



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

INFORME DE INVESTIGACIÓN SOBRE:

**“ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN CONDUCTAS
DESADAPTATIVAS DE ADOLESCENTES DE LOS SEGUNDOS AÑOS
DE BACHILLERATO DE LAS INSTITUCIONES EDUCATIVAS
URBANO-FISCALES DEL DISTRITO 1 PARROQUIA LA MERCED DE
LA CIUDAD DE AMBATO”**

Requisito previo para optar por el Título de Psicóloga Clínica

Autora: German Tomalá, Mayra Leonor

Tutor: Dr. Galarza Zurita, Germán Enrique

Ambato-Ecuador

Agosto 2015

APROBACIÓN DEL TUTOR

En mi calidad de Tutor del Trabajo de Investigación sobre el tema: **“ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN CONDUCTAS DESADAPTATIVAS DE ADOLESCENTES DE LOS SEGUNDOS AÑOS DE BACHILLERATO DE LAS INSTITUCIONES EDUCATIVAS URBANO-FISCALES DEL DISTRITO 1 PARROQUIA LA MERCED DE LA CIUDAD DE AMBATO”**, de German Tomalá Mayra Leonor, estudiante de la carrera de Psicología Clínica, considero que reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometida a la evaluación del jurado examinador designado por el H. Consejo Directivo de la Facultad de Ciencias de la Salud.

Ambato, Abril 2015

EL TUTOR

.....

Dr. Galarza Zurita, Germán Enrique

AUTORÍA DEL TRABAJO DE GRADO

Los criterios emitidos en el Trabajo de Investigación **“ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN CONDUCTAS DESADAPTATIVAS DE ADOLESCENTES DE LOS SEGUNDOS AÑOS DE BACHILLERATO DE LAS INSTITUCIONES EDUCATIVAS URBANO-FISCALES DEL DISTRITO 1 PARROQUIA LA MERCED DE LA CIUDAD DE AMBATO.”**, así como los contenidos, ideas, análisis, conclusiones y propuesta son de exclusiva responsabilidad de mi persona, como autora de este trabajo de investigación.

Ambato, Abril 2015

LA AUTORA

.....

German Tomalá, Mayra Leonor

DERECHOS DE AUTOR

Autorizo a la Universidad Técnica de Ambato, para que haga de este Trabajo de Investigación o parte de él un documento disponible para su lectura, consulta y procesos de investigación.

Cedo los Derechos en línea patrimoniales de mi Tesis, con fines de difusión pública, además apruebo la reproducción de este trabajo, dentro de las regulaciones de la Universidad, siempre y cuando esta reproducción no suponga una ganancia económica y se realice respetando mis derechos de autora.

Ambato, Abril 2015

LA AUTORA

.....

German Tomalá, Mayra Leonor

APROBACIÓN DEL JURADO EXAMINADOR

Los miembros del Tribunal Examinador aprueban el Informe de Investigación, sobre el tema **“ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN CONDUCTAS DESADAPTATIVAS DE ADOLESCENTES DE LOS SEGUNDOS AÑOS DE BACHILLERATO DE LAS INSTITUCIONES EDUCATIVAS URBANO-FISCALES DEL DISTRITO 1 PARROQUIA LA MERCED DE LA CIUDAD DE AMBATO”**, de German Tomalá Mayra Leonor, estudiante de la Carrera de Psicología Clínica.

Ambato, Agosto 2015

Para constancia firman:

.....
PRESIDENTE/A **1er VOCAL** **2do VOCAL**

DEDICATORIA

Dedico el presente trabajo de investigación especialmente a Dios quien con infinito amor, me permitió elegir esta carrera para cumplir con el propósito para el cual me creó: Realizar su obra

A mi Mamita Leonor quien con gran paciencia guió mis pasos y aunque no esté presente en mi diario caminar, sé que desde el cielo estará orgullosa de mí.

A mi Mami Carlota por su gran paciencia, amor y cuidados, que con cada detalle me ha llevado a ser una mujer de bien y a tener el mejor legado.

A mis amados tíos: Cesar quien asumió el papel de figura paterna en mi vida y a mi tío Luis quien más que un familiar es un amigo, por su incondicional cariño y detalles que han sabido llenar mi corazón y llevarme a la excelencia.

Mayra German

AGRADECIMIENTO

Agradezco principalmente a Dios por su amor incondicional en mi vida, por darme un corazón que pueda sentir la necesidad y por darme la valentía para actuar sin temor de las circunstancias.

A mi familia por su apoyo total en cada aspecto de mi vida.

A la Dra. Verónica Llerena por su amistad, cariño y generosidad de conocimiento al resolver mis dudas dentro y fuera de la carrera.

A mis amigas Liz, Alina, Sthefy, Dany, Taty, Andre, Vivi y Mire quienes están presentes en cada momento de mi vida. Y a mí querido amigo “ñaño” Miguel quien me apoya incondicionalmente y me da ánimo para continuar.

A mi querido tutor de tesis Dr. Germán Galarza por su paciencia y cariño porque más que un profesor ha sido un amigo que ha sabido guiar y entregar sus conocimientos de manera desinteresada, además de su tiempo e incluso opiniones personales que han sabido influir de manera positiva no solo en el presente trabajo, sino en mi vida misma.

A las unidades educativas “Ambato” y “Neptalí Sancho Jaramillo” por su colaboración y apertura para la realización de este trabajo de investigación.

A mis profesores a lo largo mi vida estudiantil y a la Universidad Técnica de Ambato por los conocimientos brindados.

Mayra German

ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS

Índice de Contenidos

| | Contenido |
|--|-----------|
| Portada..... | i |
| APROBACIÓN DEL TUTOR..... | ii |
| AUTORÍA DEL TRABAJO DE GRADO | iii |
| DERECHOS DE AUTOR..... | iv |
| APROBACIÓN DEL JURADO EXAMINADOR | v |
| DEDICATORIA | vi |
| AGRADECIMIENTO..... | vii |
| ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS..... | viii |
| Índice de Contenidos..... | viii |
| ÍNDICE DE GRÁFICOS Y CUADROS | xiii |
| ÍNDICE DE TABLAS | xiv |
| “ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN CONDUCTAS DESADAPTATIVAS DE ADOLESCENTES DE LOS SEGUNDOS AÑOS DE BACHILLERATO DE LAS INSTITUCIONES EDUCATIVAS URBANO-FISCALES DEL DISTRITO 1 PARROQUIA LA MERCED DE LA CIUDAD DE AMBATO.” | xv |
| RESUMEN..... | xv |
| SUMMARY | xvii |
| INTRODUCCIÓN | 1 |
| CAPÍTULO 1 | 2 |
| EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN..... | 2 |
| 1.1 TEMA: ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN CONDUCTAS DESADAPTATIVAS DE ADOLESCENTES DE LOS SEGUNDOS AÑOS | |

| | |
|--|----|
| DE BACHILLERATO DE LAS INSTITUCIONES EDUCATIVAS URBANO-FISCALES DEL DISTRITO 1 PARROQUIA LA MERCED DE LA CIUDAD DE AMBATO..... | 2 |
| 1.2 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA..... | 2 |
| 1.2.1 Contextualización | 2 |
| 1.2.2 Análisis Crítico. | 5 |
| 1.2.3 Prognosis..... | 6 |
| 1.2.4 Formulación del problema | 7 |
| 1.2.5 Preguntas Directrices. | 7 |
| 1.2.6 Delimitación..... | 7 |
| 1.3 JUSTIFICACIÓN..... | 8 |
| 1.4 OBJETIVOS..... | 9 |
| 1.4.1 Objetivo General..... | 9 |
| 1.4.2 Objetivos Específicos. | 9 |
| CAPÍTULO II | 10 |
| MARCO TEÓRICO..... | 10 |
| 2.1 ANTEDECENTES INVESTIGATIVOS..... | 10 |
| 2.2 FUNDAMENTACIÓN | 15 |
| 2.2.1 FUNDAMENTACIÓN FILOSÓFICA..... | 15 |
| 2.2.2 FUNDAMENTACIÓN LEGAL..... | 15 |
| 2.2.3 FUNDAMENTACIÓN PSICOLÓGICA | 21 |
| 2.3 FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA | 22 |
| 2.3.1 Categorías fundamentales. | 22 |
| 2.3.2 MARCO TEÓRICO | 23 |
| 2.4 HIPÓTESIS | 37 |
| 2.5 SEÑALAMIENTO DE VARIABLES | 37 |

| | |
|--|----|
| CAPÍTULO III..... | 38 |
| MARCO METODOLÓGICO | 38 |
| 3.1 ENFOQUE DE LA INVESTIGACIÓN..... | 38 |
| 3.2 MODALIDAD BÁSICA DE LA INTESTIGACIÓN | 38 |
| 3.3 NIVEL O TIPO DE INVESTIGACIÓN..... | 38 |
| 3.4 POBLACIÓN Y MUESTRA | 39 |
| 3.4.1 Población | 39 |
| 3.4.2 Muestra | 40 |
| 3.5 OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES..... | 41 |
| 3.6 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS | 44 |
| 3.7 PROCESAMIENTO DE LA INFORMACIÓN..... | 48 |
| CAPÍTULO IV..... | 51 |
| ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS..... | 51 |
| 4.1 ANÁLISIS CUANTITATIVO..... | 51 |
| 4.1.1 Análisis El Interpretación De Resultados De La Variable Independiente | 51 |
| 4.1.2 Análisis e Interpretación De Resultados De La Variable Dependiente | 54 |
| 4.2 Análisis e Interpretación de Resultados Variables combinadas | 56 |
| 4.3 Verificación de la Hipótesis | 68 |
| 4.3.1 Hipótesis General..... | 68 |
| 4.3.2 Hipótesis Específica..... | 69 |
| CAPÍTULO V | 70 |
| CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES..... | 70 |
| 5.1 Conclusiones..... | 70 |
| 5.2 Recomendaciones | 72 |
| CAPÍTULO VI..... | 73 |

| | |
|--|----|
| PROPUESTA..... | 73 |
| 6.1 DATOS INFORMATIVOS..... | 73 |
| Tema:..... | 73 |
| Proceso terapéutico basado en la aplicación de la Terapia Racional Emotiva para el manejo de Estrategias de Afrontamiento en la adaptación Social. | 73 |
| 6.2 Antecedentes de la Propuesta | 74 |
| 6.3 Justificación..... | 74 |
| 6.4 OBJETIVOS..... | 75 |
| 6.4.1 Objetivo General..... | 75 |
| 6.4.2 Objetivos Específicos | 75 |
| 6.5 ANÁLISIS DE FACTIBILIDAD..... | 75 |
| 6.6 FUNDAMENTACIÓN CIENTÍFICO-TÉCNICA | 76 |
| 6.7 MODELO OPERATIVO | 81 |
| Tema:Proceso terapéutico basado en la aplicación de estrategias cognitivo-conductuales (Terapia Racional Emotiva) para el manejo de Estrategias de Afrontamiento en la adaptación Social. | 81 |
| 6.8 ADMINISTRACIÓN DE LA PROPUESTA..... | 86 |
| 6.8.1 Recursos Físicos o Institucionales | 86 |
| 6.8.2 Recursos Humanos | 86 |
| 6.8.3 Materiales..... | 86 |
| 6.8.4 Presupuesto | 87 |
| 6.9 PLAN DE MONITOREO Y EVALUACIÓN | 88 |
| CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES | 89 |
| REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS..... | 90 |
| BIBLIOGRAFÍA..... | 90 |
| LINKOGRAFÍA | 93 |
| CITAS BIBLIOGRÁFICAS – BASES DE DATOS U.T.A. | 97 |

| | |
|---------------|-----|
| ANEXOS..... | 98 |
| Anexo 1 | 98 |
| Anexo2 | 104 |

