilidad de repetirse (Papalia, 2009).

Bandura (1977, 1989; Bandura y Walters, 1963), citado por Papalia (2009), desarrolló muchos principios relacionados con el aprendizaje social, Bandura sugiere que este desarrollo es bidireccional, al cual llamo determinismo recíproco, donde el niño actúa sobre el entorno al mismo tiempo que el entorno actúa sobre el niño; esta teoría se diferencia del

conductismo, ya que este consideraba que el ambiente al actuar sobre el niño era la base para el desarrollo.

La teoría tradicional del aprendizaje social se basan en que las personas aprenden la conducta a través de la observación e imitación de modelos, un individuo imitará a otra si es que percibe a esa persona como valiosa dentro del entorno que lo rodea, a esto se le denomina aprendizaje observacional (Papalia, 2009).

2.2.1.4 Áreas de la adaptación de conducta

Victoria M. De la Cruz y Agustín Cordero (1981) autores del IAC proponen cuatro dimensiones de la adaptación, la adaptación personal, social, familiar y escolar.

a. Adaptación personal

De la Cruz y Cordero (1998), citado por Pingo B. (2015), menciona que, en el ámbito personal, los adolescentes presentan preocupación por las modificaciones en el organismo, esto puede provocar falta de aceptación con su propio cuerpo y sentimientos de inferioridad.

Hurlock (1994), citado Matos M. (2014), que los adolescentes con el objetivo de adaptarse a situaciones nuevas empiezan a preocuparse por los cambios que padece su cuerpo, debido a que esta etapa está caracterizada por una emotividad intensificada, el adolescente se crea expectativas sociales altas, aspiraciones irreales y deseo por encajar socialmente frente al sexo opuesto.

Respecto a este ámbito, los adolescentes se muestran confundidos debido a los cambios que aparecen como los cambios en el cuerpo, falta de aceptación y sentimientos de inferioridad. Sin embargo, si se considera una adecuada adaptación en esta área, se considera que el adolescente presenta confianza en sí mismo, adecuada autoestima, aceptación de sus cambios corporales y control de emociones (Asto K., 2016).

b. Adaptación social

De la Cruz y Cordero (1998), citado por Pingo B. (2015), argumenta que en el aspecto social aparecen actitudes críticas e inseguridad, deseos de aislamiento y conductas negativas.

Hurlock (1994), citado por Matos M. (2014), refiere que una persona adaptada a este ámbito puede identificarse con otras personas y relacionarse adecuadamente con ellas.

Monjas (2004), citado por Pingo B. (2015), argumenta que el nivel de aceptación por parte de las personas que conforman el ambiente de un niño, es un indicador de su grado de ajuste y aceptación, y un predictor de su adaptación futura, ya que indica si un niño posee habilidades interpersonales, caso contrario este niño formaría parte del grupo de riesgo de padecer problemas en la adolescencia.

c. Adaptación familiar

En esta área, los problemas a presentarse por causa de la falta de adaptación son conflictos en la convivencia que se dan por una posición rebelde por parte del adolescente y una actitud autoritaria por parte de los padres, la cual provocará que el adolescente tenga deseos de escapar del entorno familiar. Un ajuste adecuado en esta área se refiere a una integración en el contexto familiar donde el adolescente respeta las normas establecidas por los padres, existe una relación de afecto mutuo y comprensión entre padres e hijos.

Estrada (2012), citado por Cruz J. (2016), refiere que la adaptación familiar inicia desde el nacimiento y continua durante todo el ciclo vital, es un proceso donde la persona va acomodando su estructura y roles dentro del entorno familiar.

Shaffer (2000), citado por Cruz J. (2016), acotan que la adaptación del adolescente en su ambiente familiar depende de las actitudes que tiene la familia frente a este, ya que son los padres los que plantean las reglas, normas y restricciones dentro del hogar y que proporcionan el cuidado y

salud de sus hijos; también este autor menciona las características que posee un individuo que se encuentra bien adaptado en esta área, muestra independencia, persevera en sus objetivos, se relaciona adecuadamente con las personas de su entorno, tiene sentimientos y emociones positivas y se relaciona adecuadamente con su familia, respetando las normas establecidas.

d. Adaptación escolar

De la Cruz y Cordero (1990) afirman que en el ambiente escolar van surgiendo inconvenientes respecto a la postura del alumno frente a los profesores, compañeros e institución.

Ramírez (2003), citado por Matos M. (2014), refiere que el fracaso escolar se debe a la inadaptación de un individuo en su ámbito escolar que se puede ver reflejado en el ausentismo escolar, lo cual ocasiona un retraso en el individuo.

Castillo (2003), citado por Pingo B. (2015), argumenta que el desempeño de un alumno en el ámbito escolar se ve afectado por los problemas emocionales que se puedan presentar, esto produce desconcentración y despreocupación frente a sus actividades escolares generando ciertos inconvenientes en la relación profesor-alumno.

Hurlock (1994), citado por Matos M. (2014), argumenta que una buena relación alumno-profesor asegura un buen ajuste del alumno a su entorno escolar y la relación de este con sus compañeros sirve de sostén afectivo e influye en el rendimiento escolar.

García (1998), citado por Pingo B. (2015), denomina la adaptación escolar como el valor que el adolescente le da a su educación y si es que lo considera útil para desenvolverse en su entorno.

2.2.1.5 Conducta adaptada y desadaptada

La adaptación hace mención al equilibrio entre lo que un individuo desea hacer, la conducta realizada y lo que la sociedad o el entorno requiere, frente a esto la conducta adecuada sería cuando una persona se encuentra dentro de ese equilibrio y se adapta adecuadamente al medio, por el contrario, a las falencias en la adaptación son llamadas conductas anormales o inadaptadas. Por ello, cada persona responde y se adecua a las modificaciones que se presentan en el ambiente dos factores, las habilidades, actitudes, condición física del individuo y las situaciones a las que debe enfrentar cotidianamente (Sarason I.; Sarason B., 1996).

El ser humano no actúa bajo instintos de supervivencia ni de reproducción, por lo tanto, la adaptación recae en los éxitos y fracasos de cada persona, ya que los sentimientos de fracaso de la persona puede ocasionar problemas en sus relaciones sociales; por ello, Sarason (1996) define la adaptación como la capacidad o incapacidad para modificar su conducta a los requerimientos del medio que los rodea.

La conducta inadaptada implica una vulnerabilidad de la persona, una incapacidad para afrontar lo que demanda el entorno. Frente a esto, muchos estudios van dirigidos a estudiar la conducta desadaptada no solo por ser diferente o estar desviada sino cuando representa un motivo de preocupación para la persona, su familia, amigos y la sociedad (Sarason, 1996).

2.2.1.6 Causas de la desadaptación

Durante el siglo XX se consolidó a la investigación como un camino para encontrar el origen de la desadaptación y así poder desarrollar terapias eficaces; existieron dos grupos que realizaron estudios, uno de ellos consideraba que la desadaptación era producto de dificultades psicosociales, mientras que el otro sostenía que los orígenes eran orgánicas; sin embargo, estos estudios no consideran que ambos enfoques se relacionan (Sarason I.; Sarason B., 1996).

El enfoque psicológico da importancia y relevancia a las emociones, motivaciones y conflictos internos en la conducta del hombre, un

desequilibrio en estos aspectos puede generar que una persona presente conductas desadaptativas; por lo tanto, se considera los conflictos internos como la causa principal de fracaso e infelicidad personal (Sarason I.; Sarason B., 1996).

Muchos investigadores, desde el enfoque orgánico, argumentan que los trastornos mentales son provocados por alteraciones en el funcionamiento cerebral y que las conductas desadaptativas eran provocadas por anomalías estructurales del cerebro. Asimismo, rechazaban la noción de que los pensamientos dirigían la conducta observable (Sarason I.; Sarason B., 1996).

Una de los enfoques actuales que converge el enfoque psicológico con el orgánico, es llamado enfoque interaccional o biopsicosocial, el cual considera que los factores que causan una conducta desadaptativa son los psicológicos, biológicos y sociales. También, plantea que los factores psicológicos, sociales y biológicos pueden ser causa, correlaciones o consecuencias de las distintas clases de conducta desadaptada (Sarason I.; Sarason B., 1996).

2.2.2 Adolescencia

2.2.2.1 Definiciones

La OMS la define como una etapa de transición entre la niñez y la adultez caracterizada por cambios, el inicio de la pubertad define el paso a la adolescencia, y comprende las edades entre los 10 y 19 años (OMS, 2017).

Asimismo, el UNICEF en el 2011 la define en términos de pubertad, ya que considera que este término es muy complicado de definir por diversos factores influyentes. Su inicio varía según el sexo y que aproximadamente su inicio en las niñas es entre los 12 y 18 meses antes que, en los niños, siendo una edad promedio los 12 años en niñas y 13 años en niños.

Larson y Wilson (2004) citados por Papalia (2009 p. 461) la definen como un recambio del desarrollo que conlleva a cambios físicos, cognitivos,

emocionales y sociales, y que asume diversas formas dependiendo del ambiente en donde se encuentre.

Papalia (2009 p. 461) la define como el período de transición del desarrollo entre la infancia y la adultez, comprendido entre los 11 y 19 años, que implica cambios físicos, cognitivos y psicosociales.

Saavedra (2004 p.44), citado por Matos M. (2014), argumenta que es la etapa del desarrollo humano comprendido entre los 12 y 18 años de edad y que se caracteriza por cambios fisiológicos de la pubertad.

2.2.2.2 Etapas de la Adolescencia

Aguirre, A. (1996) propone que la adolescencia podría dividirse en cuatro sub fases:

a. Pubertad y Pre adolescencia

Esta fase está comprendida entre los 11 y 12 años de edad, vinculada al desarrollo puberal, al despertar pulsional y a la elaboración del duelo. Respecto al desarrollo puberal, se refiere a los cambios que experimenta el cuerpo humano durante esta etapa; el despertar pulsional, relacionado a las teorías psicoanalíticas, supone la ruptura del periodo de latencia y la capacidad de investir un amor objetal; y, en la elaboración del duelo, entendiendo el duelo como un proceso que acompaña la pérdida de algo o alguien y que genera mecanismo de defensas, se genera miedo por la pérdida del cuerpo infantil, de la identidad infantil y de la percepción infantil de los padres.

b. Protoadolescencia

Fase comprendida entre los 12 y 15 años de edad, se le considera como un período grupal, ya que el grupo de pares sustituye lo representado por el grupo familiar durante la infancia. Dentro de esta fase se encuentran tres sub fases, las cuales presentan intervalos de edades representadas de forma indicativa porque todos los adolescentes no pasan por dichas sub fases de igual manera.

La primera sub fase es la llamada Homosexualidad individual, comprendida entre los 12 y 13 años de edad, caracterizada por ser un proceso de interacción individual con otra persona del mismo sexo, esta interrelación refuerza la identidad sexual.

La segunda sub fase es la Homosexualidad colectiva, comprendida entre los 13 y 14 años de edad, supone un desarrollo de la sub fase anterior, en donde el adolescente forma grupos de su mismo sexo como medida psicológica de autoprotección.

La tercera sub fase es la Heterosexualidad colectiva, comprendida entre los 14 y 15 años de edad, implica que el adolescente empiece a descubrir el objeto heterosexual dentro de los grupos mixtos que va formando, el grupo es una realidad necesaria para el adolescente, ya que funciona como un mecanismo de eliminación de su ansiedad.

c. Mesoadolescencia

Esta fase está comprendida entre los 16 y 22 años, se inicia con el duelo por la pérdida grupal, ya que aproximadamente a los 15 años de edad se presentan las dificultades en el desarrollo de la identidad, donde deja de ser grupal a individual. El adolescente abandona parcialmente la heterosexualidad grupal para concretizarse en dos clases de individualidad, la heterosexualidad individual que posibilita la selección de una pareja y la elección de su rol social profesional.

d. Postadolescencia

Fase comprendida entre los 23 y 29 años de edad, se caracteriza por una vida dedicada a los aprendizajes, el autor refiere que no es considerado un periodo en sí, sino es la fase de permanencia en el hogar hasta que se presente de nuevo el duelo por el abandono de la vivienda parental. Dentro de esta fase se abordan dos temas importantes, la consolidación de la pareja y el acceso a la independencia económico-social.

2.2.2.3 Desarrollo en la adolescencia

a. Desarrollo Físico

En la adolescencia aparecen cambios en la apariencia de los adolescentes debido a procesos hormonales que ocurren en la pubertad, la cual indica el comienzo de la adolescencia, los cuerpos de los adolescentes están en constante cambio fisiológico y adquieren una apariencia más adulta. La maduración física temprana o tardía puede afectar la adaptación del adolescente a su entorno emocional y social, asimismo, las características físicas representan un importante rol en moldear el autoconcepto en los adolescentes (Papalia, Wendkos & Duskin, 2005).

b. Desarrollo Cognitivo

En la adolescencia no solo se cambia el aspecto físico sino también en términos cognitivos, el pensamiento se vuelve más abstracto e hipotético. Asimismo, puede deberse a los aspectos inmaduros del pensamiento adolescente, los conflictos entre adolescentes y sus padres. En otro sentido, la intensidad e intimidad de las amistades adolescentes están relacionadas al desarrollo cognitivo (Papalia, Wendkos & Duskin, 2005).

Los adolescentes se ubican en la etapa más alta del desarrollo cognitivo, el de las operaciones formales, que era cuando desarrollaban la capacidad de pensamiento abstracto, esto ocurría aproximadamente a los 11 años de edad (Piaget, citado por Papalia, 2009).

c. Desarrollo psicosocial

Papalia (2009 p. 495) menciona que todas las áreas convergen a medida que los adolescentes enfrentan los principales problemas de esta etapa como establecer una identidad o adaptarse a su entorno. Por ejemplo, con respecto al área académica, la influencia de los papás y sus estilos de crianza infantil determinan si el desarrollo del adolescente en la escuela sea satisfactorio o no.