ÍNDICE DE GRÁFICOS Y CUADROS

ÍNDICE DE GRÁFICOS

| | |
|--|----|
| Gráfico 1: Árbol de Problemas | 5 |
| Gráfico 2: Categorías fundamentales | 22 |
| Gráfico 3: Modelo Eustres/Distrés Gutiérrez..... | 25 |
| Gráfico 4: Variable Dependiente Esquema Conductual | 34 |
| Gráfico 5: Estrategias de Afrontamiento..... | 52 |
| Gráfico 6: Conductas Desadaptativas | 54 |
| Gráfico 7: Estrategia de Afrontamiento de Resolución de Problemas y Conductas Desadaptativas..... | 56 |
| Gráfico 8: Estrategia de Afrontamiento de Autocrítica y Conductas Desadaptativas..... | 58 |
| Gráfico 9: Estrategia de Afrontamiento de Expresión Emocional y Conductas Desadaptativas..... | 59 |
| Gráfico 10: Estrategia de Afrontamiento de Pensamiento Desiderativo y Conductas Desadaptativas..... | 61 |
| Gráfico 11: Estrategia de Afrontamiento de Apoyo Social y Conductas Desadaptativas..... | 62 |
| Gráfico 12: Estrategia de Afrontamiento de Reestructuración Cognitiva y Conductas Desadaptativas..... | 64 |
| Gráfico 13: Estrategia de Afrontamiento de Evitación de Problemas y Conductas Desadaptativas..... | 65 |
| Gráfico 14: Estrategia de Afrontamiento de Retirada Social y Conductas Desadaptativas..... | 67 |
| Gráfico 15: Correlaciones de Pearson..... | 68 |

ÍNDICE DE TABLAS

| | |
|--|----|
| Tabla 1: Variable Independiente | 42 |
| Tabla 2: Variable Dependiente..... | 44 |
| Tabla 3: Plan de recolección de Información..... | 48 |
| Tabla 4: Estrategias de Afrontamiento..... | 51 |
| Tabla 5: Conductas desadaptativas | 54 |
| Tabla 6: Estrategia de Afrontamiento de Resolución de Problemas y Conductas Desadaptativas..... | 56 |
| Tabla 7: Estrategia de Afrontamiento de Autocrítica y Conductas Desadaptativas . | 57 |
| Tabla 8: Estrategia de Afrontamiento de Expresión Emocional y Conductas Desadaptativas..... | 59 |
| Tabla 9: Estrategia de Afrontamiento de Pensamiento Desiderativo y Conductas Desadaptativas..... | 60 |
| Tabla 10: Estrategia de Afrontamiento de Apoyo Social y Conductas Desadaptativas..... | 62 |
| Tabla 11: Estrategia de Afrontamiento de Reestructuración Cognitiva y Conductas Desadaptativas..... | 63 |
| Tabla 12: Estrategia de Afrontamiento de Evitación de Problemas y Conductas Desadaptativas..... | 65 |
| Tabla 13: Estrategia de Afrontamiento de Retirada Social y Conductas Desadaptativas..... | 66 |
| Tabla 14: Estrategia de Afrontamiento de Retirada Social y Conductas Desadaptativas..... | 69 |
| Tabla 15: Fase 1 Fase De Inducción – Conceptualización | 81 |
| Tabla 16: Fase 2 Jerarquización de Estrategias de Afrontamiento | 82 |
| Tabla 17: Fase 3 Concientización | 83 |
| Tabla 18: Fase 4 Desarrollo | 84 |
| Tabla 19: Fase 4 Verificación y Seguimiento | 85 |
| Tabla 20: Presupuesto | 87 |
| Tabla 21: Plan De Monitoreo Y Evaluación | 88 |
| Tabla 22: Cronograma de Actividades..... | 89 |

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

**“ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN CONDUCTAS
DESADAPTATIVAS DE ADOLESCENTES DE LOS SEGUNDOS AÑOS
DE BACHILLERATO DE LAS INSTITUCIONES EDUCATIVAS
URBANO-FISCALES DEL DISTRITO 1 PARROQUIA LA MERCED DE
LA CIUDAD DE AMBATO.”**

Autora: German Tomalá, Mayra Leonor

Tutor: Dr. Zurita Galarza, Germán Enrique

Fecha: Abril 2015

RESUMEN

El presente proyecto investigativo procuró demostrar la relación existente entre las estrategias de afrontamiento y las conductas desadaptativas que presentan los adolescentes de los segundos años de bachillerato, se evaluó estas dos variables a través del test CSI (Coping Strategies Inventory) para valorar qué estrategias de afrontamiento presentan los adolescentes ante situaciones estresantes y el reactivo Psicológico IAC (Inventario de Adaptación y Conducta) para evaluar las conductas desadaptativas presentes en la población. Los resultados demostraron que existe una significativa relación entre las estrategias de afrontamiento y las conductas desadaptativas ya que se encontró que las estrategias más utilizadas por los adolescente son la retirada social y la autocrítica mientras que el ámbito en la que mayor desadaptación hay es el área social razón por la que encontramos un correlación ascendente.

PALABRAS CLAVES: ESTRATEGIAS, AFRONTAMIENTO, ADOLESCENTES, DESADAPTACIÓN, CONDUCTA, APRENDIZAJE, ESTRÉS.

TECHNICAL UNIVERSITY OF AMBATO
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
CAREER OF CLINICAL PSYCHOLOGY

**"COPING STRATEGIES IN ADOLESCENT BEHAVIOR
MALADAPTATIVE OF THE SECOND YEAR BACHELOR OF
EDUCATIONAL INSTITUTIONS TAX URBAN DISTRICT 1 PARISH LA
MERCED CITY AMBATO."**

Author: German Tomalá, Mayra Leonor

Tutor: Dr. Zurita Galarza, Germán Enrique

Date: April, 2015

SUMMARY

This research project sought to demonstrate the relationship between coping strategies and presenting maladaptive behaviors among adolescents in the second year of high school, these two variables were assessed using the test CSI (Coping Strategies Inventory) to assess coping strategies that presented adolescents to stressful situations and reagent Psychological IAC (Inventory Adjustment and Conduct) to assess maladaptive behaviors present in the population. The results showed that there is a significant relationship between coping strategies and maladaptive behaviors since it was found that the strategies used by teenage include social withdrawal and self-criticism while the area in which greater mismatch there is the social area why we found a correlation upward.

**KEYWORDS: COPING, STRATEGIES, TEENS, MISMATCH, CONDUCT,
LEARNING, STRESS**

INTRODUCCIÓN

La adolescencia es una etapa del desarrollo evolutivo demasiado importante en la vida de los seres humanos debido a que en ella se producen los más significativos cambios tanto físicos como psicológicos que darán origen a la personalidad, identidad y la elaboración de un proyecto de vida (Castro Solano, 2000; Casullo y Fernández Liporace, 2001; Muuss, 1995; Millon, 1994, 1998; Obiols y Obiols, 2000), todas estas situaciones generarán estrés en el joven el cual buscará la manera de enfrentarlo de una forma cognitiva o emocional utilizando entonces herramientas a las que denominaremos estrategias de afrontamiento, las cuales se convertirán en un escudo para enfrentar situaciones que produzcan estrés o malestar

Las conductas desadaptativas de los adolescentes a lo largo del tiempo se han ido incrementando de tal manera que se ha convertido en una situación preocupante dentro de la sociedad en la que vivimos, es entonces de interés de la autora de este proyecto de investigación, buscar cuales son las estrategias de afrontamiento que están utilizando los adolescentes que presentan estas conductas, ya que la teoría del aprendizaje dentro de la Psicología, nos dice que existe un estímulo y una respuesta al mismo, la cual se verá reforzada o no según la situación que esté viviendo el individuo y que está a su vez generará una consecuencia, positiva o negativa en el comportamiento humano.

Al entender esta parte de la teoría, este proyecto de investigación se enfocará en descubrir cuáles son las estrategias de afrontamiento más utilizadas por los adolescentes, así como también cuales son las conductas desadaptativas que más afectan a los jóvenes en la actualidad, y revelar también si existe algún tipo de relación entre ambas variables, con el fin de encontrar una solución a dicha problemática, evitando así señalar directamente a los adolescentes como centro del conflicto, sino buscando alternativas que le permitan desenvolverse de mejor manera y adaptarse a los diferentes ámbitos en los que tiene que convivir y mejorando así, no solo su calidad de vida, sino también las relaciones interpersonales con pares y representaciones de la autoridad..

CAPÍTULO 1

EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 TEMA: ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN CONDUCTAS DESADAPTATIVAS DE ADOLESCENTES DE LOS SEGUNDOS AÑOS DE BACHILLERATO DE LAS INSTITUCIONES EDUCATIVAS URBANO-FISCALES DEL DISTRITO 1 PARROQUIA LA MERCED DE LA CIUDAD DE AMBATO.

1.2 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.2.1 Contextualización

Estudios realizados por Mena, Correa y Nader en su Boletín de Sociedad en Psiquiatría y Neurología en la Adolescencia (2010, Madrid), destacan que los individuos que presentan comportamientos autodestructivos son adolescentes que demuestran conductas impulsivas, agresivas y ánimo inestable.

Debido a que está es una situación que ataca especialmente a la población más joven y vulnerable la OMS en el año 2000, se ha planteado una serie de campañas de prevención en cada uno de los niveles sean estos primarios, secundarios y terciarios, con el fin de combatir los índices de adolescentes inestables emocionalmente.

Los profesionales de la salud mental a nivel mundial se encuentran preocupados por la situación actual de los adolescentes, lo cuales se encuentran incapacitados para resolver problemas presentando un insuficiente control de impulsos y pensamientos, lo que los conlleva a presentar conductas desadaptativas la cuales crean conflictos en más de una de sus áreas de desenvolvimiento.

Un estudio regional realizado por la Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito (Onudd) en 2010, en seis países de Sudamérica, situó a la Argentina, Chile y Ecuador como los más grandes países consumidores de droga en la región en estos países la droga ilícita preferida es la marihuana entre las legales se encuentra el alcohol y el cigarrillo como favoritas de uso.

La adolescencia es una etapa en la que los seres humanos se vuelven vulnerables a cualquier tipo de influencia, por consiguiente para las figuras parentales se ha convertido en un verdadero reto el poder mantener a sus hijos fuera de las garras de las sustancias psicoactivas las cuales generan daños tanto físicos como psicológicos.

En cuanto al concepto de afrontamiento al estrés toma en cuenta los esfuerzos afectivos, cognitivos y psicosociales que un sujeto emplea para poder controlar las situaciones estresantes para reducirlas o eliminarlas. Adquieren particular relevancia en la adolescencia, por ser una etapa en la que se producen sustanciales transformaciones en la personalidad: la definición de la identidad, la elección de pareja, de profesión entre otros.

Los estudios realizados a este respecto relacionan las estrategias de afrontamiento al estrés con bienestar psicológico, podemos mencionar así los estudios de Gonzales, Montoya y otros “Relación entre estilos y estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes” mostrando como resultados según género que los varones destacan en la distracción física, ignorar el problema y reservar el problema para sí, mientras en las mujeres los estilos de relación con los demás y el improductivo son los preponderantes.

Por su parte la investigación “Estudio sobre estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en una muestra de adolescentes de Buenos Aires” de Salotti Paula (Universidad de Belgrano, 2006) los adolescentes de la muestra que presentaron un elevado de bienestar psicológico eligieron estrategias activas, tales como la búsqueda de apoyo social, resolver el problema, esforzarse y tener éxito, apoyo espiritual, fijarse en lo positivo, ayuda profesional y distracción física.

Según el CONSEP (2011), a través del Sistema de Vigilancia Integral para la Prevención de Drogas SEVIP, investigaron que la edad promedio de inicio del consumo se sitúa para los hombres en los 16.2 años de edad y para las mujeres en los 17.0 años.

Además Ecuador internacionalmente está considerado como un país de tránsito y entro de acopio de Sustancias Psicoactivas o Drogas y de Precursores químicos. En relación con el consumo de Sustancias Psicoactivas o drogas (demanda), hay que indicar que existen drogas denominadas lícitas (alcohol, tabaco, inhalantes, medicamentos) porque su comercialización está legalizada sin embargo la venta de alcohol y tabaco a menores de edad es prohibida e ilícitas (marihuana, cocaína entre otras), porque su producción, comercio, distribución, tráfico y demás acciones relacionadas son ilegales. (Ministerio de Educación y Cultura, 2010)

En la Provincia de Tungurahua según la Policía Judicial en el último año, un promedio de dos personas por mes se suicidan por causas económicas y familiares, siendo uno de ellos un adolescente. Sobre este problema el Instituto Nacional de Estadísticas y Censos en el 2010 registró 47 suicidios y 55 en el 2012 con tendencia a aumentar. Entre las drogas más ofrecidas en la provincia de Tungurahua están el alcohol y el cigarrillo con el 20,6%; marihuana, 18,7%; cocaína, con el 6,4%; y, éxtasis, 2,6%, 5 según datos del Consejo Nacional de Sustancias Estupefacientes y Psicotrópicas (CONSEP, 2011).

Las conductas autodestructivas como son el caso de la autoflagelación, gestos suicidas, Consumo de alcohol o cigarrillo son desórdenes mentales que manifiestan varios adolescentes hoy en día, los que son considerados como un maltrato hacia uno mismo. Dichos comportamientos son el resultado de las fluctuaciones en el estado de ánimo de los adolescentes, según el Ministerio de Salud Pública, en su notificación de Enero-Septiembre del 2012 de enfermedades de vigilancia epidemiológica en la ciudad de Ambato, los nuevos casos confirmados en consulta externa y emergencia reportan los siguientes datos en los adolescentes de 15 a 19 años los cuales de un total de 107 adolescentes 63 presentan un Trastorno de Ansiedad, posteriormente 66 jóvenes muestran Depresión de una población de 109 sujetos. En lo que se refiere a intentos de

suicidio han acudido 7 adolescentes en el periodo de enero a septiembre del 2012 de los cuales 2 han sido consumados. (Ministerio de Salud Pública, Enero-Septiembre 2012)

1.2.2 Análisis Crítico.

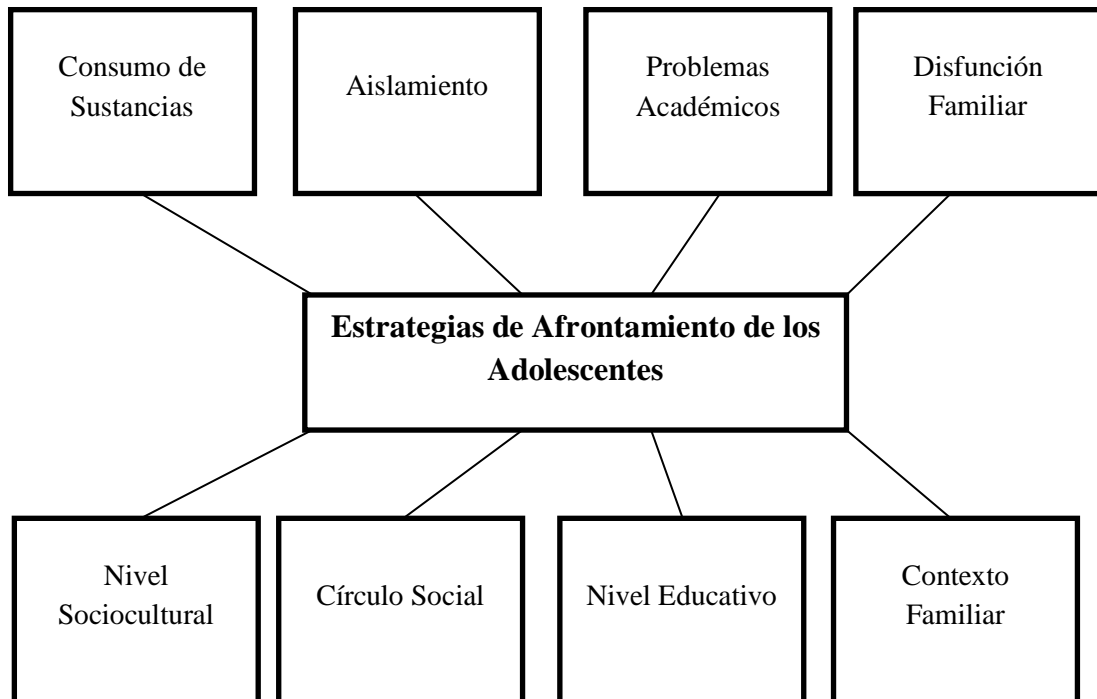


Gráfico 1: Árbol de Problemas

Elaborado por: Mayra German

Fuente: Investigación de Campo

Los adolescentes en la actualidad debido a su nivel sociocultural, su nivel educativo e incluso a sus amistades ante ciertas circunstancias de su vida diaria pueden generar ciertas conductas desadaptativas, que no son propias de las estrategias de afrontamiento que conocen un ejemplo de estas podría ser ante una dificultad familiar, prefieren refugiarse en el consumo de alcohol o de alguna sustancia antes de conversar con las personas implicadas en la dificultad anteriormente planteada, teniendo el conocimiento adecuado para resolverlo de la mejor manera, manifiestan muchas veces “Sabemos que no es lo correcto, pero es lo más fácil por eso preferimos hacerlo”. Muchas veces las consecuencias de este tipo de conductas le llevan a disminuir de manera considerable su rendimiento

académico de tal manera que origina inconvenientes a nivel escolar, no solamente con sus compañeros sino también con profesores y por ende también en las relaciones con sus padres y hermanos debido a la preocupación de estos por sus calificaciones. Otra de las consecuencias es la desadaptación en el ambiente ya que ciertas conductas generan conflictos relacionales en este caso más centrados en el círculo social y en su ambiente familiar debido a que en esta se encuentran las personas con las que más confianza tienen, por último pero una de las más importantes consecuencias de reaccionar con estrategias de afrontamiento inadecuadas es el desarrollo de trastornos de ansiedad y depresión llevándolos incluso a presentar no solo conductas desadaptativas como mal humor o apatía sino conductas autodestructivas que lo lleven incluso a perder la vida razones por las cuales es necesario verificar como son sus reacciones y estrategias de afrontamiento y como a nivel psicológico se puede mejorarlas.

1.2.3 Prognosis

El analizar cada una de las estrategias de afrontamiento y las conductas desadaptativas que presentan los adolescentes es un problema que no se ha analizado mucho debido a la falta información y de interés por parte los profesionales en salud mental.