Erikson (1968), citado por Papalia (2009), argumenta que la principal tarea de un adolescente implica enfrentarse a la crisis de identidad versus la confusión de esa identidad, esta es la quinta etapa del desarrollo psicosocial en la que el adolescente busca desarrollar su propio yo

incluyendo el rol que representa en la sociedad, entendiendo identidad como un concepto del yo formado por metas, valores y creencias.

2.2.2.4 La adaptación en la adolescencia

Davidoff (1979), citado por Pingo B. (2015), argumenta que una persona adaptada tiene sentimientos positivos de sí misma, se considera capaz de lograr sus metas y objetivos personales, tiene buenas relaciones interpersonales y presenta recursos para resolver sus problemas efectivamente. Asimismo, García (1998), citado por Pingo B. (2015), refiere que la adaptación incluye dos procesos, el primero es la adaptación de una persona a sus necesidades y deseos, mientras que el otro proceso sugiere que la persona debe tener un adecuado ajuste a las circunstancias de su entorno.

Como han mencionado los autores, la adaptación es de suma importancia en el desarrollo y bienestar en el individuo. La adolescencia, al ser una etapa caracterizada por cambios en los diversos ámbitos de una persona, sugiere que se dé una adecuada adaptación para un buen tránsito a la adultez y no presenten conductas desadaptativas.

2.2.2.5 La necesidad de formar un adolescente adaptado

Delors (1996), citado por Pingo B. (2015), menciona que, frente a los retos actuales de la educación mundial, la educación debe instruir a los estudiantes en competencias bajo cuatro aprendizajes fundamentales, esto le servirá al adolescente a adaptarse adecuadamente a su entorno.

El pilar aprender a hacer se fundamenta en que los aprendizajes no solo deben ser la transmisión de información sino debe desarrollar competencias que impulsen la iniciativa del estudiante y el trabajo en equipo.

2.3 Definiciones conceptuales

a. Adaptación de conducta

De la Cruz, V. y Cordero, A. (1981), sostienen que la adaptación es la aceptación de la persona en su aspecto físico, la búsqueda de sus emociones internas y su relación con su entorno social.

García y Magaz (2011), citado por Asto K. (2016), manifiestan que la adaptación es una manifestación de la conducta que puede o no formar un hábito pero que no necesariamente es una capacidad del individuo.

b. Adaptación escolar

Se señala que en un estudiante aparecen signos de rebeldía debido a las exigencias y organización del colegio y la atención de los docentes y compañeros (De la Cruz, V. y Cordero, A., 1981).

c. Adaptación social

Plantean que en el alumno aparecen conductas negativas en la calidad de las interacciones sociales, deseos de aislamiento, actitudes críticas e inseguridad (De la Cruz, V. y Cordero, A., 1981).

d. Adaptación familiar

Señalan que un estudiante evidencia conductas críticas frente a las relaciones familiares, clima familiar en la casa, comprensiones apoyo, deseos de huir e incluso físicamente del ambiente familiar así como una falta de aceptación de las normas establecidas (De la Cruz, V. y Cordero, A., 1981).

e. Adaptación personal

Plantean que el alumno se preocupa por el desarrollo de su organismo. También evalúa sentimientos e inferioridad así como una falta de aceptación de los cambios que padece su organismo (De la Cruz, V. y Cordero, A., 1981).

f. Adolescencia

La OMS la define como el período de transición entre la niñez y la adultez caracterizada por cambios, el comienzo de la pubertad define el paso a la adolescencia, está comprendida entre los 10 y 19 años de edad (OMS, 2017).

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA

3.1 Tipo y diseño utilizado

El presente estudio fue de tipo descriptivo, ya que se busca especificar las propiedades y rasgos más importantes del fenómeno a estudiar y así describir las tendencias de un grupo o población. Sampieri R., Fernández C., Baptista P. (2010), argumenta que la investigación de tipo descriptivo sólo pretende medir o recoger la información sin indicar la relación entre estas, la meta del investigador es describir la situación cómo es y cómo se manifiestan.

El diseño del presente estudio es no experimental de corte transversal, ya que se realizará sin manipular las variables, sólo se observará el fenómeno tal cual se en su contexto natural. The SAGE Glossary of the Social and Behavioral Sciences (2009), citado por Sampieri R. (2014), define la investigación observacional como la investigación que se realiza sin manipular las variables en estudio, las cuales no haremos variar intencionalmente, sólo se encarga de observar los fenómenos como se dan en su contexto para poder analizarlos y evaluar sus efectos de la exposición o aplicación de dicha condición.

3.2 Población y muestra

Población:

Está conformada por 58 adolescentes de ambos sexos, 29 mujeres y 29 hombres, en una edad comprendida entre los 12 a 14 años, pertenecientes del sexto grado de primaria al segundo año de secundaria de la Institución Educativa José Fianson en Chosica.

Muestra:

Se optó por un muestreo censal pues se seleccionó el 100% de la población, al considerarla toda la población que conforma el sexto grado de primaria, primer año de secundaria y segundo año de secundaria de la

Institución Educativa José Fianson en Chosica. Ramírez (1997), citado por Daza B. (2012), define la muestra censal como aquella donde todas las unidades muestrales se consideran parte del estudio. Se consideró a los estudiantes dentro del rango de edad de 12 a 14 años, ya que han presentado problemas de trastornos alimenticios como la anorexia y la bulimia, acoso escolar y ausentismo escolar.

3.3 Identificación de la variable y su operacionalización

La variable a estudiar es la de la adaptación de conducta, la cual tiene como objetivo conocer como la persona se desenvuelve en sus diferentes entornos, los ámbitos estudiados son el escolar, familiar, social y personal.

Tabla 1

Operacionalización de la variable "Adaptación de conducta"

VARIABLE	DIMENSIONES	# ITEMS	INDICADORES	NIVELES
Adaptación de conducta La adaptación de la persona es lo que se refiere a la aceptación de su aspecto físico, consecución de su independencia emocional, de su aspecto físico, relación con sus compañeros y en general con los sujetos del entorno social en que vive, es decir pauta de comportamientos aceptada por familia, amigos y profesores (De la Cruz, V. y Cordero, A., 1981)	Adaptación personal Plantean que el alumno muestra preocupación por el desarrollo de su organismo. También evalúa sentimientos e inferioridad y falta de aceptación de los cambios que sufre su cuerpo. (De la Cruz, V. y Cordero, A., 1981)	30	Adaptación personal (1 al 10, 42 al 51, 83 al 92)	Alto
	Adaptación social Plantean que en el alumno aparecen conductas negativas en la calidad de las interacciones sociales, deseos de aislamiento, actitudes críticas e inseguridad. (De la Cruz, V. y Cordero, A., 1981)	30	Adaptación social (32 al 41, 73 al 82, 114 al 123)	Medio
	Adaptación escolar Plantean que en el alumno surgen posturas de censura o rebeldía			Bajo

frente a las exigencias y organización de la institución educativa y la atención de los profesores y compañeros. (De la Cruz, V. y Cordero, A., 1981)	33	Adaptación escolar (21 al 31, 62 al 72, 103 al 113)	Medio
Adaptación familiar Plantean que el alumno muestra actitudes críticas hacia sus relaciones familiares, comprensiones apoyo, clima familiar en el hogar falta de aceptación de las normas establecidas y deseos de huir incluso físicamente del ambiente familiar. (De la Cruz, V. y Cordero, A., 1981)	30	Adaptación familiar (11 al 20, 52 al 61, 93 al 102)	Alto Medio Bajo

3.4 Técnicas e instrumentos de evaluación y diagnóstico

Técnica:

La técnica a utilizar es la evaluación psicológica. Respecto a la evaluación psicológica, Fernández (1999), citado por Asto K. (2016), refiere que es una disciplina de la psicología que estudia el comportamiento de un sujeto o grupo de sujetos con el objetivo de describir, clasificar, predecir, explicar y controlar la conducta.

Instrumento:

El instrumento a utilizar fue el Inventario de Adaptación de Conducta IAC, el cual evalúa la adaptación de conducta global, familiar, personal, social y escolar, y puede aplicarse a nivel individual o grupal. No tiene tiempo límite de aplicación y está conformada por 123 ítems agrupados en 4 áreas.

FICHA TÉCNICA

Nombre de la prueba: Inventario de Adaptación de conducta (IAC)

Autores: Victoria De la Cruz y Agustín Cordero

Administración: Individual y Colectiva

Duración: No tiene límite de tiempo para responder.

Aplicación: En el ámbito educacional a partir de los 12 años en adelante.

Significación: Inventario que evalúa el ajuste-adaptación general y en cuatro áreas: Personal, familiar, educativa y social.

Adaptación y estandarización: Dr. César Ruiz Alva en la Universidad Mayor de San Marcos (1994)

Tipificación: Baremos de Lima Metropolitana

DESCRIPCIÓN

El IAC fue creado por De la Cruz y Cordero (1981) en España; y que fue adaptada por Ruiz (1995) fue diseñado para ser aplicado en adolescentes, jóvenes y adultos que se encuentren entre los años de 12-40. El inventario presenta 123 items cuyas categorías de respuesta son dicotómicas. Se encuentra compuesta por cuatro dimensiones: personal con 30 preguntas, familiar con 30 preguntas, educativa con 33 preguntas y social con 30 preguntas. Los resultados se valoran en tres opciones: satisfactoria, normal y con dificultades en la adaptación. Los estudios de confiabilidad a través de dos mitades reportan valores de fiabilidad superiores a 0,95.

CONFIABILIDAD

Ruiz Alva C. (1995) evaluó la confiabilidad a través del método de dos mitades. Para esta tarea se evaluó a 250 sujetos de ambos sexos. Los coeficientes obtenidos fueron:

Tabla 2

Métodos de confiabilidad de la división del test en dos mitades (Split-half)

ÁREA PERSONAL	ÁREA FAMILIAR	ÁREA EDUCATIVA	ÁREA SOCIAL	ÁREA GENERAL
0.92*	0.89*	0.90*	0.85*	0.95*

* significativa al 0.05 de confianza

VALIDEZ

Ruiz Alva C. (1995) La validez consiste en la capacidad de medir el constructo definido. Un método consiste en relación nuestro instrumento con uno estándar ya conocida y acreditado. Correlacionaron el inventario IAC con el test de ajuste del Bell (300 casos), asimismo, se correlaciono el área Educativa de la escala con los juicios y estimaciones de los docentes (120 casos). Los resultados encontrados fueron:

Tabla 3

Correlación entre el IAC y la prueba de Ajuste de Bell

ÁREA PERSONAL	ÁREA FAMILIAR	ÁREA EDUCATIVA	ÁREA SOCIAL	ÁREA GENERAL
0.42*	0.39*	0.07	0.40*	0.32

* significativa al 0.05 de confianza

Tabla 4

Correlación entre el área educativa del IAC y el juicio/estimación del docente

Puntajes IAC	EDUCATIVA
Estimación docente	0.44*

* significativa al 0.05 de confianza

Tabla 5
Baremos del Inventario de Adaptación de Conducta en Lima metropolitana

PERSONAL		FAMILIAR		EDUCATIVA		SOCIAL	
Puntaje	Eneatipo	Puntaje	Eneatipo	Puntaje	Eneatipo	Puntaje	Eneatipo
28-30	9	30	9	28-30	9	25-30	9
26-27	8	28-29	8	25-27	8	23-24	8
24-25	7	27	7	23-24	7	21-22	7
22-23	6	26	6	20-22	6	19-20	6
19-21	5	23-25	5	17-19	5	17-18	5
16-18	4	20-22	4	13-16	4	14-16	4
14-15	3	16-19	3	11-12	3	12-13	3
11-13	2	12-15	2	8-10	2	8-11	2
0-10	1	0-11	1	0-7	1	0-7	1

INSTRUCCIONES GENERALES DE APLICACIÓN Y CORRECCIÓN

El IAC fue diseñado para estudiantes escolares mayores a 12 años y se aplica de forma individual o colectiva.

Instrucciones de aplicación

Generales:

- El encuestador deberá conocer la prueba a fondo y seguir las instrucciones.
- Antes de iniciar el llenado del inventario se debe explicar a los adolescentes la finalidad del trabajo, la forma de llenado y el tiempo a suministrar.

El instrumento es auto aplicado y el encuestador lee las instrucciones pausadamente y comprueba que todas las personas lo hayan comprendido y sepan lo que tienen que hacer.

No existirá un tiempo específico para contestar el inventario, pero se sugerirá un tiempo máximo de 30 minutos. Recogido las hojas se procederá a comprobar que se encuentren todos los datos a analizar.

Específicas:

Se pide a los sujetos que rellenen sus datos personales y se les pide que en el cuadernillo “No escriban nada en este cuadernillo que ahora se les entrega y no deberán voltear la hoja hasta que se indique”.

Finalizado el llenado de los datos personales se debe indicar que: “Esta prueba que van a contestar no mide aptitudes, es simplemente un cuestionario para saber qué piensas de algunas cosas. Ahora se leerá en voz alta las instrucciones que hay en la portada del cuadernillo, ustedes la leerán en voz baja al mismo tiempo”.

Se procede a la lectura de las instrucciones y al culminar se pregunta si hay dudas sobre cómo se debe llenar el inventario. De ser necesario se deben realizar aclaraciones.

NORMAS PARA LA CORRECCIÓN Y PUNTUACIÓN

Antes de procesar los datos se deberá comprobar que las encuestas se encuentren correctamente llenadas, que las marcas sean legibles y que no faltes datos por llenar.

El software a utilizar debe estar acorde a la cantidad de dimensiones que presenta el inventario (en este caso 4) así como las categorías que deberán ser rellenas.

Para colocar adecuadamente la plantilla sobre la hoja sirven de referencia los números 1, 83, 41 y 123, visibles a través de los cuadrados de referencia.