Cada personalidad tiene una serie de características que la componen pero en especial existen ciertos rasgos que Cattell expone como 16 Factores de personalidad los cuales definen e identifican a una persona tanto en su manera de ser como en su manera de actuar ante ciertos eventos determinados y generar conductas desadaptativas, razón por la cual es de mi interés descubrir qué estrategia de afrontamiento es la más utilizada y cuál es su mayor incidencia en la población que he escogido como son los adolescentes de los Segundos años de Bachillerato de las instituciones educativas urbano-fiscales del Distrito 1 Parroquia la Merced de la Ciudad de Ambato. Los cuales comprenden las unidades educativas Mayores: “Ambato”, “Neptalí Sancho Jaramillo”. A fin de que al culminar mi investigación se pueda incentivar una propuesta de vinculación con la comunidad y de esta manera enseñar estrategias de afrontamiento y mejorar

las que existen ya, según los factores predominantes de los adolescentes anteriormente mencionados y las conductas desadaptativas que cada uno presenta.

1.2.4 Formulación del problema

¿Cuáles son las estrategias de afrontamiento de los adolescentes que presentan conductas desadaptativas en los segundos años de bachillerato de las instituciones educativas urbano-fiscales del distrito 1 parroquia la merced de la ciudad de Ambato durante el periodo 2013-2014?

1.2.5 Preguntas Directrices.

¿Cuáles son las estrategias de afrontamiento más utilizadas por los adolescentes?

¿Cuáles son las conductas desadaptativas más frecuentes en los adolescentes?

¿Cuáles son las estrategias de afrontamiento frente a las conductas desadaptativas de los adolescentes?

1.2.6 Delimitación

1.2.6.1 Delimitación del contenido

Campo: Desarrollo Evolutivo del Adolescente.

Área: Funciones Cognitivas

Aspecto: Estrategias de Afrontamiento y Conductas Desadaptativas

1.2.6.2 Delimitación espacial.

La investigación se llevara a cabo en las Instituciones Educativas urbano-fiscales del Distrito 1 Parroquia la Merced de la Ciudad de Ambato. Los cuales comprenden:

- Unidad Educativa Mayor “Ambato”.
- Unidad Educativa Neptalí Sancho Jaramillo.

1.2.6.3 Delimitación temporal

Se considera que este proyecto de investigación se realizará desde Abril 2014-diciembre 2014

1.3 JUSTIFICACIÓN

El estudio de los adolescentes en general es un tabú en nuestra sociedad debido a que tenemos la creencia de que esta es la etapa más difícil de trabajar del ser humano, a mi parecer la adolescencia es una etapa muy hermosa sobre todo para trabajar a nivel psicológico, debido a que los jóvenes se están formando, sus ideas y creencias no están implantadas de manera cerrada sino que están prestas para ser moldeadas y corregidas de ser necesario razón por la cual es de mi interés investigar acerca de las estrategias de afrontamiento de los adolescentes que están generando conductas desadaptativas debido a que hay varias quejas por parte de los padres, los profesores, e incluso de los mismos compañeros de que los adolescentes están comportándose de una manera poco adecuada o incluso están violentando las normas impuestas, esta investigación servirá tanto al ministerio de Salud como al ministerio de Educación ya que será un forma de contribuir con la sociedad para mejorar el ambiente educativo en el que se desarrollan los adolescentes y permitirá con una propuesta de mejorar o entrenarlos en el conocimiento de estrategias de afrontamiento un mejor desenvolvimiento en salud mental.

La información adquirida en este trabajo de investigación estará a disposición tanto de docentes como estudiantes de la carrera de psicología clínica de las diferentes universidades como para los docentes y estudiantes de las instituciones educativas donde se llevara a cabo la ejecución de estos proyectos.

Es una propuesta factible gracias a la apertura de las diferentes autoridades de la institución y a la apretura que los mismos estudiantes han tomado para mejorar sus relaciones tanto interpersonales como estudiantiles y profesionales.

1.4 OBJETIVOS

1.4.1 Objetivo General.

Determinar cuáles son las estrategias de afrontamiento de los adolescentes que presentan conductas desadaptativas en los Segundos años de Bachillerato de las Instituciones Educativas Urbano Fiscales del Distrito 1 Parroquia la Merced de la ciudad de Ambato.

1.4.2 Objetivos Específicos.

- Enumerar las estrategias de afrontamiento más utilizadas por los adolescentes en la actualidad.
- Indagar las conductas desadaptativas más frecuentes en los adolescentes de los segundos años de Bachillerato.
- Elaborar una propuesta de solución enfocada al problema de investigación.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 ANTEDECENTES INVESTIGATIVOS

Realizando una investigación por las diferentes universidades que ofertan la carrera de Psicología Clínica, se encontraron algunas investigaciones que participan y colaboran con el aporte investigativo del presente trabajo.

- TÍTULO: “Niveles de autoestima y su relación con estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes de primer año de bachillerato de los centros educativos fiscales de la parroquia Celiano Monge del cantón Ambato durante el año lectivo 2012-2013”

AUTORES: GALARZA, Álvaro

INSTITUCIÓN Y AÑO: Universidad Técnica de Ambato 2012-2013

Menciona que tanto el autoestima como las estrategias de afrontamiento al estrés en adolescentes son factores de vital importancia para evitar conductas autodestructivas y nocivas para los mismos como conclusión indica que existe relación directa entre los elementos autoestima y estrategias de afrontamiento al estrés, la mayoría de la población utilizada que presentaron autoestima alta a su vez muestran con mayor frecuencia recurrir a estrategias de afrontamiento al estrés basadas en el problema, mientras que el resto de la población que obtuvo como resultado autoestima baja a su vez presentan estrategias ineficaces de afrontamiento al estrés.

- TÍTULO: “Estilos de afrontamiento en adolescentes y su relación con la presencia de estrés y malestar emocional”.

AUTORES: Barcelata Blanca E., García Estela y Lucio, Gómez Emilia

INSTITUCIÓN Y AÑO: Clínicas Multidisciplinarias de la FES-Zaragoza, México - Iztapalapa. 2013

La investigación llevada a cabo con una población de una edad promedio de 14.2 años, de ambos sexos, la mayoría de ellos de segundo de secundaria, tuvo como objetivo identificar las estrategias de afrontamiento que utilizan los adolescentes con problemas emocionales, esta concluye que las estrategias de afrontamiento más utilizadas son la evitación misma que se halla principalmente relacionada con el malestar emocional y el desarrollo de conductas de riesgo; así como la búsqueda de apoyo social, considerando a la última como reforzador de problemas escolares y familiares. Además sugiere la necesidad de desarrollar programas de intervención encaminados a la promoción de estrategias de afrontamiento activas y efectivas para el manejo oportuno de las preocupaciones y estrés.

La población con la que se llevó a cabo la investigación se relaciona inmediatamente con la muestra de estudio, se resalta la importancia de brindar atención primaria y evitar consecuencias como el malestar emocional que interfieran con el normal desenvolvimiento de los adolescentes en su cotidiano vivir.

- TÍTULO: “Estrategias de afrontamiento en el inicio de la adolescencia y su relación con el consumo de drogas y la conducta problemática”

AUTORES: José Antonio Gómez-Fraguela; Ángeles Luengo-Martín; Estrella Romero-Triñanes; Paula Villar-Torres; Jorge Sobral-Fernández.

INSTITUCIÓN Y AÑO: Universidad de Santiago de Compostela; España. Institutos de Santiago de Compostela matriculados en el primer ciclo de la Educación Secundaria Obligatoria. 2006

Las estrategias de afrontamiento de una muestra de adolescentes con edad media de 12,5 que se emplean con mayor frecuencia son la evitación de problemas y la distracción, a quienes le siguen la búsqueda de apoyo social y la actitud optimista, frente a las dificultades, los resultados de la investigación hacen una notable diferencia entre la tendencia en las mujeres a desafiar los problemas y la de los varones a despreocuparse además de pretender resolver sus circunstancias estresoras por sí mismos.

En definitiva este estudio permite notar la clara diferencia entre las estrategias empleadas en la adolescencia temprana y tardía, así como la manera de afrontar las situaciones entre hombres y mujeres, comprobando además que “ciertas estrategias de afrontamiento parecen actuar como factores de protección del inicio de consumo de drogas y de la implicación en actos antisociales mientras otras parecen favorecer la aparición de estas conductas”; por lo que investigar esta variable en nuestro medio se hace significativo sobre todo al poder intervenir de manera más eficaz como agentes promotores de bienestar y mucho más de la salud mental.

En la Universidad de Buenos Aires, 2006 el trabajo de investigación “Estrategias de afrontamiento (coping) en adolescentes embarazadas escolarizadas” Mora, M. “Desde un enfoque preventivo, la identificación de las estrategias de afrontamiento con que cuenta el adolescente, nos llevan a considerar los recursos que disponen estos y que funcionan como factores protectores de su salud.” Lo cual denota la importancia preventiva del diagnóstico de Estrategias de afrontamiento como elemento fundamental protector de la salud.

En el trabajo investigativo realizado por Vetere y otros (2011) en la ciudad autónoma de Buenos Aires “La preocupación como estrategia de afrontamiento en pacientes con trastornos de ansiedad generalizada”. Se enmarca un proyecto UBACyT sobre conductas de afrontamiento en trastornos de ansiedad. Se muestran los resultados de una revisión bibliográfica sobre la utilización de la preocupación como estrategia de afrontamiento en pacientes con trastorno de ansiedad generalizada. El método utilizado consistió en una búsqueda de los trabajos disponibles en las bases de datos PubMed, Scielo, Lilacs y Ebsco

utilizando como palabras clave afrontamiento, ansiedad generalizada y preocupación. Y llegaron a la conclusión que En síntesis, la preocupación sería utilizada por los pacientes con TAG como estrategia de afrontamiento en dos sentidos diferentes: como búsqueda de soluciones a posibles problemas futuros y como evitación de imágenes mentales cargadas de afecto negativo.

Los estudios sobre el afrontamiento han sido realizados en distintos ámbitos, hallándose en varias investigaciones abordadas particularmente con adolescentes, una presunta relación entre el bienestar y el afrontamiento, (González Barrón, , Casullo y Bernabéu, 2002; Casullo y Castro Solano, 2000; Casullo y col., 2002; Figueroa, Contini, Lancuza, Levín y Estévez, 2005; Salotti, 2006). Otros estudios vinculan ambos factores a rendimiento académico (Chavez Uribe, 2006).