La puntuación de cada dimensión equivale al número de respuestas coincidentes; los valores máximos por dimensión son:

Adaptación Personal: 30 Puntos

Adaptación Familiar: 30 Puntos

Adaptación Escolar: 33 Puntos

Adaptación Social: 30 Puntos

De esta forma el máximo puntaje a obtener es de 123 el cual deberá ser analizado según los baremos que se presentan a continuación.

Luego, se procederá a interpretar el nivel de adaptación según los eneatis tipos obtenidos, los niveles son alto, medio o bajo.

Tabla 6
Interpretación por niveles según áreas del Inventario de Adaptación de Conducta.

	ÁREA	DESCRIPCIÓN
	PERSONAL	Buena Auto percepción personal
A	FAMILIAR	Buena. Hay apoyo. Comprensión y
L		aceptación
T	EDUCATIVA	Buen nivel. Ajuste positivo
O	SOCIAL	Satisfactoria con los demás
	ADAPTACION GENERAL	Satisfactoria adaptación
M	PERSONAL	Auto percepción Normal
E	FAMILIAR	Adecuada convivencia. Se aceptan las
D		reglas
I	EDUCATIVA	Acepta las reglas. Trato Normal
O	SOCIAL	Ajuste social Normal
	ADAPTACION GENERAL	Normal Adaptación
	PERSONAL	Preocupado, frágil
B	FAMILIAR	clima de hogar desfavorable,
A		dificultades
J	EDUCATIVA	Con dificultades. En desacuerdo
O	SOCIAL	Tendencia a aislarse. Inseguridad
	ADAPTACION GENERAL	Con dificultades

Tabla 7
Interpretación psicológica de resultados en la adaptación IAC basados en resultados eneatis

ÁREA	9 – 8 – 7	6 – 5 – 4	3 – 2 – 1
PERSONAL	Sin preocupaciones. Buena autopercepción personal.	Autopercepción normal en lo personal.	Preocupado, autopercepción frágil en lo personal.
FAMILIAR	Buenas relaciones familiares. Hay apoyo, comprensión y aceptación dentro de un buen clima familiar.	Adecuada convivencia en la familia. Se aceptan normalmente las reglas establecidas en el hogar.	Percibe un clima de hogar desfavorable, con actitud crítica que genera dificultades en la relación familiar.
EDUCATIVA	Buen nivel de adaptación frente a exigencias educativas de la institución. Ajuste positivo frente a profesores y compañeros-.	Acepta las reglas de la institución educativa en condiciones normales. Trato con profesores y compañeros es normal.	Con dificultades para acatar las normas de la institución educativa. En desacuerdo con profesores o compañeros.
SOCIAL	Buena adaptación social. Satisfactoria interacción con los demás.	Ajuste social normal.	Tendencia a aislarse. Rasgos de inseguridad. Poca disposición para tratar socialmente con los demás.
ADAPTACIÓN GENERAL	Satisfactoria adaptación.	Normal adaptación.	Con dificultades en su adaptación.

CAPÍTULO IV

PRESENTACIÓN, PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

4.1 Procesamiento de los resultados

Luego de recolectados los datos se procedió a tabularla, codificarlo y ser remitida a una base de datos (IBM SPSS, 22 y MS Excel 2016). El análisis de datos se basó en frecuencias, porcentajes correspondientes a la estadística descriptiva.

4.2 Presentación de los resultados

El estudio realizado a 58 estudiantes, sobre adaptación de conducta tiene como interpretación los siguientes datos:

Una media de 77,62 que se categoriza como “Medio”.

Un valor mínimo de 33 que se categoriza como “Bajo”.

Un valor máximo de 99 que se categoriza como “Alto” la adaptación de conducta

Tabla 8

Medidas estadísticas descriptivas de la variable de investigación adaptación de conducta

N	Válido	58
	Perdidos	0
Media		77,62
Mínimo		33
Máximo		99

Tabla 9

Medidas estadísticas descriptivas de los factores pertenecientes a la adaptación de conducta

		Adaptación Personal	Adaptación Familiar	Adaptación Educativa	Adaptación Social
N	Válido	58	58	58	58
	Perdidos	0	0	0	0
Media		19,91	20,05	16,17	21,48
Mínimo		7	5	6	10
Máximo		28	27	24	28

En las áreas que abarcan la AC podemos observar los siguientes resultados:

En el área de Adaptación Personal se puede observar:

- Una media de 19,91 que vendría a categorizarse como “Medio”.
- Un mínimo de 7 que se categoriza como “Bajo”.
- Un máximo de 28 que vendría a categorizarse como “Alto”.

En el área de Adaptación Familiar se puede observar:

- Una media de 20,05 que vendría a categorizarse como “Medio”.
- Un mínimo de 5 que se categoriza como “Bajo”.
- Un máximo de 27 que vendría a categorizarse como “Alto”.

En el área de Adaptación Educativa se puede observar:

- Una media de 16,17 que vendría a categorizarse como “Medio”.
- Un mínimo de 6 que se categoriza como “Bajo”.
- Un máximo de 24 que vendría a categorizarse como “Alto”.

En el área de Adaptación Social se puede observar:

- Una media de 21,48 que vendría a categorizarse como “Medio”.
- Un mínimo de 10 que se categoriza como “Bajo”.

- Un máximo de 28 que vendría a categorizarse como “Alto”.

En relación a los resultados ya mencionados, a continuación, observaremos las tablas estadísticas para poder observar el alto índice, referente a las categorías de adaptación de conducta y sus respectivas áreas.

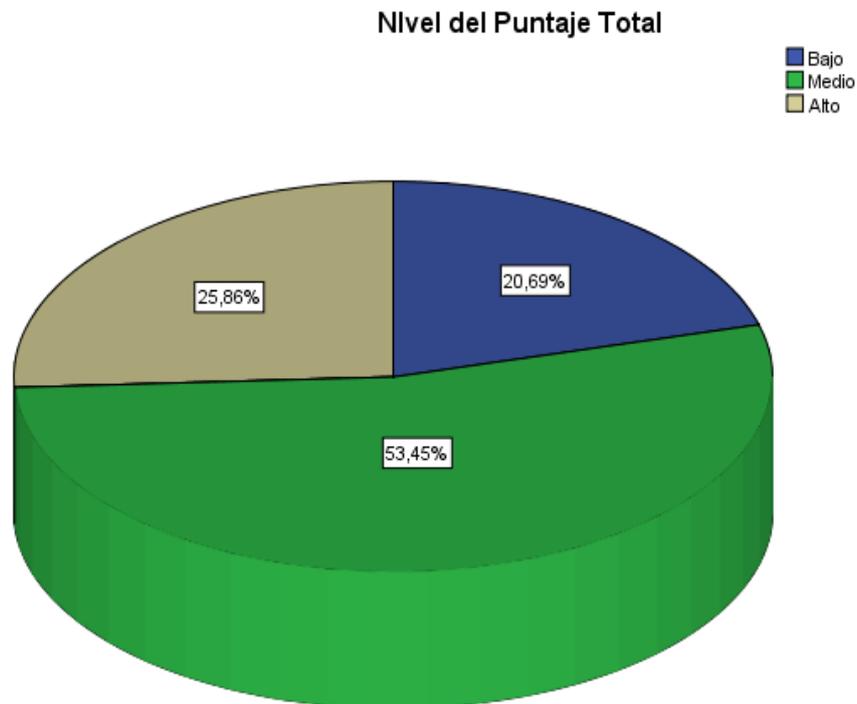


FIGURA 1. RESULTADOS DE LA ADAPTACIÓN DE CONDUCTA

- **Comentario:**

El nivel de adaptación de conducta predominante en la Institución Educativa José Fianson de Chosica se considera en la categoría Medio, teniendo como resultado:

- 20,69% Bajo
- 25,86% Alto

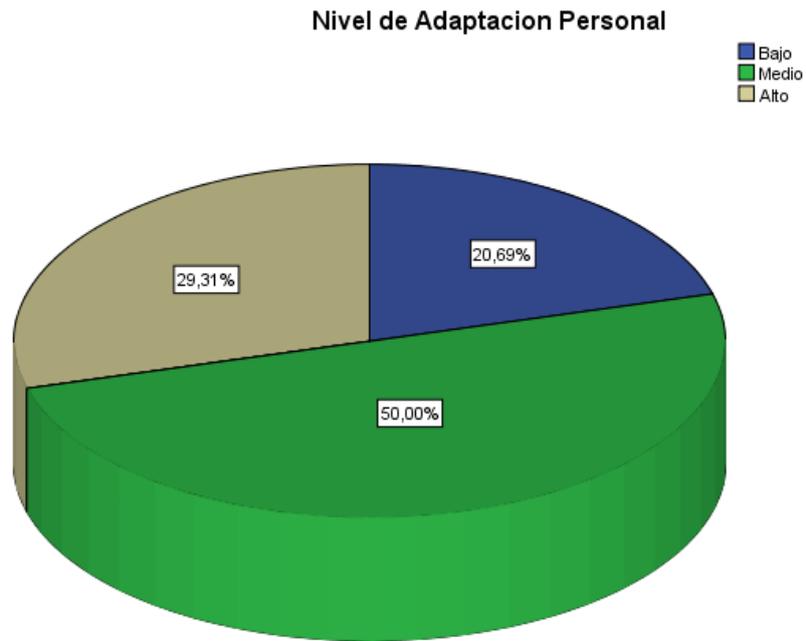


FIGURA 2. RESULTADOS DE ADAPTACIÓN PERSONAL COMO ÁREA DE LA ADAPTACIÓN DE CONDUCTA

- Comentario:
El nivel de adaptación personal se considera en la categoría Medio, teniendo como resultado:
- 20,69% Bajo
- 29,31% Alto

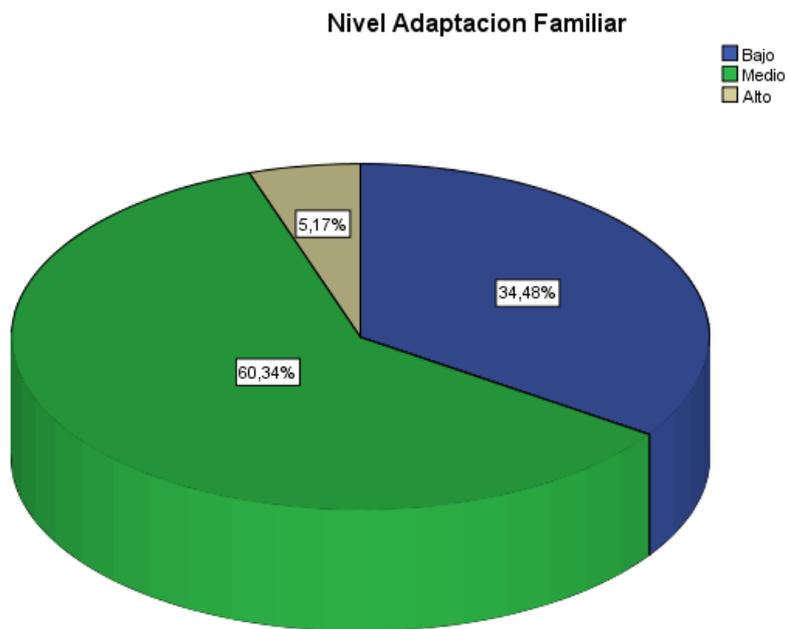


FIGURA 3. RESULTADOS DE LA ADAPTACIÓN FAMILIAR COMO ÁREA DE LA ADAPTACIÓN DE CONDUCTA

- Comentario:

El nivel de adaptación familiar se considera en la categoría Medio, teniendo como resultado:

- 34,48% Bajo
- 5,17% Alto

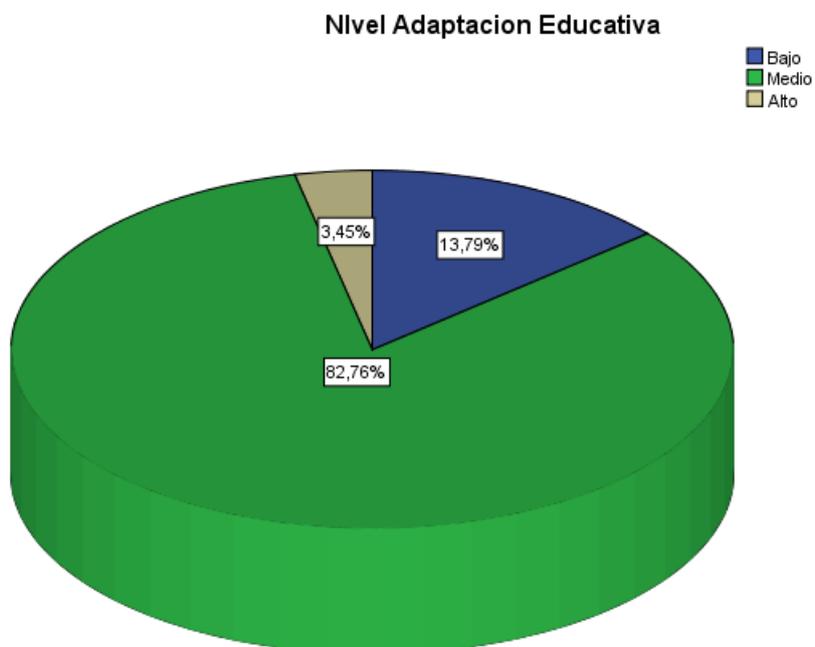


FIGURA 4. RESULTADOS DE LA ADAPTACIÓN EDUCATIVA COMO ÁREA DE LA ADAPTACIÓN DE CONDUCTA

- Comentario:
El nivel de adaptación educativa se considera en la categoría Medio, teniendo como resultado:
- 13,79% Bajo
- 3,45% Alto

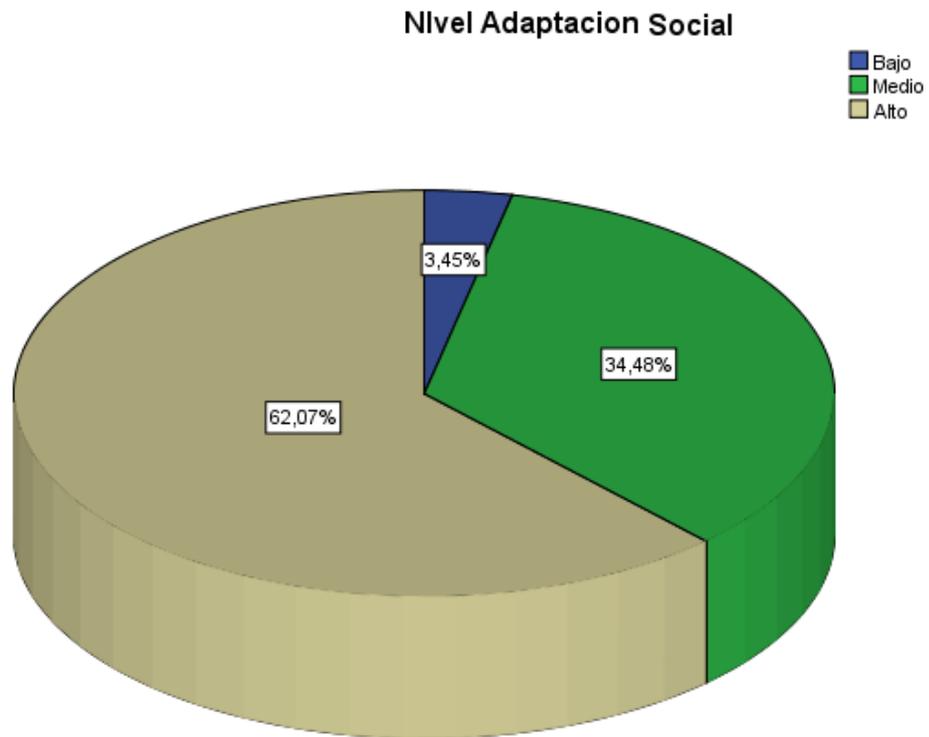


FIGURA 5. RESULTADOS DE LA ADAPTACIÓN SOCIAL COMO ÁREA DE LA ADAPTACIÓN DE CONDUCTA

- Comentario:
El nivel de adaptación social se considera en la categoría Alto, teniendo como resultado:
- 3,45% Bajo
- 62,07% Alto

4.3 Análisis y discusión de resultados

La presente tesis pretendió evaluar los niveles de AC en un conjunto de 58 estudiantes de una institución educativa en Chosica. Se utilizó el IAC y se hallaron los puntajes de las cuatro áreas que componen la variable adaptación de conducta, seguidamente se procedió a la examinación de los niveles de adaptación utilizando los niveles indicados en la adaptación Peruana del IAC propuesto por el Dr. César Ruiz Alva en la Universidad Nacional Mayor de San Marcos (1994). Quien plantea que la AC general engloba cuatro áreas, adaptación familiar, adaptación personal, adaptación educativa y adaptación social; dentro de cada área de adaptación se encuentran tres categorías, alto, medio y bajo, siendo la categoría alto una satisfactoria adaptación, la categoría medio como una adaptación dentro de los valores normales y la categoría bajo como dificultades en la adaptación (Ruiz, 1994).

A partir de ello se analizó los resultados obtenidos referentes a los niveles de AC, en relación al Objetivo General del Estudio, estos indicaron un nivel medio de adaptación siendo el 53,45%, puesto que engloban las cuatro áreas de los evaluados (familiar, personal, escolar y social). Sin embargo, un 20,69% de los estudiantes presentan un nivel “bajo” con dificultades en su adaptación, mientras que el 25,86% presentan un nivel “alto” de adaptación a su entorno, lo que indica una satisfactoria adaptación a su entorno.

Similares resultados fueron obtenidos en Ecuador por Guachamin Sigcha M. (2017), en la cual los datos el nivel de adaptación escolar se encontraba en la categoría medio y que la adaptación escolar y el rendimiento escolar eran variables que se mostraban independientes.

Cómo se indicó anteriormente, la adaptación de conducta es la aceptación de la persona en su aspecto físico, la búsqueda de su independencia emocional y la relación con su entorno (De la Cruz y Cordero, 1981).

Asto (2016) refiere que la AC son las acciones que se ven reflejadas en el comportamiento de la persona y que son influenciadas por las personas que conforman el contexto de una persona en sus distintos ámbitos.

En el estudio de Matos Quezada (2014) en Trujillo, se evidenciaron resultados similares a los obtenidos en la presente investigación, respecto a la adaptación global y sus cuatro áreas familiar, personal, escolar y social predominó el nivel medio.

Considero que, los estudiantes al encontrarse con un nivel de adaptación normal, no precisa que no se presenten casos particulares con algún problema de índole comportamental o emocional, ya que al realizar la corrección de las pruebas psicológicas, hubieron varios casos en los que algunos estudiantes presentaban dificultades en su adaptación, en este caso podemos hablar de problemas en dos áreas o más que requieren de intervención, las cuales predominaban el área familiar y escolar, relacionándolo a problemas familiares que suelen presentar algunos alumnos o algunos casos de acoso escolar.

En relación a los objetivos específicos, los niveles obtenidos de cada área que compone la AC en la muestra evaluada son los siguientes. En cuanto al área de adaptación personal, los resultados proyectaron la presencia de una adaptación normal en el 50% de los estudiantes evaluados, esto implica que la mitad de los estudiantes presentan una autopercepción normal y una aceptación de los cambios que presenta su organismo en la etapa de la adolescencia. Y un 20,69% presentó un nivel bajo de adaptación personal. Similar resultado se observa en el estudio de Quispe Roche (2017), el 47,2% de adolescentes han presentado dificultades de adaptación. En Chimbote el estudio de Matos Quezada (2014) obtuvo que el 44,9% presentó una adaptación normal, mientras que el 29,5% tiene dificultades en su adaptación personal. Una posible explicación a este resultado serían la preocupación excesiva por su apariencia corporal, desarrollando sentimientos de inferioridad y escasa aceptación de los cambios que sufre su organismo durante la etapa de la adolescencia. Asimismo, Hurlock (1994), menciona que los adolescentes con el objetivo de adaptarse a situaciones nuevas se enfocan en los cambios físicos que sufre su organismo, ya que esta etapa está caracterizada por la emotividad intensificada y el adolescente se crea expectativas sociales altas por tratar de encajar socialmente frente al sexo opuesto.

Con respecto a los resultados encontrados en la dimensión de adaptación familiar, se observa que el 60,34% de los estudiantes presentan una adaptación normal en esta área, mientras que el 34,48% presentan un nivel bajo de adaptación familiar. Semejantes fueron los resultados obtenidos en el estudio realizado por Pingo Martínez (2015) en una institución en Trujillo, pues encontró una adaptación familiar dentro del rango normal, con un 60,3% de los estudiantes evaluados y un 33,3% presentaron niveles bajos de adaptación al entorno familiar. Y en un estudio similar realizado por Cipriano Chávez (2016) en Trujillo, obtuvo resultados parecidos en la presente área, ya que el 19,2% de los estudiantes se encuentran en un nivel medio y un 67% se encuentra con dificultades en la adaptación familiar. Con respecto a esta área de la adaptación, el nivel medio representa una adecuada convivencia entre los integrantes de las familias, los adolescentes aceptan las reglas establecidas en el hogar y existe una relación de apoyo dentro del grupo familiar.

Al realizar el análisis del área de adaptación educativa, el cual está depende de la relación entre compañeros, la aceptación de las reglas establecidas por la institución y la relación docente-alumno, el 62,76% de los evaluados se encuentran con un nivel de adaptación escolar normal, mientras que un 13,79% presentan problemas para adaptarse a su entorno escolar. Similares resultados se obtuvieron en una investigación realizada por Cipriano Chávez (2016), pues un 47,3% de los estudiantes evaluados presentaron un nivel de adaptación dentro del rango normal y un 40,1% evidenciaron problemas en su adaptación escolar, esto puede deberse a problemas emocionales que esté afectando al adolescente, ya que puede producir desconcentración y despreocupación de las actividades escolares afectando la relación entre sus compañeros, absentismo escolar y poca motivación para sobrellevar las actividades académicas.

Al realizar el análisis del área social de la adaptación de conducta, difiere de los resultados obtenidos en las demás áreas evaluadas, ya que el 62,07% de los estudiantes presentaron un nivel alto, mientras que solo el 3,45% presentan dificultades en su adaptación social. Monjas (2004), citado por Pingo B. (2015), menciona que el grado de aceptación del adolescente a esta

área es un predictor de una adaptación futura, ya que indica que el niño posee habilidades interpersonales. Por otro lado, De la Cruz y Cordero (1998) argumentan que en el plano social suelen aparecer deseos de aislamiento, conductas negativas y actitudes críticas e inseguridad. Similar resultado se encontró en la investigación de Abad Guarnizo (2017) en Ecuador obtuvo un nivel alto en la adaptación de los estudiantes de su muestra. Asimismo, la investigación realizada por Pingo Martínez (2015) en una institución educativa de Trujillo, obtuvo como resultados que el 51,6% de sus evaluados obtuvo un nivel medio, mientras que el 34,9% obtuvo un nivel alto en su adaptación social. Por ello, en esta área de adaptación social los resultados nos muestran que los estudiantes muestran una adecuada adaptación con su entorno llegando a considerarse una adaptación satisfactoria, los alumnos presentan conductas positivas en la calidad de las interacciones sociales, deseos de pertenencia al grupo, actitudes favorables y seguridad en sus relaciones interpersonales.

4.4 Conclusiones

1. Se encontró un mayor nivel de adaptación de conducta considerada como “media” en los estudiantes de la Institución Educativa José Fianson ubicada en Chosica.
2. El nivel de adaptación personal se considera en la categoría “medio”.
3. El nivel de adaptación familiar se considera en la categoría “medio”.
4. El nivel de adaptación escolar se considera en la categoría “medio”.
5. El nivel de adaptación social se considera en la categoría “alto”.

4.5 Recomendaciones

1. Planificar un programa que permita incrementar el nivel de adaptación de conducta en sus componentes personal, escolar y familiar de los estudiantes de la Institución Educativa José Fianson en Chosica, ya que el nivel predominante en las presentes áreas es el nivel medio y se espera que todos se encuentren en un nivel alto para lograr la adaptación adecuada de los

estudiantes a su entorno y puedan desarrollarse adecuadamente en las posteriores etapas de su vida.

2. Promover los conocimientos que se adquieran con la intervención del programa para alumnos, docentes y área administrativa que se vayan incorporando a la Institución Educativa.

3. Incorporación por parte del área de psicología de la institución, de talleres relacionados al tema del asertividad, trabajo en equipo, habilidades sociales, bullying, trastornos alimenticios, entre otros.

4. Realización de talleres de habilidades sociales mensuales, con el fin de mantener una adecuada adaptación por parte de los estudiantes de la institución educativa.

5. Capacitar a los docentes de la Institución Educativa José Fianson sobre intervenciones comportamentales en adolescentes, para que puedan aprender técnicas y ponerlas en práctica en el aula en caso se requiera.

6. Implementación de programas relacionados a los estudiantes en situaciones de riesgo para la adecuada intervención de los mismos.

7. Implementar escuela de padres, donde el área de psicología realice talleres sobre las diversas problemáticas que se vayan presentando en la institución y así los padres puedan estar informados y saber cómo actuar en caso sus hijos estén padeciendo algún problema de adaptación en las distintas áreas familiar, personal, social o escolar.

CAPÍTULO V

PROGRAMA DE INTERVENCIÓN

“Programa para el desarrollo de las Habilidades Sociales y hábitos de estudio”

INTRODUCCIÓN

El programa es denominado “Programa para el desarrollo de las Habilidades Sociales y hábitos de estudio”, el cual tiene como finalidad contribuir en la adquisición de las habilidades sociales de los adolescentes de esta Institución Educativa. Las habilidades sociales según Goldstein (2002) son el conjunto de hábitos, conductas, pensamientos y emociones que tiene cada persona para relacionarnos con los demás, además existen factores personales y psicológicos que determinan la conducta social de un individuo, la cual se va moldeando y actualizando mediante las vivencias cotidianas, las experiencias, aprendidas gradualmente. Distintos autores proponen distintas características que favorecen el desarrollo de habilidades sociales como la familia, la escuela, la sociedad y el aspecto interno de cada persona, por tanto, si hablamos de adaptación global y sus áreas familiar, personal, escolar y social, aprender y desarrollar estas habilidades es fundamental.

De esta forma, se implementarán diez sesiones aplicadas para alumnos desde sexto grado de primaria hasta segundo de secundaria constituido por 58 alumnos. Esto posibilitará que los alumnos adquieran e incrementen conductas intrapersonales e interpersonales adecuadas que les serán de utilidad a lo largo de su vida, permitiendo su adecuada adaptación e incorporación a las diversas áreas que conforman el entorno del adolescente.

5.1 Descripción de la realidad problemática

Los resultados del estudio nos muestran un nivel de adaptación normal en los estudiantes, siendo su adaptación familiar, personal, escolar consideradas como normal, mientras que en la adaptación social se encuentran en un nivel alto, lo cual indica que se adaptan adecuadamente a su entorno. Al analizar los resultados de cada alumno en forma individual, encontramos que existen áreas que necesitan intervención, en cuanto al área personal, presentan baja autoestima, poca aceptación de su imagen corporal, no valoran sus logros; asimismo, en el área escolar, se evidencia la falta de hábitos de estudios, ya que algunos alumnos presentan dificultad al momento de realizar sus tareas y estudiar. Por otro lado, en el área social, hay alumnos que tienen dificultades para expresarse y entablar conversaciones con los demás. Por último, en el área familiar, algunos alumnos presentan una buena relación con sus padres en general, sin embargo, consideran que sus padres son exigentes y que les exigen mejores notas de lo que ellos pueden conseguir. Teniendo en cuenta el nivel medio de adaptación se espera realizar un trabajo preventivo con los alumnos.