Los y las adolescentes se enfrentan diariamente en el mundo del estudio a diversas situaciones que resultan estresantes e incluso deprimentes que exigen de ellos pensar y actuar con rapidez para resolverlas. Estos pensamientos y actos concretos que los y las adolescentes realizan para lograr adaptarse a las situaciones conflictivas son las denominadas estrategias de afrontamiento, las cuales serán generales o específicas, según lo amerite la situación. Si bien existe un estilo de afrontamiento básico, los sujetos construyen mediante el contacto con el mundo que los rodea, estrategias de afrontamiento más complejas (Fernández-Abascal, 1997).

Las investigaciones realizadas por Frydenberg y Lewis (1996) permitieron identificar dieciocho estrategias generales de afrontamiento que son puestas en escena por los sujetos ante situaciones desgastantes. Algunas de ellas están más bien orientadas a la acción concreta y otras, no tan efectivas, se centran en los estados emocionales (Lazarus y Folkman, 1986; Lazarus, 2000). Podemos distinguir así, dos grupos de estrategias: las estrategias centradas en la acción que permiten la resolución de los problemas y las estrategias centradas en la emoción, en las que los sujetos además de enfrentarse al problema, deben regular sus emociones y disminuir los efectos angustiantes de la situación.

Los estilos de afrontamiento son aquellas predisposiciones personales para hacer frente a diversas situaciones y son los que determinarán el uso de ciertas estrategias de afrontamiento, así como su estabilidad temporal y situacional. Por su parte las estrategias de afrontamiento son los procesos concretos y específicos que se utilizan en cada contexto y pueden ser cambiantes dependiendo de las condiciones desencadenantes (Solís y Vidal, 2006).

En el adolescente las estrategias de afrontamiento se desarrollan a partir de las demandas que exige el entorno, las cuales pueden ser relacionadas tanto con el medio familiar y escolar (o vocacional) como en lo personal. Este adolescente en particular evaluará si las estrategias que utiliza son las adecuadas o si son las más eficaces, es decir, las que tienen mayor efectividad al responder objetivamente al problema (Cruz, 2000).

Algunos expertos en adolescencia (Arnett, 1992; Frydenberg, 1997; Irwing, 1990) señalan que muchas conductas de riesgo como el consumo de drogas y alcohol, promiscuidad sexual, violencia y alteraciones en la alimentación responden a la incapacidad de algunos adolescentes para afrontar sus preocupaciones, o bien, como una forma no adecuada de afrontarlos. La naturaleza de las principales preocupaciones de los adolescentes se han clasificado en globales (temas de naturaleza social) y personales (realidad inmediata del individuo), así como enfocadas al problemas y orientadas a la evitación (Seiffge-Krenke, 1998), las primeras consideradas como activas y eficaces y las segundas como pasivas y no eficaces.

2.2 FUNDAMENTACIÓN

2.2.1 FUNDAMENTACIÓN FILOSÓFICA

La investigación se guiará en el paradigma crítico – propositivo cuya finalidad es la comprensión del problema, la identificación de potencialidades de cambio y el logro de una transformación en el ámbito familiar, personal y social considerando la realidad actual en la que vive un adolescente que presentan conductas desadaptativas además es importante mencionar que las estrategias de afrontamiento de los adolescentes involucra flexibilidad, apertura y participación por tanto puede ser renovada con el tiempo, convirtiéndose en un proceso espiral, pero dinámico en donde se anulan las verdades absolutas, ya que proporciona la construcción de múltiples realidades, a través de la interacción directa entre investigador y objeto de estudio, sin dejar de lado o menospreciar los valores que dichos elementos puedan poseer..

El diseño de la investigación es participativo, abierto y flexible al cambio cuantas veces sea necesario. Se utilizará para su ejecución tanto técnicas cuantitativas como la formulación de instrumentos para la recolección y procesamiento de la información requerida, así como también técnicas cualitativas.

2.2.2 FUNDAMENTACIÓN LEGAL

CONSTITUCIÓN DEL ECUADOR

ASAMBLEA NACIONAL

SECCIÓN SEGUNDA

Jóvenes

Art. 39.- El Estado garantizará los derechos de las jóvenes y los jóvenes, y promoverá su efectivo ejercicio a través de políticas y programas, instituciones y

recursos que aseguren y mantengan de modo permanente su participación e inclusión en todos los ámbitos, en particular en los espacios del poder público. El Estado reconocerá a las jóvenes y los jóvenes como actores estratégicos del desarrollo del país, y les garantizará la educación, salud, vivienda, recreación, deporte, tiempo libre, libertad de expresión y asociación. El Estado fomentará su incorporación al trabajo en condiciones justas y dignas, con énfasis en la capacitación, la garantía de acceso al primer empleo y la promoción de sus habilidades de emprendimiento.

Sección quinta

Niñas, niños y adolescentes

Art. 44.- El Estado, la sociedad y la familia promoverán de forma prioritaria el desarrollo integral de las niñas, niños y adolescentes, y asegurarán el ejercicio pleno de sus derechos; se atenderá al principio de su interés superior y sus derechos prevalecerán sobre los de las demás personas. Las niñas, niños y adolescentes tendrán derecho a su desarrollo integral, entendido como proceso de crecimiento, maduración y despliegue de su intelecto y de sus capacidades, potencialidades y aspiraciones, en un entorno familiar, escolar, social y comunitario de afectividad y seguridad. Este entorno permitirá la satisfacción de sus necesidades sociales, afectivo-emocionales y culturales, con el apoyo de políticas intersectoriales nacionales y locales.

Art. 45.- Las niñas, niños y adolescentes gozarán de los derechos comunes del ser humano, además de los específicos de su edad. El Estado reconocerá y garantizará la vida, incluido el cuidado y protección desde la concepción. Las niñas, niños y adolescentes tienen derecho a la integridad física y psíquica; a su identidad, nombre y ciudadanía; a la salud integral y nutrición; a la educación y cultura, al deporte y recreación; a la seguridad social; a tener una familia y disfrutar de la convivencia familiar y comunitaria; a la participación social; al respeto de su libertad y dignidad; a ser consultados en los asuntos que les afecten; a educarse de manera prioritaria en su idioma y en los contextos culturales propios de sus

pueblos y nacionalidades; y a recibir información acerca de sus progenitores o familiares ausentes, salvo que fuera perjudicial para su bienestar. El Estado garantizará su libertad de expresión y asociación, el funcionamiento libre de los consejos estudiantiles y demás formas asociativas.

Art. 46.- El Estado adoptará, entre otras, las siguientes medidas que aseguren a las niñas, niños y adolescentes:

1. Atención a menores de seis años, que garantice su nutrición, salud, educación y cuidado diario en un marco de protección integral de sus derechos.
2. Protección especial contra cualquier tipo de explotación laboral o económica. Se prohíbe el trabajo de menores de quince años, y se implementarán políticas de erradicación progresiva del trabajo infantil. El trabajo de las adolescentes y los adolescentes será excepcional, y no podrá conculcar su derecho a la educación ni realizarse en situaciones nocivas o peligrosas para su salud o su desarrollo personal. Se respetará, reconocerá y respaldará su trabajo y las demás actividades siempre que no atenten a su formación y a su desarrollo integral.
3. Atención preferente para la plena integración social de quienes tengan discapacidad. El Estado garantizará su incorporación en el sistema de educación regular y en la sociedad.
4. Protección y atención contra todo tipo de violencia, maltrato, explotación sexual o de cualquier otra índole, o contra la negligencia que provoque tales situaciones.
5. Prevención contra el uso de estupefacientes o psicotrópicos y el consumo de bebidas alcohólicas y otras sustancias nocivas para su salud y desarrollo.
6. Atención prioritaria en caso de desastres, conflictos armados y todo tipo de emergencias.
7. Protección frente a la influencia de programas o mensajes, difundidos a través de cualquier medio, que promuevan la violencia, o la discriminación racial o de género. Las políticas públicas de comunicación priorizarán su educación y el

respeto a sus derechos de imagen, integridad y los demás específicos de su edad. Se establecerán limitaciones y sanciones para hacer efectivos estos derechos.

8. Protección y asistencia especiales cuando la progenitora o el progenitor, o ambos, se encuentran privados de su libertad.

9. Protección, cuidado y asistencia especial cuando sufran enfermedades crónicas o degenerativas.

CÓDIGO DE LA NIÑEZ Y DE LA ADOLESCENCIA

Art. 20.- Derecho a la Vida.- Los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a la vida desde su concepción. Es obligación del Estado, la sociedad y la familia asegurar por todos los medios a su alcance, su supervivencia y desarrollo.

Se prohíben los experimentos y manipulaciones médicas y genéticas desde la fecundación del óvulo hasta el nacimiento de niños, niñas y adolescentes; y la utilización de cualquier técnica o práctica que ponga en peligro su vida o afecte su integridad o desarrollo integral.

Art. 26.- Derecho a una vida digna.- Los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a una vida digna, que les permita disfrutar de las condiciones socioeconómicas necesarias para su desarrollo integral.

Este derecho incluye aquellas prestaciones que aseguren una alimentación nutritiva, equilibrada y suficiente, recreación y juego, acceso a los servicios de salud, a educación de calidad, vestuario adecuado, vivienda segura, higiénica y dotada de los servicios básicos.

Para el caso de los niños, niñas y adolescentes con discapacidades, el Estado y las instituciones que las atienden deberán garantizar las condiciones, ayudas técnicas y eliminación de barreras arquitectónicas para la comunicación y transporte.

Art. 27.- Derecho a la Salud.- los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a disfrutar del más alto nivel de salud física, mental, psicológica y sexual. El derecho a la salud de los niños, niñas y adolescentes comprende:

1. Acceso gratuito a los programas y acciones de salud públicos, a una nutrición adecuada y a un ambiente saludable;
2. Acceso permanente e ininterrumpido a los servicios de salud públicos, para la prevención, tratamientos de las enfermedades y la rehabilitación de la salud.
5. Información sobre su estado de salud, de acuerdo al nivel evolutivo del niño, niña o adolescente;
6. Información y educación sobre los principios básicos de prevención en materia de salud, saneamiento ambiental, primeros auxilios;
8. El vivir y desarrollarse en un ambiente estable y afectivo que les permitan un adecuado desarrollo emocional;
9. El acceso a servicios que fortalezcan el vínculo afectivo entre el niño o niña y su madre y padre.

Se prohíbe la venta de estupefacientes, sustancias psicotrópicas y otras que puedan producir adicción, bebidas alcohólicas, pegamentos industriales, tabaco, armas de fuego y explosivos de cualquier clase, a niños, niñas y adolescentes.

Art. 29.- Obligaciones de los progenitores.- Corresponde a los progenitores y demás personas encargadas del cuidado de los niños, niñas y adolescentes, brindar la atención de salud que esté a su alcance y asegurar el cumplimiento de las prescripciones, controles y disposiciones médicas y de salubridad.

Art. 32.- Derecho a un medio ambiente sano.- Todos los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a vivir en un ambiente sano, equilibrado y libre de contaminación, que garantice su salud, seguridad alimentaria y desarrollo integral.

Art. 38.- Objetivos de los programas de educación.- La educación básica y media asegurarán los conocimientos, valores y actitudes indispensables para:

a) Desarrollar la personalidad, las aptitudes y la capacidad mental y física del niño, niña y adolescente hasta su máximo potencial, en un entorno lúdico y afectivo;

b) Promover y practicar la paz, el respeto a los derechos humanos y libertades fundamentales, la no discriminación, la tolerancia, la valoración de las diversidades, la participación, el diálogo, la autonomía y la cooperación

Art. 45.- Derecho a la información.- Los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a buscar y escoger información; y a utilizar los diferentes medios y fuentes de comunicación, con las limitaciones establecidas en la ley y aquellas que se derivan del ejercicio de la patria potestad.

Art. 78.- Derecho a la protección contra otras formas de abuso.- Los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a que se les brinde protección contra:

1) El consumo y uso indebido de bebidas alcohólicas, tabaco, estupefacientes y sustancias psicotrópicas;

2) La participación en la producción, comercialización y publicidad de las sustancias y objetos a que se refieren los numerales 1 y 3.

3) El uso de armas, explosivos y sustancias que pongan en riesgo su vida o su integridad personal

4) La exposición pública de sus enfermedades o discapacidades orgánicas o funcionales, para la obtención de beneficios económicos; y,

5) La inducción a los juegos de azar.

Art. 96.- Naturaleza de la relación familiar.- la familia es el núcleo básico de la formación social y el medio natural y necesario para el desarrollo integral de sus miembros, principalmente de los niños, niñas y adolescentes. Recibe el apoyo y protección del Estado a efecto de cada uno de sus integrantes pueda ejercer plenamente sus derechos y asumir sus deberes y responsabilidades.

2.2.3 FUNDAMENTACIÓN PSICOLÓGICA

La presente investigación se realizara con un enfoque Cognitivo- Conductual ya que tratara de enfocarse en las primeras formas de pensamiento ante una situación para saber cómo enfrentarse a ella y las conductas operantes resultantes de las mismas, comprendiendo a los adolescente desde su estructura cognitiva, sus pensamientos automáticos y como estos se convierten en creencias que influyen e interacciones directa e indirectamente con las emociones y la conducta.

Es importante añadir que los adolescentes desde su nacimiento y a lo largo de su infancia han ido desarrollando esquemas cognitivos previos, los cuales dan la pauta para reaccionar ante un estímulo estresante y determinará las estrategias que el adolescente utilizara para enfrentarse a determinada situación, y modificara, reforzara e incluso eliminara ciertas conductas que adapten o incluso desadapten a los jóvenes.

Para definir las formas de afrontamiento de los adolescentes se estudiará el aporte de los autores de la Teoría de Afrontamiento al Estrés: Lazarus y Folkman quienes nos presentan ocho maneras diferentes basadas en la emoción y en el problema para hacer frente a una situación o situaciones estresantes y conflictivas.

En segundo lugar se tomara en cuenta el esquema conductual de un individuo, describiendo así los dos principales modos de aprendizaje, con el fin de descubrir cómo ha sido en los adolescentes y como los modelos crean conductas que pueden generar consecuencias favorables o desfavorables para los jóvenes según la situación que estén afrontando.

Finalmente, la corriente cognitivo conductual servirá también como base para el planteamiento de la propuesta como alternativa de solución a la problemática de estudio, ya que mediante ésta se busca la reestructuración cognitiva a pensamientos adaptativos y por ende el manejo adecuado de sus emociones y conductas apropiadas y productivas para su eficaz y eficiente desarrollo y crecimiento en una etapa de cambios e inestabilidad, de acuerdo al nivel de preocupación y dimensión específica del duelo normativo.

2.3 FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

2.3.1 Categorías fundamentales.

Cabe recalcar que para el estudio de las dos variables expuestas en mi investigación es necesario también conocer de donde provienen y en que ámbitos se encuentran desarrollados con el fin de tener una mayor amplitud para el mejor manejo de las mismas y la mayor cantidad de información para ser utilizada en nuestro medio como una propuesta útil y de fácil acceso para los profesionales y profesionales de la carrera.

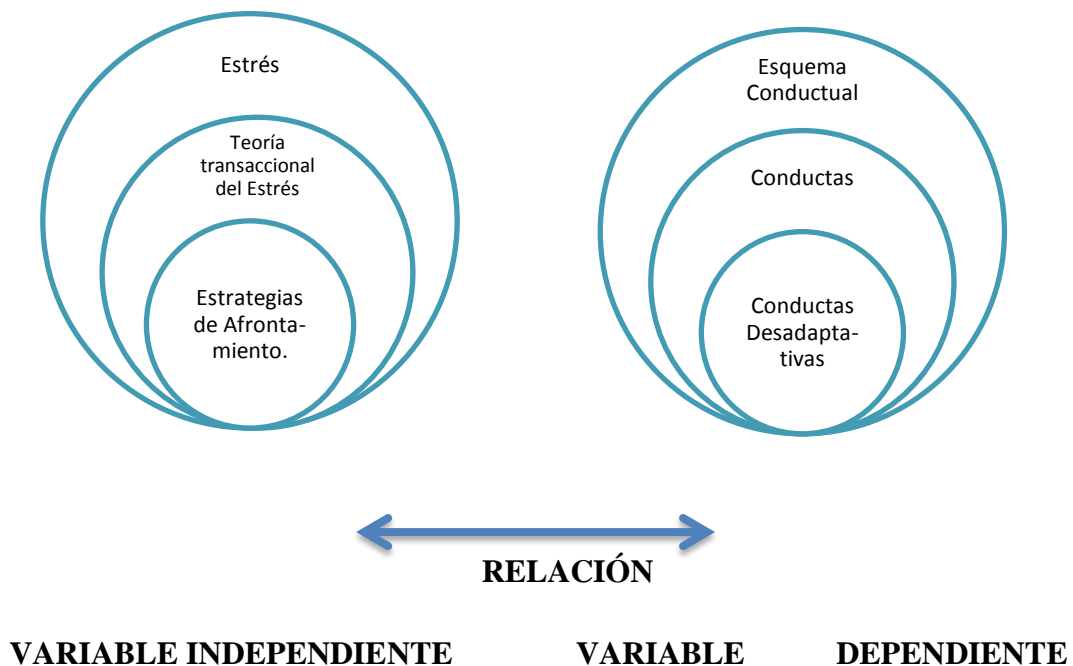


Gráfico 2: Categorías Fundamentales

Elaborado por: Mayra German

Fuente: Investigación de Campo

2.3.2 MARCO TEÓRICO

Variable Independiente

Estrategias de Afrontamiento

Estrés

Utilizada inicialmente por la lengua inglés stress, es en 1911 que se utiliza por primera vez en el ámbito científico por el fisiólogo Walter Cannon el cual accidentalmente descubre la influencia de factores emocionales en la secreción de adrenalina, el cual a lo largo de 20 años estudió la respuesta básica del organismo a toda situación percibida como peligrosa, y en la que desempeña un cometido esencial la liberación de catecolaminas, describiendo al estrés como causa del respuesta fisiológica.

El fisiólogo canadiense Hans Selye (1956 o 1926) conocido como padre del estrés es quien introduce el término a la psicología dándole como definición al conjunto de reacciones fisiológicas inexactas en el individuo como por ejemplo: dolores de cabeza, insomnio, indigestión, palpitaciones rápidas, nerviosismo, etc. Ante factores perjudiciales provenientes del ambiente que rodea al individuo o del interior del mismo sean estos físicos, químicos o emocionales. Describiendo al estrés al como un respuesta del individuo.

Al haber descrito el concepto de estrés fisiológico es en 1962 que Engel define al estrés psicológico de la siguiente manera:

Todo proceso, originado tanto en el ambiente exterior como en el interior de la persona, implica un apremio o exigencia sobre el organismo, y cuya resolución o manejo requiere el esfuerzo de los mecanismos psicológicos de defensa, antes de que sea activado ningún otro sistema.

También podemos tomar en cuenta las definiciones que han propuesto otros organismos e instituciones al respecto, la OMS define el estrés como el “conjunto de reacciones fisiológicas que prepara al organismo para la acción”,

dejando ver el objetivo de la reacción de estrés, como aquella alarma biológica que predispone al individuo para dar una respuesta conductual, sin embargo esta definición deja a un lado el estresor o la situación amenazante para la persona. A diferencia de la definición que da el Colegio Oficial de Psicólogos de España (COP) que lo puntualizan como un proceso, reconoce la influencia del estresor en la persona y el cuestionamiento de sus recursos individuales frente a modificaciones o cambios que demandan un sobre esfuerzo, por lo que hacen notar el impacto de riesgo sobre la salud y bienestar del ser humano; se trata en realidad de una aclaración más integral sobre el concepto, literalmente lo definen como un

“proceso que se pone en marcha cuando una persona percibe una situación o acontecimiento como amenazante o desbordante de sus recursos. A menudo los hechos que lo ponen en marcha son los que están relacionados con cambios, exigen del individuo un sobreesfuerzo y por tanto ponen en peligro su bienestar personal”.

Es entonces que encontramos que el estrés puede aparecer relacionado con algunos elementos lo cuales pueden ser: afectos, sentimientos, emociones, y no sólo cogniciones, por lo que generalmente no se da ante situaciones irrelevantes o pasajeras sino ante situaciones más permanentes y amenazantes. Por lo que podemos deducir que no solo se da en situaciones desagradables y es totalmente negativo, sino que existe una parte agradable y grata de esta reacción.

Selye reconoció dos tipos de estrés el primero positivo llamado eustrés y el negativo o que produce y descontrol denominado distrés.