5.2 Objetivos

5.2.1 General

Contribuir en la adquisición de las habilidades sociales en los adolescentes de sexto grado de primaria al segundo año de secundaria mediante un programa de intervención para que puedan relacionarse e interactuar adecuadamente con su entorno.

5.2.2 Específicos

- Mejorar la autopercepción y el autoconocimiento de los adolescentes mediante discusión de casos, reforzamiento positivo y la técnica del modelado.
- Desarrollar en los alumnos habilidades para una adecuada comunicación, permitiendo mejorar su adaptación al entorno.

- Lograr que los estudiantes reconozcan y ejerciten técnicas de control de la ira con el propósito de adaptarse mejor a su entorno mediante discusión de casos y la técnica del modelado.
- Brindar técnicas de estudio a los adolescentes mediante role playing y modelado.

5.3 Alcance

A 58 adolescentes del 6to grado de primaria al 2do año de secundaria (rango de edades entre 12 a 15 años).

5.4 Justificación

El programa tiene como finalidad favorecer el desarrollo de las habilidades sociales y así favorecer la adaptación en su ambiente. La familia y el colegio como ámbitos fundamentales para el aprendizaje de estas habilidades sociales, siempre que sean contextos donde se proporcionen experiencias positivas, cumplen un papel importante en la adquisición de estas habilidades, porque es el lugar principal de socialización, de educación y de aceptación de uno mismo. Asimismo, se debe considerar que la etapa en la que se encuentran los alumnos es la adolescencia, una etapa en donde se producen cambios físicos, psicológicos y sociales, es crucial en el desarrollo de las habilidades asertivas, ya que en esta etapa se da la formación de la identidad, se dan las interacciones entre su grupo de amigos.

5.5 Metodología

5.5.1 Actividades a realizar

El programa será desarrollarlo en diez sesiones, divididas en una sesión por semana de dos horas pedagógicas (90´) previa coordinación; además dando el espacio de una sesión por semana permite que los alumnos puedan realizar pequeñas tareas y poner en práctica lo aprendido durante las sesiones, así como evaluar los resultados que se vayan logrando en el grupo para poder agregar las posibles necesidades que requiera el grupo conforme se den las sesiones.

Sesión 1: “Me acepto a mí mismo”

Objetivo: Mejorar la autopercepción de los adolescentes mediante discusión de casos, reforzamiento positivo y la técnica del modelado.

Sesión 2: “Conociéndonos”

Objetivo: Favorecer el descubrimiento de las características positivas y negativas de los alumnos utilizando discusiones de casos, expresión y reflexión.

Sesión 3: “Aprendo a escuchar”

Objetivo: Optimizar las habilidades de escucha mediante la técnica de representación conductual.

Sesión 4: “¿Cómo es mi estilo de comunicación?”

Objetivo: Lograr que los alumnos identifiquen su estilo de comunicación mediante el role playing, grupos de discusión.

Sesión 5: “¿Cómo identificar pensamientos que anteceden a la ira?”

Objetivo: Favorecer la identificación de pensamientos que anteceden a la ira por parte de los adolescentes mediante discusión de casos.

Sesión 6: “Pensamientos saludables”

Objetivo: Mejorar el desarrollo de pensamientos saludables en los participantes mediante el role playing, discusión de casos y técnicas de relajación.

Sesión 7: “Respetándome y respetando a los demás”

Objetivo: Optimizar la comprensión y práctica del valor del respeto mediante torbellino de ideas y la técnica de representación conductual.

Sesión 8: “Mi forma de estudiar”

Objetivo: Lograr que los estudiantes puedan comprender la importancia del estudio en forma planificada y estructurada.

Sesión 9: “El método de estudio”

Objetivo: Lograr que los adolescentes conozcan sobre los distintos métodos de estudio y reflexionen sobre su forma de estudiar.

Sesión 10: “Cómo organizar mi tiempo de estudio”

Objetivo: Mejorar la organización del tiempo de los estudiantes en sus actividades académicas mediante grupos de discusión, torbellino de ideas.

5.5.2 Estrategias o técnicas

El programa utilizará dinámica de grupos (juegos de comunicación, cooperación, pequeños grupos de discusión, torbellino de ideas, role playing), así como otras técnicas de estimulación y regulación de la discusión o debate (discusión guiada, diálogos).

Las técnicas que hemos empleado son las propuestas por Pérez (2009) con un enfoque conductual.

Para los primeros 80 minutos del desarrollo de las unidades de este programa, se han empleado las siguientes técnicas (Pérez, 2009):

- Instrucción: En esta, se explica el concepto de la habilidad social a desarrollar, empleando el material oportuno.
- Modelado: Se elige uno o varios modelos que muestren la habilidad para ejecutar la conducta en diversas situaciones. De esta forma, los alumnos aprenden por observación del modelo o modelos.
- Retroalimentación y refuerzo: La persona que suministra el programa debe retroalimentar a los alumnos durante y después del role playing. De esta forma, los alumnos conocen si lo están realizando adecuadamente, aprenden a modificar los modos de respuesta no adaptativos por nuevas respuestas más adaptativas. Por otro lado, también resulta importante que los/as mismos alumnos que intervienen en la práctica se proporcionen reforzamiento y feedback.

5.6 Recursos

5.6.1 Humanos

- Psicóloga responsable del nivel

- Directora de la Institución Educativa
- Tutora de cada aula

5.6.2 Materiales

- Hojas de colores
- Solapines
- Marcadores
- Computadora y proyector multimedia
- Cartulinas para la realización de cartillas
- Hojas bond

5.6.3 Financieros

Cantidad	Material	Costo
500	Hojas de colores	12 soles
500	Hojas bond	15 soles
50	Cartulinas	20 soles
60	Marcadores	18 soles
60	Imperdibles	5 soles
	TOTAL	120 soles

Este programa es financiado por la Institución Educativa.

5.7 Cronograma

Mes Semana	MARZO				ABRIL				MAYO			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Acciones												
Sesión 1: Me acepto a mí mismo	x											
Sesión 2: Conociéndonos		x										
Sesión 3: Aprendo a escuchar			x									

Sesión 4: ¿Cómo es mi estilo de comunicación?				x								
Sesión 5: ¿Cómo identificar pensamientos que anteceden a la ira?					x							
Sesión 6: Pensamientos saludables						x						
Sesión 7: Respetándome y respetando a los demás							x					
Sesión 8: Mi forma de estudiar								x				
Sesión 9: El método de estudio									x			
Sesión 10: Cómo planificar y organizar mi estudio										x		

5.8 Bibliografía

Torres Álvarez, M. (2014) *Las habilidades sociales. Un programa de intervención en educación secundaria obligatoria.*

Pacheco, M. (2009) *Efecto de un taller de habilidades sociales en el comportamiento asertivo de niños y niñas de la I etapa de educación básica.*

Ministerio de salud (2005) *Manual de habilidades sociales en adolescentes escolares.*

Reolid Lorenzo, V. (2015) *Propuesta de un programa de intervención para la mejora de las habilidades sociales en adolescentes.*

Muñoz González, M. (2016) *Propuesta de intervención: Programa de hábitos y técnicas de estudio para alumnos con TDAH.*

Gil Sepúlveda, I. (2017) *Técnicas de estudio.*

5.9 Sesiones

Sesión 1: “Me acepto a mí mismo”

Objetivo Específico: Mejorar la autopercepción de los adolescentes mediante discusión de casos, reforzamiento positivo y la técnica del modelado.

Actividades	Objetivo	Metodología	Recursos	Tiempo
Bienvenida y explicación del programa de intervención	Dar pautas generales sobre el programa de intervención	Se dará la bienvenida a los estudiantes y se les explicará en qué consiste el programa de intervención.		10´
Dinámica: “El naufragio”	Mejorar la cohesión grupal	La psicóloga plantea al grupo que se encuentran en un naufragio, deben formar botes salvavidas y estas deben tener las siguientes características: - No deben conocerse entre sí - Considerar cuántos irán en el bote - Deben ser mixtos , pero también pueden ser solo y/o mujeres Una vez creado el bote se deben cumplir ciertas tareas: - Conocer los nombres de cada náufrago - Conocer donde nació cada uno - Saber qué actividades realiza cada uno en el día a día - Colocarle un nombre al bote Al finalizar la psicóloga pregunta si se cumplió las actividades y decidir si naufragan o sobreviven		15´
Discusión de casos	Sensibilizar a los estudiantes sobre la importancia de aceptarse a uno mismo	La sesión iniciará con el siguiente caso: “Luisa tiene 13 años y es una niña que se avergüenza de su peso; al mirarse en el espejo se suele decir: “estoy gorda, qué vergüenza que siento, escucho que mis amigos se burlan de mí, ya no voy a comer para que no se burlen”. Luisa no suele salir de su	Cartulina	20´

		<p>hogar, piensa que la van a molestar, tampoco participa en fiestas y se suele alejar de sus amigos.</p> <p>La psicóloga realizará preguntará lo siguiente: ¿Qué se ha observado en esta situación? ¿Por qué creen que Luisa actúa y piensa de esa manera? ¿Qué creen que Luisa piensa sobre su cuerpo?</p> <p>Luego de esto se preguntará: ¿Cómo creen que se siente una persona que no se encuentra satisfecha con el aspecto físico de su cuerpo?</p>		
Información sobre el tema: Aceptación corporal	Brindar información acerca de la auto aceptación	<p>La psicóloga conversará sobre la aceptación física de nuestro cuerpo, enfatizará en la importancia de reconocer las características físicas propias y aceptarlas tal y como somos, se realizará un énfasis en que la valoración corporal debe vencer las opiniones de terceros.</p> <p>Se otorgará ejemplos de algunos personajes célebres resaltando que pese a sus limitaciones físicas eso nos les impidió lograr sus objetivos y metas.</p>	Diapositivas	15´
Reforzamiento positivo	Conocer en qué área, los alumnos presentan mayor dificultad	<p>Se colocará en la pizarra la cartilla: "Mi Cuerpo es Valioso" (anexo 4) para ser desarrollado individualmente por los participantes en hojas de colores.</p> <p>Finalizada la sesión se les preguntará sus comentarios y cómo se sintieron.</p> <p>Se les preguntará en qué área han tenido mayor dificultad.</p>	<p>Cartulina</p> <p>Hojas de colores</p> <p>Marcadores</p>	15´
Fase de tareas	Reforzar lo realizado en la sesión y brindar pautas para la actividad en casa	<p>La psicóloga conversará sobre la aceptación física de nuestro cuerpo, enfatizará en la importancia de reconocer las características físicas propias y aceptarlas tal y como somos. Se reforzará que nuestro cuerpo es único y que los</p>	Cuaderno	15´

		<p>aspectos que nos desagraden no deben hacernos sentir inferiores o avergonzarnos.</p> <p>Actividad para el hogar:</p> <p>Los estudiantes deberán dialogar consigo mismos observándose al espejo utilizando la cartilla.</p> <p>Se pide que en un cuaderno registren esta experiencia señalando el lugar, la hora, el día y las emociones que se sintieron.</p>		
--	--	--	--	--

Sesión 2: “Conociéndonos”

Objetivo Específico: Favorecer el descubrimiento de las características positivas y negativas de los alumnos utilizando discusiones de casos, expresión y reflexión.

Actividades	Objetivo	Metodología	Recursos	Tiempo
Dinámica: “Avisos clasificados”	Promover el autoconocimiento de los estudiantes	<p>Cada alumno recibirá una hoja. En esta hoja deberá escribir avisos clasificados como los de un periódico; en este aviso se deberá ofrecer alguna de sus mejores cualidades.</p> <p>Los avisos se colocan en la pared para que puedan ser leídos.</p> <p>Luego se realiza un conversatorio sobre qué avisos llamaron más la atención y hacer preguntas a quién redactó tales avisos.</p>	Hojas bond Marcadores	20´
Discusión de casos	Reflexionar sobre las cualidades positivas y negativas de los estudiantes	<p>Se dará inicio contando el siguiente caso: “Luis se encontraba pensando sobre su comportamiento, un día antes su padre le había llamado la atención; recordaba que su papá le había dicho que era irresponsable, violento e impuntual con su hermanito menor. Luis reconocía que había sido celoso y resentido. Su madre ingresa y lo ve llorando y luego de calmarlo le dice: “Es necesario que sepas que tienes varias virtudes, que eres inteligente, cariñoso y comprensivo”.</p> <p>La psicóloga preguntará lo siguiente: ¿Qué se ha observado del caso? ¿En qué otras situaciones un adolescente puede valorar sus virtudes y defectos?</p>	Cartulina	20´

		Se continuará realizando un diálogo entre los estudiantes Luego se hará la siguiente pregunta: ¿Qué suele sentir un estudiante cuando valora su propio comportamiento?		
Información sobre el tema del autoconocimiento	Brindar información sobre la importancia de auto conocernos	<p>La psicóloga explicará:</p> <ul style="list-style-type: none"> • La relevancia e importancia de saber reconocer las características de nuestra conducta. • El conocerse a uno mismo es un proceso reflexivo por el cual una persona presenta nociones su yo, sus cualidades y características. <p>Solicitar a los estudiantes ejemplos de características negativas y positivas, reforzando los conceptos anteriores.</p>	Diapositivas	15´
Diálogo y reflexión	Reflexionar sobre las actitudes de los adolescentes frente a situaciones problemáticas	<p>Se copiará en la pizarra el título: “Conociéndonos” (anexo 5) y se indica que se utilizaran de colores.</p> <p>Se forman grupos de 6 integrantes; cada uno de ellos valorará una característica negativa. Luego, se preguntará ¿Cómo podríamos modificar esa característica para que sea positiva? ¿Qué etapas se podrían otorgar?</p>	<p>Hojas de colores</p> <p>Marcadores</p>	25´
Fase de tareas	Brindar feedback sobre la sesión y dar pautas para la actividad en casa	<p>La sesión debe finalizar con preguntas a los estudiantes sobre cómo se sintieron y dejándolos que expresen sus comentarios.</p> <p>Actividad para el hogar:</p> <p>Los estudiantes deben reflexionar sobre cómo se podría mejorar otras características negativas para que las presenten en la siguiente sesión.</p>	Cuaderno	10´

Sesión 3: “Aprendo a escuchar”

Objetivo Específico: Optimizar las habilidades de escucha mediante la técnica de representación conductual.