Gutiérrez, (1998) propone:

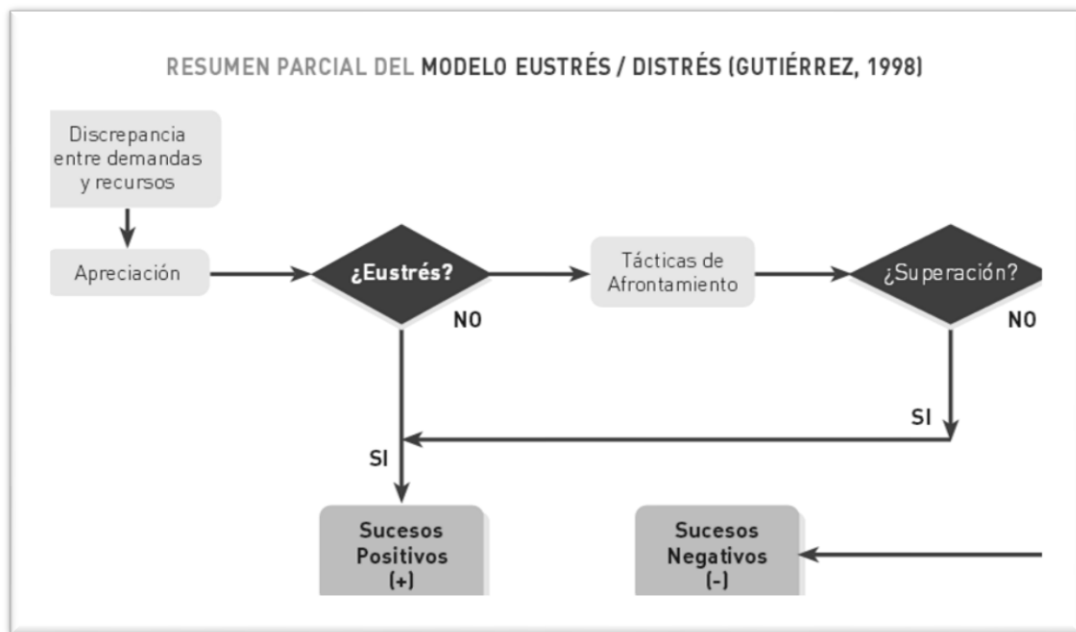


Gráfico 3: Modelo Eustrés/Distrés Gutiérrez

Elaborado por: Gutiérrez (1998)

Fuente: Investigación de Campo

La situación desafiante puede provocar dos tipos de reacción, la primera posibilidad de que la experiencia sea de Eustrés es decir, aquella situación en la que el individuo tiene la seguridad de ser capaz de encargarse de las demandas del ambiente debido al control del mismo. Y guardarlos en su memoria como sucesos positivos que permiten crecimiento.

La segunda posibilidad es de una experiencia de Distrés en donde nuestra apreciación de la situación demandante nos hace pensar que esta puede superarnos a pesar de nuestros esfuerzos. Es en ese preciso momento donde utilizamos activamente nuestro sistema de estrategias de afrontamiento con el fin de superar la experiencia demandante en caso de lograrlo repetimos el proceso de almacenamiento en la memoria, mientras que en caso de no hacerlo lo almacenamos con un suceso negativo, que detiene el crecimiento personal.

Gracias a las investigaciones científicas del Instituto Canadiense de Estrés (2007), menciona que existen seis tipos de estrés, entendiéndose como tipo de estrés al patrón de comportamiento ineficaz en la resolución del evento estresante. Por lo

tanto menciona la manera más concreta en la que la persona es más sensible o vulnerable al estrés. Los cuales son:

1. El Loco Acelerado: caracterizado por un sobre esfuerzo independientemente de su importancia, verborrea, fatiga después de intenso esfuerzo.
2. El Señor Preocupación: se preocupa pero no considera resultados productivos, recuperación lenta a situaciones altamente estresantes, somatización.
3. Él Va en Picado: vive al límite, sobre abusa, hábitos adictivos, utiliza medicación para disminuir la ansiedad y las molestias médicas.
4. El A la Deriva: desgasta su energía con facilidad, suele sentirse insatisfecho, en falta, se siente imposibilitado y no halla su ideal como ser humano.
5. El Solitario: suele sentirse solo y mantiene dificultades interpersonales, manifiesta sociabilidad aparente, muestra un patrón de desconfianza y desadaptación social.
6. El Debilucho: la persona tiene constantes crisis de energía que se desvanece tras el medio día, somatiza y se deprime en ocasiones, se siente sobrecargado por sobre predisposición.

Cabe recalcar que para que exista el estrés es necesario que existan factores que lo provoquen, los cuales denominaremos estresores. Varios autores los definen como cualquier estímulo externo o interno que desestabilice la homeostasis del individuo, para describirlos me centrare especialmente en dos autores los cuales serán:

McGrath (1976) que habla de seis aspectos principales que provocan estrés.

- La tarea: las condiciones del trabajo y la sobrecarga del mismo.
- Los Roles: ambigüedad del rol, conflicto de roles, responsabilidad del mismo u otros.

- Contexto comportamental: Relaciones con los miembros del grupo.
- Entorno Físico: la falta de seguridad en el trabajo y un estado de incongruencia o falta de equidad en el mismo.
- Entorno Social y las relaciones interpersonales: falta de participación en la toma de decisiones, las restricciones de la conducta.
- Fuentes de estrés extra-organizacionales: Los problemas familiares, las crisis personales, problemas económicos, creencias personales.

Lazarus, (1986) quien menciona que existen cuatro tipos de desencadenantes del estrés:

- Estresores únicos: los que hacen referencia a catástrofes y cambios dramáticos en las condiciones del entorno de las personas por ejemplo un terremoto, maremoto, etc.
- Estresores múltiples: menciona acontecimientos que pueden hallarse fuera del control de un individuo, como la muerte de un ser querido, una amenaza a la propia vida, una enfermedad incapacitante, etc.
- Estresores cotidianos: los cuales hacen referencia a pequeñas situaciones que pueden perturbar en un momento dado, alteraciones de rutina, como atascarse en el tráfico o atrasarse al trabajo, etc.
- Estresores biogénicos: aquellos que actúan directamente sobre el organismo desencadenando la respuesta de estrés, se dividen en: Exógeno y Endógeno.

Teoría Transaccional del Estrés

Según Richard Lazarus (1986), el estrés es un proceso de doble vía; que implica la producción de factores de estrés por parte del ambiente y la respuesta de una persona sometida a estos factores, es decir que el estrés no es una propiedad de la persona o del ambiente, sino que surge ante la evaluación de amenaza entre un tipo de persona y de un ambiente particular (Brief & George, 1995).

Lazarus y Folkman (1986) mencionan además que el estrés representa un problema en gran medida individual, ya que está influyendo dos ámbitos importantes del ser humano el psicológico y el fisiológico, pero también es considerado un problema colectivo, debido a la interrelación de los humanos en la sociedad.

El pilar fundamental de esta teoría, es que a pesar de que las personas comparten exigencias similares, éstas se traducen como estresores para el individuo de acuerdo a su particular evaluación cognitiva, es decir que si algunos individuos perciben algunos estímulos como amenazantes, otros los perciben como oportunidades.

Este estudio se basa en fundamentos de la psicología cognitiva, ya que sus conceptos centrales son la evaluación cognitiva y el afrontamiento.

Estos autores mencionan que la interacción individuo- ambiente están interconectados entre sí por una conexión biológica única es decir que los factores individuales como los sociales influyen en la evaluación que el individuo hace sobre las situaciones y el significado que les da, de acuerdo a la teoría. Los conceptos de estrés y afrontamiento son dinámicos, es decir, el ajuste entre el individuo y el entorno cambia de manera constante, de un momento a otro y de una ocasión a otra, dadas las múltiples formas de influencia social. "A su vez, un sistema social que no sirva para que el individuo se adapte está condenado al fracaso. La aptitud del individuo para enfrentar las demandas depende de los recursos culturales" (Lazarus & Folkman, 1986, pág.248).

Frese y Sabini (1985) explicaron a través de la teoría de acción, los pilares del concepto de afrontamiento como un proceso cognitivo. Señalaron que mediante la acción, los individuos obtienen conocimiento sobre el mundo, porque a través de la misma elaboran el entendimiento sobre las situaciones en las cuales actúan. La teoría de acción detalló la manera en que formamos acciones en ambientes específicos para lograr objetivos específicos. Estos autores/as incorporaron a la teoría dos modalidades de acción: manejar la emoción y manejar el problema. Lazarus y Folkman (1986) explican que las formas de afrontamiento dirigidas a la

emoción tienen más probabilidades de aparecer cuando el individuo evalúa la situación y determina que no puede hacer nada para modificar las condiciones lesivas, amenazantes o desafiantes. Este tipo de afrontamiento incluye estrategias como la evitación, la minimización, el distanciamiento, la atención selectiva, las comparaciones positivas y la extracción de valores positivos de los acontecimientos negativos.

Por otro lado, Lazarus y Folkman (1986) señalaron que las formas de afrontamiento dirigidas al problema, tienden a aparecer cuando el individuo percibe que puede cambiar el entorno. Como estrategia de afrontamiento dirigida al problema identifican la modificación de presiones ambientales, obstáculos, recursos y procedimientos, en vías de cambiar el entorno. Otras estrategias que proponen los autores/as para la modificación cognitiva son la reducción del nivel de aspiraciones, la búsqueda de canales de gratificación distintos, el desarrollo de nuevas pautas de conducta o el aprendizaje de recursos y procedimientos nuevos.

En términos generales, el afrontamiento propone la capacidad del individuo para cambiar su cognición o llevar a cabo acciones para cambiar el entorno. Lazarus y Folkman (1986) añadieron que los recursos o estrategias de afrontamiento pueden buscar la adaptación del individuo al entorno, pero esto no ocurre en todos los casos. Una vez el individuo evalúa la situación como estresante, decide la estrategia de afrontamiento que utilizará para manejar la situación (Sonnentag & Frese, 2003). El afrontamiento implica una modificación cognitiva y conductual que el individuo hace para manejar las exigencias cuando excede sus recursos personales (Brief & George, 1995). El afrontamiento es un proceso cambiante a través de la experiencia, es decir, cambian los pensamientos y actos a medida que se desarrolla la interacción. Este proceso de afrontamiento es uno de los supuestos de la psicología cognitiva conductual en torno al humano. Para que ocurra el afrontamiento, el individuo debe percatarse de que tiene los recursos necesarios para afrontar las exigencias del ambiente y actuar.