Actividades	Objetivo	Metodología	Recursos	Tiempo
Dinámica: “Sigue la historia”	Mejorar las habilidades de comunicación en los estudiantes	Un miembro del grupo tendrá un minuto para narrar una historia, el siguiente estudiante debe seguir la historia desde donde lo dejó el primer participante y así, sucesivamente, hasta que culminen todos los estudiantes. Luego, se le pedirá a cada uno que resalte algo importante de la historia de cada compañero.		20´
Presentación de una situación problemática Grupos de discusión	Optimizar las habilidades de escucha en los adolescentes.	<p>Se solicitará en el grupo la colaboración de 4 voluntarios.</p> <p>Cada estudiante recibirá un mensaje que solamente lo escuchará y no realizará preguntas. De igual manera, el que narra la historia tampoco puede repetir el mensaje.</p> <p>Pedir que 3 de los voluntarios salgan fuera del ambiente, quedando sólo uno(a) en el aula.</p> <p>La psicóloga lee la historia (anexo 6a) al voluntario que se quedó en el ambiente y al término de ella le pide que éste cuente la historia al segundo voluntario, que ingresará.</p> <p>Luego ingresará un tercer estudiante que tendrá la narración del segundo estudiante. El procedimiento se repetirá para el cuarto estudiante.</p> <p>El último voluntario contará la historia completa. (Es muy probable que la historia haya cambiado)</p>	Cartulina	30´

			<p>Se procederá a crear grupo de 5 a 7 estudiantes y se les pedirá que discutan lo que han observado ¿por qué se modificó la historia? ¿sucede lo mismo en el salón?</p> <p>Solicitar que un participante de cada grupo presente los comentarios del grupo.</p> <p>La psicóloga, dirigiéndose al salón, indagará sobre sentimientos y emociones frente a esta situación, preguntando ¿Cómo se sentirán las personas cuando no se les entiende sus mensajes?</p>		
Representación conductual	Practicar habilidades de escucha	las de	<p>La psicóloga leerá la cartilla 2 (anexo 6b) e indicará a los participantes que pongan en práctica las habilidades de escuchar. Al terminar de leer la cartilla 2 el facilitador hará 2 o 3 preguntas: ¿A dónde fue Ricardo? ¿Qué le pasó a Ricardo?, en relación a la historia leída y los participantes deben de responder por escrito en hojas de colores.</p> <p>Solicitar a 2 o 3 participantes que lean sus respuestas y discutir si hubo o no diferencia con la primera historia.</p>	Cartilla 2 Hojas de colores Marcadores	30´
Sensibilización	Enfatizar importancia de escuchar a nuestros compañeros	la del a	<p>Se concluirá a través del énfasis de la importancia de la escucha y sus aplicaciones en la vida diaria.</p>		10´

Sesión 4: “¿Cómo es mi estilo de comunicación?”

Objetivo Específico: Lograr que los alumnos identifiquen su estilo de comunicación mediante el role playing, grupos de discusión.

Actividades	Objetivo	Metodología	Recursos	Tiempo
Dinámica: “Los anteojos”	Promover la confianza y cohesión grupal	La psicóloga utilizará anteojos de papel y dirá: “éstos son los anteojos de la desconfianza. Cuando llevo estos anteojos soy muy desconfiado. ¿Quiere alguien ponérselos y decir qué ve a través de ellos, qué piensa de nosotros?”. Luego se utilizarán otros anteojos que presentarán otras denominaciones: anteojos de la “confianza”, del “enojón”, del “yo lo hago todo mal”, del “todos me quieren”, y del “nadie me acepta”, etc.). Luego el grupo expresará cómo se sintieron, qué vieron al colocarse los anteojos.	Anteojos hechos de papel de colores Marcadores	15´
Role playing	Sensibilizar a los alumnos sobre la importancia de la comunicación entre personas	La psicóloga solicitará a 6 integrantes que se agrupen en parejas y estos deberán recrear la siguiente situación: “Pedro llega a su casa y se da cuenta que su hermano Juan se ha puesto su camisa nueva” (en caso sean mujeres se modifica la vestimenta). Una pareja responderá que tiene cólera, pero no dice nada; la segunda pareja, expresará una respuesta agresiva “insulta, grita y quiere pegar”. La tercera pareja expresará su incomodidad con la actuación de cada situación. La psicóloga preguntará ¿Qué se ha observado en cada situación? ¿Qué de diferente tiene cada una de ellas?		25´

		¿Se preguntará si este tipo de situaciones pueden suceder en su colegio o casas?		
Exposición del tema "Estilos de comunicación"	Enseñar sobre los estilos de comunicación	La psicóloga explica sobre los estilos de comunicación: agresivo, pasivo y asertivo.	Diapositivas	20´
Grupos de discusión Reforzamiento positivo	Conocer el estilo de comunicación que tienen los alumnos	Se forman 5 grupos a quienes se les entregará la cartilla: "Test de discriminación de respuestas" (anexo 7). Los grupos analizarán dos situaciones escribiendo sus registros; tendrán que convertir sus frases pasivas y agresivas en frases asertivas. La psicóloga pide que un delegado presente sus conclusiones.	Hojas de colores	20´
Sensibilización	Reforzar la importancia de la comunicación asertiva y dar pautas sobre la actividad para la casa	Finalizar la sesión solicitando comentarios sobre la actividad anterior, reforzando la utilización de la comunicación asertiva.	Cuaderno	10´

Sesión 5: “¿Cómo identificar pensamientos que anteceden a la ira?”

Objetivo Específico: Favorecer la identificación de pensamientos que anteceden a la ira por parte de los adolescentes mediante discusión de casos.

Actividades	Objetivo	Metodología	Recursos	Tiempo
Dinámica: “Formar palabras”	Incentivar la colaboración y tolerancia entre el grupo de alumnos	Se dividirá el grupo principal en subgrupos, de manera que exista el mismo número de miembros en cada grupo. La palabra que la psicóloga asigne, se dividirá en letras y cada subgrupo tendrá que representar esa letra. Se reflexionará con los participantes sobre: ¿ha sido fácil realizar las letras y la palabra en sí? ¿cómo fue la organización y realización de las letras.		15´
Discusión de casos	Identificar pensamientos que anteceden a la ira	La psicóloga iniciará la sesión leyendo la siguiente situación: “Mi papá no me da permiso para ir a una fiesta por el cumpleaños de mi mejor amigo(a).” Los estudiantes responderán siguientes preguntas: a) ¿Qué haces si te sucede eso? b) ¿Por qué reaccionarías de esta manera, ¿cuál es tu pensamiento? Se les pedirá a los alumnos que lean sus respuestas. La psicóloga preguntará si esas situaciones donde sentimos mucha frustración suceden frecuentemente en el colegio o en la casa. Pedir ejemplos.	Hojas de colores Cartulina	25´

Exposición del tema "Pensamientos que anteceden a la ira"	Brindar información sobre los pensamientos y actitudes relacionados a la ira	<p>Puntos a tratar:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué es la ira? • Tipos de reacciones • ¿Cómo manejar momentos de ira? • Pensamientos anteceden a la ira <p>Se escribirá en la pizarra un ejemplo, explicando que hay una situación que provoca un pensamiento y que éste a su vez nos produce ira provocando una respuesta, que puede ser una conducta agresiva.</p>	Cartulina Diapositivas	15'
Grupos de discusión	Determinar que pensamientos y reacciones anteceden a unas situaciones problemáticas	<p>La psicóloga pedirá que los participantes se agrupen para formar 5 grupos y que elijan un coordinador y un secretario. A cada grupo se le asignará una situación para que respondan: cuál sería el pensamiento y la reacción frente a un evento desagradable.</p> <p>La psicóloga pedirá a los secretarios que lean sus respuestas. Enfatizando que son los pensamientos los que podrían provocar una conducta agresiva.</p>	Cartulina	25'
Actividad para la casa	Enfatizar la importancia de conocer nuestros pensamientos para actuar de forma asertiva frente a un problema.	<p>Se culminará afirmando que existen pensamientos que activan nuestra cólera y no sólo la situación.</p> <p>Como actividad para la casa, se les pedirá a los alumnos que identifiquen diversos momentos en su vida diaria donde sienten ira y cómo lograron controlar dichos impulsos.</p>		10'

Sesión 6: “Pensamientos saludables”

Objetivo Específico: Mejorar el desarrollo de pensamientos saludables en los participantes mediante el role playing, discusión de casos y técnicas de relajación.

Actividades	Objetivo	Metodología	Recursos	Tiempo
Dinámica: “El cofre”	Mejorar la cohesión grupal	Al comenzar, se le entrega a cada persona una hoja con un dibujo de un cofre. Se explica que ése es el cofre de los recuerdos (puede ser de las cualidades, de las expectativas u otra idea que tenga la psicóloga) y que allí deben colocar cinco de sus mejores recuerdos. Cuando cada uno ya los escribió, se forman parejas y cada uno le cuenta a su compañero sus tesoros. Al terminar, se cambian los cofres con el de su compañero. Cuando todas las parejas terminaron, cada uno va a contar lo que había en el cofre de su compañero, hasta llegar al último.	Hoja Marcadores	15´
Role playing	Sensibilizar sobre la importancia de pensar antes de actuar	La psicóloga presenta el siguiente ejercicio: “Imagínense que se han citado con su mejor amigo(a) y habiendo esperado hasta una hora, no llega”. (actuado) La psicóloga preguntará a 3 o 4 participantes: ¿Qué pensaste cuando estuviste esperando y no llegó? y ¿Qué sentiste en ese momento? Así mismo preguntará a todo el salón si esta situación presentada sucede en el colegio o en la casa con frecuencia. Se solicitará ejemplos		15´
Exposición del tema	Explicar sobre los pensamientos	La psicóloga explicará: <ul style="list-style-type: none">• Las emociones	Diapositivas	15´

"Pensamientos saludables"	saludables como control de la ira	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué acciones generan ciertos pensamientos? • Pensamientos saludables • ¿Cómo manejar la ira en situaciones problemáticas? 		
Discusión de casos	Dar a conocer cómo nuestros pensamientos activan e incrementan las emociones	La psicóloga pedirá que se formen cuatro o cinco grupos y que en cada uno elijan un coordinador, se le entregará una situación (para que se analice y responda de acuerdo a las situaciones.	Cartulinas	25´
Sensibilización	Sensibilizar a los estudiantes sobre la importancia de pensar en positivo	Es importante informar que, para ayudarnos a pensar en positivo, es bueno buscar un estado equilibrado de nuestro cuerpo.		20´

Sesión 7: “Respetándome y respetando a los demás”

Objetivo Específico: Optimizar la comprensión y practica del valor del respeto mediante torbellino de ideas y la técnica de representación conductual.

Actividades	Objetivo	Metodología	Recursos	Tiempo
Dinámica: “La palabra clave”	Incentivar a los estudiantes sobre la enseñanza de los valores	Distribuir ocho tarjetas o papeles por equipo, cada una con una palabra: amistad, libertad, diálogo, respeto, justicia, verdad, compañerismo, valentía, ideal, etc. Las tarjetas se depositan en un sobre. Explica cómo realizar el ejercicio: las personas retiran una de las tarjetas del sobre y cada uno comenta el significado que le atribuye.	Hojas de colores	15´
Representación conductual	Sensibilizar a los alumnos sobre la importancia del valor del respeto	La psicóloga pedirá a 4 participantes que escenifiquen la siguiente situación: “Juan es un alumno de secundaria, que es llamado por su profesor a fin de declamar una poesía. Juan se pone tenso, nervioso, le sudan las manos, tartamudea, no le salen las palabras. Los alumnos se ríen y le ponen apodos: “metralleta”, “matraca”.	Diapositivas	25´
Información sobre el valor del respeto	Brindar información sobre el valor del respeto mediante ejemplos	La psicóloga explicará el valor del respeto a los participantes.	Cartulinas	15´

Torbellino de ideas	Reflexionar sobre situaciones donde se aplique el valor del respeto en el entorno próximo	La psicóloga indicará que formen grupos de 5 a 7 participantes en el aula, luego se le indicará que elijan un coordinador y que escriban una situación donde se “falte el respeto”, sea en la calle, casa, combi, barrio o colegio.		25´
Reflexión				
Reestructuración				
Lluvia de ideas	Fomentar la práctica del valor del respeto en la vida diaria de los alumnos	Se finalizará la sesión resaltando la importancia del valor del respeto y su práctica en la vida diaria.		10´

Sesión 8: “Mi forma de estudiar”

Objetivo Específico: Lograr que los alumnos comprendan la importancia de estudiar de forma planificada y estructurada.

Actividades	Objetivo	Metodología	Recursos	Tiempo
Dinámica: El espejo	Incentivar la cohesión grupal	Se formarán dos filas, cada persona se mirará de frente desde los pies a la cabeza. Comenzarán mirándose de frente, luego su perfil y finalmente de espaldas. Un estudiante será el espejo y el otro realizará frente a él un conjunto de acciones y/o movimientos.		15´
Exposición del tema: Importancia de la planificación en los estudios	Explicar la sesión a los estudiantes	Reflexionar con los estudiantes sobre la relevancia e importancia que tiene la planificación de los estudios así como la consecución de mejores resultados cuando se estudia de forma estructurada.	Diapositivas	15´
Discusión de casos	Reflexionar sobre los hábitos de estudio que favorecen a un mejor desempeño escolar	La psicóloga leerá la cartilla “La sorpresa de Andrés” (anexo 8); se agruparán en 5 a 6 estudiantes para debatir y aportar conclusiones de cada grupo.	Cartulinas	25´
Aplicación de cuestionario	Conocer qué tipo de hábitos de	A partir de las conclusiones extraídas cada alumno debe proponer se su propio plan para mejorar su forma de estudiar.	Hoja bond	25´

de hábitos de estudio	estudio presentan los alumnos			
Lluvia de ideas	Fomentar la importancia de la práctica de buenos hábitos de estudio	Se finalizará la sesión resaltando la importancia de analizar cómo uno estudia, ya que permite realizar un plan de estudio acorde a las necesidades de cada alumno.		10´

Sesión 9: “El método de estudio”

Objetivo Específico: Lograr que los adolescentes conozcan sobre los distintos métodos de estudio y reflexionen sobre su forma de estudiar.

Actividades	Objetivo	Metodología	Recursos	Tiempo
Dinámica: “Paseo en la jungla”	Sensibilizar a los estudiantes sobre la importancia de utilizar diferentes estrategias y métodos frente a una situación	Se imaginarán que se encuentran en una jungla y que para atravesarla deberán agruparse en hileras de cuatro personas que deberán sobrellevar las dificultades y peligros. Cada participante puede escoger su posición ya sea en la primera, segunda, tercera o última posición. Cada grupo deberá discutir por qué se escogió tal posición.		15´
Torbellino de ideas	Reflexionar sobre la importancia los hábitos de estudio en relación al método de estudio	Preguntar a los estudiantes sobre las conclusiones que obtuvieron; realizar las preguntas de los tipos ¿Quién de ustedes planifica sus estudios?, ¿Quién de ustedes subraya, hace esquemas y resúmenes?, ¿Quién estudia con antelación frente a los exámenes?		15´
Desarrollar el método EPLERR	Brindar información sobre el	Se le entregará a cada alumno un cuadernillo con información sobre el método de estudio EPLERR.	Diapositivas	25´

	método EPLERR	<p>Puntos a tratar:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué es el método EPLERR? • Pasos del método EPLERR • ¿Cómo favorece su aplicación en el ámbito escolar? 		
Lluvia de ideas	Encontrar los factores que intervienen en el estudio de los alumnos	Se finalizará la sesión realizando un cuadro resumen sobre la información obtenida en el punto anterior, se les entregará a los alumnos hojas de colores, se irán escribiendo las ideas de los estudiantes y se culminará en casa.	<p>Diapositivas</p> <p>Hojas de colores</p> <p>Marcadores</p>	20´

Sesión 10: “Cómo organizar mi tiempo de estudio”

Objetivo Específico: Enseñar a organizar el tiempo de los estudiantes mediante discusión de grupos y elaboración de horario.

Actividades	Objetivo	Metodología	Recursos	Tiempo
Inicio de sesión Dinámica: “El orden de las edades”	Dar a conocer la importancia de organizarnos y comunicarnos adecuadamente con nuestros compañeros	Todos los alumnos, en fila, no deberán hablar durante el juego; solo podrán realizar señas. El grupo deberá ordenarse según su fecha de nacimiento desde el mayor hasta el menor pero sin hablar. El grupo que termine de ordenarse ganará. Al finalizar se corroborará el orden con las fechas reales que cada estudiante narre.		15´
Aplicación de la cartilla “Calculo mi tiempo de estudio”	Conocer cómo los alumnos planifican y organizan su estudio	Se le entregará a cada alumno una hoja donde colocarán su tiempo de estudio de lunes a viernes, los fines de semana y el total; asimismo se consignará las asignaturas con sus horas semanales de clase, el grado de dificultad.	Hojas de colores	20´
Discusión en grupos	Sensibilizar a los alumnos sobre la importancia de planificar su estudio	Los alumnos se reunirán en grupos y analizarán lo colocado en sus hojas, por grupos evaluarán como planifican y organizan su tiempo y brindarán opciones de cómo mejorarlo.		20´
Elaboración del horario de estudio	Brindar a los estudiantes opciones en la planificación y	Los alumnos elaborarán con cartulinas y hojas de colores su horario de estudio, contrastando y analizando lo obtenido en la actividad anterior.	Cartulinas Hojas de colores	25´

	organización de su estudio		Marcadores	
Lluvia de ideas	Resaltar la importancia de la organización del tiempo de estudio	Se finalizará la sesión resaltando la importancia de organizarnos y planificar nuestro estudio. Pedir opiniones a los participantes para llegar a una conclusión y terminar con pautas generales elaborada por todos.		10´

Referencias bibliográficas

- Abad Guarnizo P. (2017). Violencia intrafamiliar y su relación con las habilidades de adaptación al ámbito académico de los estudiantes de 12 a 20 años de la Unidad Educativa Elvia Bélgica Jiménez de González. Recuperado de: <http://dspace.unl.edu.ec/jspui/handle/123456789/17652>.
- Adolescentes de SMP y Los Olivos presentan conducta agresiva, depresión y ansiedad. (2016, 11 de junio). Diario El Correo. Recuperado de: <https://diariocorreo.pe/ciudad/adolescentes-de-smp-y-los-olivos-presentan-conducta-agresiva-depresion-y-ansiedad-678256/>.
- Aguirre, A. (Ed.) (1996), Psicología de la adolescencia, Barcelona, España: Editorial Boixareu Universitaria.
- Aquize Anco E.; Nuñez Paja J. (2016). Clima social familiar y adaptación de conducta en estudiantes del quinto grado de secundaria de la Gran Unidad Escolar Las Mercedes, Juliaca – 2015. Recuperado de: <http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/644>.
- Asto García K. (2016). Propiedades Psicométricas del Inventario de Adaptación de Conducta en estudiantes de nivel secundaria de Huamachuco. Recuperado de: <http://repositorio.ucv.edu.pe/handle/UCV/279>.
- Barahona, A. (1983). Darwin y el concepto de adaptación. Ciencias, 3, p. 10-13. Recuperado de: <http://www.revistaciencias.unam.mx/es/138-revistas/revista-ciencias-3/1059-largo-2.html>.
- Bordignon, N. (2015). El desarrollo psicosocial de Eric Erikson. El diagrama epigenético del adulto. Revista Lasallista de investigación, 2(2), p. 50-63.
- Carver, C. y Sheier, M. (2014), Teorías de la personalidad, México: Pearson Educación.
- Castellano Barca, G. (2013). El adolescente y su entorno. Pediatría Integral. Recuperado de: <https://www.pediatriaintegral.es/wp-content/uploads/2013/xvii02/04/109-116%20Adolescente.pdf>.
- Cipriano Chávez K. (2016). Valores interpersonales y adaptación de conducta en adolescentes secundarios de una IEE de la ciudad de Trujillo. Recuperado de: <http://repositorio.upao.edu.pe/handle/upaorep/2456>.
- Cruz Bonilla, J. (2016). El autoestima y su influencia en la adaptación familiar de los adolescentes de noveno año del Colegio Nacional Picaihua. Recuperado de: <http://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/20642>.
- Cubas, M. (2006). Lo saludable: una propuesta para la comprensión de la salud mental desde el psicoanálisis. Recuperado de: http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/123456789/108/CUBAS_LUGO_N_MILAGROS_LO_SALUDABLE.pdf;jsessionid=33299075953B9CDE265966131BF2BB9C?sequence=1.

- Daza, B. (2012). Nivel de conocimiento de los consejos comunales para administrar los proyectos de salud. Recuperado de: http://tesis.luz.edu.ve/tde_arquivos/161/TDE-2012-11-08T08:38:32Z-3526/Publico/daza_beatriz.pdf.
- De la Cruz, V. y Cordero, A. (1980). *Inventario de Adaptación de Conducta*. Madrid: TEA.
- Derechos Humanos. Recuperado de: <https://indaga.minjus.gob.pe/sites/default/files/boletin-ii-adolescentes%20ok.compressed.pdf>.
- Fondo de las Naciones Unidas para la infancia (2011). *La adolescencia. Una época de oportunidades*. Recuperado de: https://www.unicef.org/honduras/Estado_mundial_infancia_2011.pdf.
- García Pérez, E. y Magaz Lago, A. (2011), *Escalas Magallanes de Adaptación: EMA*, España: Grupo ALBOR-COHS.
- Gavilanes Gavilanes G. (2015). Adicción a las redes sociales y su relación con la adaptación conductual en los adolescentes. Recuperado de: <http://repositorio.pucesa.edu.ec/handle/123456789/1137>.
- Guachamin Sigcha M. (2017). Influencia de la adaptación escolar en el rendimiento académico de los estudiantes de octavo año de educación general básica del Colegio Luciano Andrade Marín de la Ciudad de Quito período 2016-2017. Recuperado de: <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/11052>.
- Hartmann, H. (1969), *Ensayos sobre la psicología del yo*. Fondo de cultura económica, p. 108-196.
- López Sánchez M.; Jiménez Torres M.; Guerrero Ramos D. (2013). Estudio de la relación entre el bienestar personal y la adaptación de conducta en el marco de la escuela salúgenica. *Educación*, 49(2), p. 303-320.
- Matos Quezada M. (2014). *Asertividad y adaptación de conducta en estudiantes del nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Chimbote*. Recuperado de: URI: <http://repositorio.upao.edu.pe/handle/upaorep/1790>.
- Ministerio de Salud (2015, 6 de junio). *Fortalecen competencias de profesionales en salud mental para la atención en Plan de salud escolar*. Recuperado de: <http://www.minsa.gob.pe/index.asp?op=51¬a=16603>.
- Observatorio Nacional de Política Criminal (2016). *Boletín de ¿Cómo son los adolescentes infractores en el Perú?: 2da edición*. Perú. Ministerio de Justicia y
- Organización Mundial de la Salud (2017). *Adolescentes: riesgos para la salud y soluciones*. Recuperado de: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs345/es/>.
- Organización Mundial de la Salud (s.f.). *Adolescentes y salud mental*. Recuperado de: http://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/mental_health/es/.

- Organización Mundial de la Salud (2017). Desarrollo en la adolescencia. Recuperado de: http://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/dev/es/.
- Organización Panamericana de Salud (2017). El Caribe avanza en la adaptación de la estrategia mundial para la salud de la mujer, la niñez y la adolescencia. Recuperado de: http://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=13391%3Acaribe-avanza-adaptacion-estrategia-mundial-salud-mujer-ninez-adolescencia&catid=1443%3Aweb-bulletins&Itemid=135&lang=es.
- Papalia, Wendkos y Dustin (2009), Psicología del desarrollo, México DF, México: Editorial McGraw Hill.
- Pérez Díaz J.; Páucar Alcalá Y.; Farfán Rodríguez D. (2016). Estilos de socialización parental y adaptación de conducta en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Lima Este, 2016. Recuperado de: http://revistascientificas.upeu.edu.pe/index.php/rc_salud/article/view/649.
- Piaget, J. e Inhelder, B. (1969), Psicología del niño, Madrid: Ediciones Morata, p.17.
- Pingo Martínez B. (2015). Clima social escolar y adaptación de conducta en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada de Trujillo. Recuperado de: <http://repositorio.upao.edu.pe/handle/upaorep/1779>.
- Quispe Roche 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. Recuperado de: <http://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/24808>.
- Real Academia Española (2017). Adaptación. Recuperado de: <http://dle.rae.es/?id=0hMBUwM>.
- Richmond, P. (2000), Introducción a Piaget, Caracas, Madrid: Editorial Fundamentos.
- Rodríguez Cossío R. (2015). Clima social familiar y adaptación de conducta en estudiantes de secundaria de una institución educativa. Recuperado de: <http://repositorio.uss.edu.pe/handle/uss/1895>.
- Ruiz Alva, C. (1994). Adaptación Peruana del Inventario de Adaptación de Conducta. Universidad Mayor de San Marcos.
- Sampieri, R.; Fernández, C.; Baptista, P. (2010), Metodología de la Investigación, México DF., México: Editorial McGraw-Hill.
- Sarason, I y Sarason, B. (1996), Psicopatología. Psicología anormal: El problema de la conducta inadaptada, México: Editorial Pearson Educación.
- Unicef Perú (s.f.). Adolescencia (12 a 17 años). Recuperado de: https://www.unicef.org/peru/spanish/children_13282.html.

ANEXOS

Anexo 1

Matriz de consistencia

Problema General	Objetivo General	Metodología
<p>¿Cuál es el nivel de adaptación de conducta de los estudiantes del sexto grado de primaria al segundo año de secundaria de la Institución Educativa José Fianson en Chosica?</p>	<p>Determinar el nivel de adaptación de conducta de los estudiantes del sexto grado de primaria al segundo año de secundaria de la Institución Educativa José Fianson en Chosica.</p>	<p>La investigación es de tipo descriptivo, con un diseño No experimental y con un enfoque cuantitativo.</p>
Problemas Específicos	Objetivos Específicos	Población y muestra
<ul style="list-style-type: none"> - ¿Cuál es el nivel de adaptación en el ámbito escolar de los estudiantes del sexto grado de primaria al segundo año de secundaria de la Institución Educativa José Fianson en Chosica?? - ¿Cuál es el nivel de adaptación en el ámbito escolar de los estudiantes del sexto grado de primaria al segundo año de secundaria de la Institución Educativa José Fianson en Chosica?? - ¿Cuál es el nivel de adaptación en el ámbito escolar de los estudiantes del sexto grado de primaria al segundo año de secundaria de la Institución Educativa José Fianson en Chosica?? - ¿Cuál es el nivel de adaptación en el ámbito escolar de los estudiantes del sexto grado de primaria al segundo año de secundaria de la Institución Educativa José Fianson en Chosica?? 	<ul style="list-style-type: none"> - Determinar el nivel de adaptación en el ámbito escolar de los estudiantes del sexto grado de primaria al segundo año de secundaria de la Institución Educativa José Fianson en Chosica. - Determinar el nivel de adaptación en el ámbito familiar de los estudiantes del sexto grado de primaria al segundo año de secundaria de la Institución Educativa José Fianson en Chosica. - Determinar el nivel de adaptación en el ámbito personal de los estudiantes del sexto grado de primaria al segundo año de secundaria de la Institución Educativa José Fianson en Chosica. - Determinar el nivel de adaptación en el ámbito social de los estudiantes del sexto grado de primaria al segundo año de secundaria de la Institución Educativa José Fianson en Chosica. 	<ul style="list-style-type: none"> - La población de estudio Está conformada por 58 adolescentes de ambos sexos, 29 mujeres y 29 hombres, en una edad comprendida entre los 12 a 14 años, pertenecientes del sexto grado de primaria al segundo año de secundaria de la Institución Educativa José Fianson en Chosica. - La muestra es censal porque está constituida por la totalidad de la población, por ser una cantidad reducida de participantes. Por tanto, está conformada por toda la población que del sexto grado de primaria, primer año de secundaria y segundo año de secundaria de la Institución Educativa José Fianson en Chosica.

Anexo 2

**Carta de aceptación de la Institución
Educativa**

INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIVADA



"José Fiansón"

UGEL 06

Nuestro Lema: "UNIÓN – DISCIPLINA Y TRABAJO"

"Año de la lucha contra la corrupción y la impunidad"

CONSTANCIA DE APLICACIÓN DE PRUEBA PSICOLOGICA

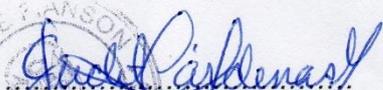
LA DIRECTRA DE LA IEP JOSE FIANSON – CHOSICA QUE SUSCRIBE

CERTIFICA.

QUE, A LA SRTA. **GABRIELA GOMEZ ALEGRIA**, ESTUDIANTE DEL PROGRAMA DE PSICOLOGIA DE LA UNIVERSIDAD INCA GARCILAZO DE LA VEGA, SE LE HA ACEPTADO LA APLICACION DE UNA PRUEBA PSICOLOGICA A LOS ALUMNOS DE PRIMARIA DE NUESTRA INSTITUCION EDUCATIVA, LA MISMA QUE SE REALIZO EN EL MES DE ABRIL DEL 2019.

SE EXPIDE LA PRESENTE A SOLICITUD DE LA INTERESADA, PARA LOS FINES CONSIGUIENTES.

CHOSICA, JULIO DEL 2019


JESUS JUDIT CARDENAS MOREYRA
Directora de la Institución Educativa
José Fiansón

Anexo 3

Inventario de Adaptación de Conducta

INVENTARIO DE ADAPTACIÓN DE CONDUCTA (IAC)

Nombre: _____

Fecha:

Edad: _____

Sexo:

En las páginas siguientes encontrarás una serie de frases a las que deseamos que contestes con sinceridad y sin pensarlo demasiado, como si respondieras espontáneamente a las preguntas de un amigo.

En cada frase podrás **MARCAR** la respuesta **SI – NO**, la que va más de acuerdo a tu opinión, con una “**X**”, si tienes duda podrás marcar la interrogante **?**, pero mejor es que decidas entre el SI o el NO. Trabaja tan de prisa como puedas, sin detenerte demasiado en cada frase y contesta a todas ellas. Si te equivocas de fila o de casilla tacha la marca y señala tu nueva respuesta.

¿TE OCURREN LO QUE DICEN ESTAS FRASES?	SI	?	NO
01. Suelo tener mala suerte en todo.			
02. Me equivoco muchas veces en lo que hago.			
03. Encuentro pocas ocasiones de demostrar lo que valgo.			
04. Si fracaso en algo una vez, es difícil que vuelva a intentarlo.			
05. Hablando sinceramente, el futuro me da miedo.			
06. Envidia a los que son más inteligentes que yo			
07. Estoy satisfecho con mi estatura.			
08. Si eres hombre preferirías ser una mujer.			
Si eres mujer preferirías ser un hombre.			
09. 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.			

¿COMO ESTUDIA USTED?	SI	?	NO
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.			

¿TE OCURRE LO QUE DICEN ESTAS FRASES?	SI	?	NO
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 consideren una persona con la que hay que contar siempre.			
40. Siento que formo parte de la sociedad.			

¿TE OCURRE LO QUE DICEN ESTAS FRASES?	SI	?	NO
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 mi 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.			

¿COMO HACE USTED SUS TAREAS?	SI	?	NO
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 con mis tareas, las termino en el colegio, 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. Empieza 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.			

¿TE GUSTA LO EXPRESADO EN ESTAS FRASES?	SI	?	NO
73. Estar donde haya mucha gente reunida.			
74. Participar en las actividades de grupo organizados.			
75. Hacer excursiones en solitario.			
76. Participar en discusiones.			
77. Asistir a fiestas con mucha gente.			
78. Ser el centro de atención en las reuniones.			
79. Organizar juegos en grupo.			
80. Recibir muchas invitaciones.			
81. Ser el que habla en nombre del grupo.			
82. Que tus compañeros se conviertan fuera del colegio (Instituto, Universidad) en amigos tuyos.			

¿TE SUCEDE LO EXPRESADO EN ESTAS FRASES?	SI	?	NO
83. Te consideras poco importante			
84. Eres poco popular entre los amigos.			
85. Eres demasiado tímido(a).			
86. Te molesta no ser más guapo y atractivo.			
87. Te fastidia pertenecer a una familia más pobre que la de otros compañeros.			
88. Estás enfermo más veces que otros.			
89. Estás de acuerdo con que hay cumplir las normas de convivencia.			
90. Eres poco ingenioso y brillante en la conversación.			
91. Tienes poca – voluntad – para cumplir lo que propones.			
92. Te molesta que los demás se fijen en ti.			
93. Tus padres se interesan por tus cosas.			
94. Tus padres te dejan decidir libremente.			

95.	Admiras las cualidades de las demás personas de tu familia.			
96.	Estas seguro de que tus padres te tienen un gran cariño.			
97.	Tus padres te ayudan a realizarse.			
98.	Tus padres te permiten elegir libremente a tus amigos			
99.	Estás convencido de que tu familia aprueba lo que haces.			
100.	Te sientas unido a tu familia.			
101.	Creer que a pesar de todo lo que se diga, los padres comprenden bien a sus hijos.			
102.	Tu padre te parece un ejemplo a imitar.			

¿COMO TE PREPARAS PARA LOS EXAMENES?		SI	?	NO
103.	Repaso momentos antes del examen.			
104.	Preparo un plagio por si acaso me olvido 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.			

¿COMO ESCUCHAS LAS CLASES?		SI	?	NO
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.			

¿TE SUCEDE LO QUE DICEN ESTAS FRASES?		SI	?	NO
114.	Formas parte de un grupo de amigos.			
115.	Eres uno de los chicos (as) más populares de tu colegio.			
116.	Te gusta organizar los planes y actividades de tu grupo.			
117.	Te gusta participar en paseos con mucha gente.			
118.	Organizas reuniones con cualquier pretexto.			
119.	En las fiestas te unes al grupo más animado.			

120. Cuando vas de viaje entablas conversación fácilmente con las personas que van a tu lado.			
121. Te gusta estar solo mucho tiempo.			
122. Prefieres quedarte en tu cuarto leyendo u oyendo música a reunirte con tu familia a ver la televisión a comentar cosas.			
123. Te molesta no tener libertad y medios para vivir de otra forma.			

Anexo 4

Cartilla “Mi cuerpo es valioso”

MI CUERPO ES VALIOSO

PARTES DE MI CUERPO QUE MÁS ME AGRADA	PARTES DE MI CUERPO QUE NO ME AGRADA
EJEMPLO: _____	EJEMPLO: _____
1.	1.
2.	2.
3.	3.

“MI CUERPO ES VALIOSO Y ME ACEPTO TAL COMO SOY”

Anexo 5
Cartilla “Conociéndonos”

CONOCIÉNDONOS

CARACTERÍSTICAS NEGATIVAS DE MI COMPORTAMIENTO	CARÁCTERÍSTICAS POSITIVAS DE MI COMPORTAMIENTO
1.	1.
2.	2.
3.	3.
4.	4.
5.	5.
OTRAS	OTRAS
CARACTERÍSTICA NEGATIVA QUE QUISIERA CAMBIAR DESDE AHORA:	MI MEJOR CARACTERÍSTICA POSITIVA ES:

Anexo 6a

Cartilla 1

CARTILLA 1

El sábado 27 de julio, Manuel nos invitó a celebrar su cumpleaños en la discoteca “Los magnéticos”. A esa fiesta asistieron compañeros del 5º “G” y los chicos del 2º “F”, durante la fiesta vimos con sorpresa que los mejores bailarines, fueron Sonia con William; a tal punto que, todos les rodeamos y le hicimos barra. De pronto, vimos a Manuel algo incómodo con ellos y le dijo al Disk-jockey que cambie de música y.... ¡que roche! empezaron a tocar sólo cumbias lo que produjo molestia y aburrimiento en todos.

Anexo 6b

Cartilla 2

CARTILLA 2

El otro día Ricardo asistió a una pollada que se realizó en el barrio para recaudar fondos porque su vecino estaba internado. En plena fiesta salió a comprar gaseosas que le encargaron, para vender en la pollada. En la esquina se encontró con Mauricio, su compañero de colegio, mientras conversaban vieron que la Policía se estaba llevando a unos pandilleros a la Comisaría; y, creyendo que también ellos eran de esos grupos, se los llevaron detenidos. Les explicaron y no les creyeron porque los dos tenían gorros parecidos a los de la pandilla y por eso la Policía los confundió. Tuvieron que quedarse allí hasta que fueran sus familiares; mientras tanto, en la pollada, creían que Ricardo se había escapado con el dinero y estaban muy molestos.

Anexo 7

Cartilla “Test de discriminación de respuestas”

TEST DE DISCRIMINACIÓN DE RESPUESTAS

Instrucciones:

Para cada una de las situaciones que se presentan decide si la respuesta es pasiva (PAS), agresiva (AGR) o asertiva (ASE). Rodea con un círculo la respuesta apropiada.

1. Situación 1

Chico a su enamorada: *"Me gustaría que te tiñeras el pelo de rubio"*.

Respuesta: *"A mí que me importa lo que tú quieres, no me friegues"*.

PAS AGR ASE

2. Situación 2

Profesor a un estudiante: *"Tus tareas son una cochinado. Hazlas de nuevo"*.

Estudiante: *"Está bien, tiene razón"* y piensa (me siento mal, la verdad es que soy un inútil).

PAS AGR ASE

3. Situación 3

Chica a un amigo: *"¿Podrías acompañarme a pedir mi mochila, después de la clase?"*

Amigo: *"Lo siento, pero hoy no puedo"*.

PAS AGR ASE

4. Situación 4

Juan a Daniel: *"Aléjate de Martha o le diré a ella que tú eres un fumón"*.

Daniel: *"Inténtalo y te enseñaré quién puede y quién no puede ver a Martha"*

PAS AGR ASE

5. Situación 5

Laura a su compañera Rosa: *"Préstame tu cuaderno para copiarme la tarea"*.

Rosa: *"Tengo que estudiar, tengo examen...pero ya pues, que importa, te lo presto"*.

PAS AGR ASE

6. Situación 6

Roberto a Juana: *"Tenemos tres meses de enamorados, quiero que me des la prueba del amor"*

Juana: *"No sé...tengo miedo...creo que no...pero no quiero que te molestes y me dejes... está bien"*

PAS AGR ASE

7. Situación 7

Pedro, si quieres pertenecer a nuestro grupo, fuma esto.

Carlos: *"No jodas"*

PAS AGR ASE

8. Situación 8

Juan: le dice a Pepe *"Pedro se ha comido tu refrigerio"*.

Pepe: responde "El siempre hace eso, me da cólera, pero no le diré nada"
PAS AGR ASE

9. Situación 9

Una chica a otra: "*¿Por qué te has puesto esa ropa tan ridícula?*"

Chica: "Mi ropa, es asunto mío"

PAS AGR ASE

10. Situación 10

Chico a un amigo: "*Gracias por guardar mi libro que me olvidé ayer*".

Amigo: "Bueno, no fue nada. De verdad, no me lo agradezcas, no fue nada".

PAS AGR ASE

Anexo 8

Cartilla “La sorpresa de Andrés”

LA SORPRESA DE ANDRÉS

Andrés es un alumno de 4º de Secundaria. Hasta ahora su rendimiento ha sido normal, sin sobresalientes, aunque sin suspensos. Sin embargo, en la primera evaluación de este curso ha sacado cinco insuficientes y la verdad es que no se lo esperaba.

En casa estudia cuando le apetece o cuando se lo manda el profesor, no tiene horario fijo; unos días se engancha a la T.V. y otras se queda estudiando hasta las tantas de la noche, sobre todo cuando tiene un examen o cuando hay que entregar un trabajo al día siguiente.

No tiene un lugar concreto para estudiar. Unas veces estudia en el salón con la T.V. encendida, otras tumbado en la cama y hay días que estudia en su habitación, la cual parece un bazar; hay de todo: desde el monopatín hasta las raquetas y el

ordenador para jugar a los marcianitos.

En clase ha elegido la última fila para así poder hacer lo que quiera sin que se enteren los profesores o las profesoras. Cuando le anuncian un control, fotocopia los apuntes de los compañeros y así va "tirando".

Se queja de que el estudio no le cunde: dedica mucho tiempo a los temas y no acaba de aprenderlos bien. Piensa que subrayar, hacer esquemas o resúmenes es más trabajoso y prefiere estudiar simplemente leyendo varias veces el tema de corrido para aprenderlo todo de memoria.

Andrés no quiere que en la segunda evaluación se repitan los cinco suspensos.