Podemos añadir también que los teóricos Lazarus y Folkman (1984) consideraron la salud y la energía como una de las fuentes importantes de afrontamiento, es decir que las personas fuertes y saludables pueden responder mejor a las

demandas externas e internas que las personas débiles, enfermas y cansadas, ya que se considera que dentro de estas resistencias aparecen las denominadas habilidades sociales, es decir aquella confianza que uno tiene en su propia capacidad de hacer que también otros individuos ayuden a resolver una situación puede constituir una importante fuente de manejo del estrés.

Por lo que podemos relacionarlo de manera muy íntima con el Apoyo social o la sensación de aceptación, afecto o valoración por parte de otras personas.

Estrategias De Afrontamiento.

Tomaremos la teoría de Afrontamiento de Lazarus y Folkman (1984) la cual menciona que la aparición del estrés y otras reacciones emocionales están mediatizadas por el proceso de valoración cognitiva que la persona realiza. En un primer momento, de las consecuencias que la situación tiene para el sujeto (valoración primaria) y, en un segundo momento, si esa situación tiene una significación de amenaza o desafío, el sujeto valora los recursos de los que dispone con el fin de evitar o reducir las consecuencias negativas de la situación (valoración secundaria).

La valoración secundaria constituye así la capacidad de afrontamiento (coping), entendiéndola a ésta como un proceso psicológico que se pone en marcha cuando la situación o el entorno resultan amenazantes.

Es entonces que a partir de estas conceptualizaciones Lazarus y Folkman (1984) definen al afrontamiento como “aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo” (p. 141).

Estos autores entienden que el afrontamiento constituye un proceso cambiante con fines de adaptación, en el que el sujeto y el contexto, junto con la intensidad emocional interactúan de manera permanente y señalan, además, que los individuos varían sus patrones de estrategias de afrontamiento en función del tipo

de problema a resolver, razón por la cual indagaremos la situación actual que viven nuestros adolescentes ante su conducta sea esta desadaptativa, y cuál es su forma de reaccionar ante la situación.

Los autores de esta teoría mencionan los siguientes tipos de Estrategias de Afrontamiento:

1. Confrontación: haciendo referencia a los esfuerzos del individuo para alterar la situación. Indica cierto grado de hostilidad y riesgo para él.
2. Planificación: es aquella que está dirigida a solucionar el problema.
3. Aceptación de la responsabilidad: Es la declaración del papel que tiene el individuo en el origen o mantenimiento del problema.
4. Distanciamiento: Son todos los esfuerzos que el sujeto ejecuta con el fin de alejarse del problema, evitando que éste le afecte al sujeto.
5. Autocontrol: esta estrategia implica los intentos que el sujeto hace por regular y controlar sus propios sentimientos, acciones y respuestas emocionales.
6. Re evaluación positiva: Hace referencia a la percepción de todos los posibles aspectos positivos que tiene una situación estresante.
7. Escape o evitación: Esta estrategia presenta dos niveles el conductual que hace referencia a conductas adictivas o acciones que no se realizaban antes de la situación estresante, pero también hace referencia al nivel cognitivo, a través de pensamientos irreales improductivos, es decir, desconocer el problema.
8. Búsqueda de apoyo social: Encaminada a todas las energías que el sujeto utiliza con el fin de solucionar el problema siempre y cuando cuente con ayuda de personas cercanas que ofrezcan consejos, información y apoyo.

Las dos primeras estrategias estarían centradas en el problema debido a que modifican el problema haciéndolo menos estresante; las cinco siguientes están centradas en la emoción y a la regulación de la misma, y la última estrategia se focaliza en ambas áreas.

En la adaptación del Inventario de Estrategias de Afrontamiento Cano García y colaboradores (2006) modifican estas estrategias de afrontamiento dándonos los siguientes Modelos de afrontamiento:

- Estrategia basada en el problema (control primario): intentar cambiar o controlar algún aspecto de quien sufre el estrés, o algún aspecto del ambiente.
- Estrategia basada en las emociones (control secundario o evitación): a veces lo prioritario es manejar o regular las emociones negativas asociadas al estresor.
- Manejo inadecuado basado en el problema:
- Manejo inadecuado basado en las emociones.

Las estrategias basadas en el problema se dividen en:

- Resolución de problemas: Estrategia que posee cuatro pasos que permitirán la solución del conflicto. Ver la situación como un problema a resolver, analizar requisitos necesarios, dividir la situación estresante en unidades más pequeñas, y solucionar el problema con un plan de acción.
- Restructuración cognitiva: Es toda evidencia confirmatoria o disconfirmatoria de pensamientos mediante diálogo socrático propio del individuo o con ayuda de un profesional. Consta de cuatro pasos que son: preparación para enfrentarse a la situación estresante, la confrontación con la misma con fin de controlar la reacción al estrés, el afrontamiento de las sensaciones de estrés o malestar que este provoca y la valoración de los esfuerzos del afrontamiento ante la situación estresante.

La utilización de este tipo de estrategias indica que en individuo tiene mayor facilidad para modificar el problema o situación estresante, o bien transformando el significado que implica este y por lo tanto disminuyendo así la intensidad del estímulo estresante, logrando un adecuado afrontamiento al estrés provocado.

Las estrategias basadas en las emociones se dividen en:

- **Apoyo Social:** Es una estrategia básica en el coping debido a que se cree que es capaz de mantener las emociones bajo control, gracias a la influencia de las relaciones sociales y soporte que estas presentan en una situación estresante.
- **Expresión Emocional:** La locución de las emociones es un aspecto inherente a los seres humanos que desde siempre han sentido la necesidad de comunicar a otros sus pensamientos y sentimientos sobre diferentes experiencias vitales especialmente cuando estas son de tipo estresante.

Las estrategias manejo inadecuado basado en el problema:

- **Evitación de Problemas:** Se considera una estrategia de afrontamiento espontaneo contraproducente, debido a que si ocasionalmente impide un incremento puntual de la ansiedad, en realidad ayuda a su mantenimiento y resistencia. Marks (1981-1987) menciona que esta estrategia implica la renuncia a planes e intereses, la pérdida de condiciones, que pueden ser importantes para el sujeto, lo que a su vez se convierte en una fuente de ansiedad.
- **Pensamiento Desiderativo:** Estrategia de afrontamiento que se desarrolla en el deseo de que la realidad no fuera estresante, fantaseando sobre realidades alternativas pasadas, presentes o futuras, las cuales manifiestan la esperanza guardada en el individuo.

Manejo inadecuado basado en las emociones:

- **Retirada Social:** Es una estrategia directa con respecto a familiares, amigos, compañeros y personas significativas para el individuo que está atravesando la situación estresante, ya sea desde una necesidad positiva de afrontar los problemas desde la soledad, ya sea una huida de los demás por reserva, con el fin de que no conozcan su problema, o ambas cosas.
- **Autocrítica:** Es una estrategia basada en la capacidad de distinguir los propios defectos proponiéndose hacer lo mejor posible para corregir la

situación adecuada, por lo general esta no es mala, pero depender a mucho de los límites como los que se juzga el propio individuo y el autoestima que maneje él mismo.

Variable Dependiente

Esquema Conductual

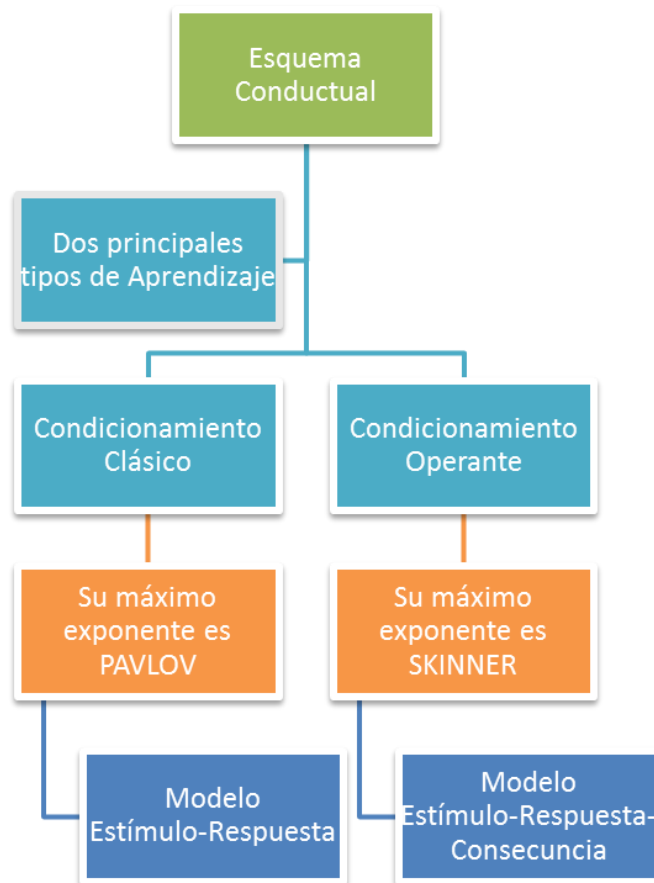


Gráfico 4: Variable Dependiente Esquema Conductual

Elaborado por: Mayra German

Fuente: Investigación de Campo

El Esquema conductual se basa en las teorías del aprendizaje por lo que a continuación explicare de un modo sencillo los modelos expuestos por los autores

principales de la teoría conductual, de modo que nos ayudara a comprender la variable independiente de esta investigación.

El condicionamiento clásico (1920) descubierto por Iván Pavlov a través de su famoso experimento de salivación con perros, se enfoca especialmente en el aprendizaje de respuestas psicológicas emocionales involuntarias, cuya característica principal es que son automáticas ante un estímulo que anteriormente no producía ningún tipo de respuesta.

El condicionamiento operante descubierta por Burrhus Frederic Skinner menciona que en el individuo tras un estímulo se produce una respuesta voluntaria que puede ser o no reforzada de manera positiva o negativa según la necesidad del individuo. De modo que la conducta se mantendrá o desaparecerá según el tipo de reforzador puede ser este positivo o negativo que se utilice en este tipo de aprendizaje.

Conducta

El termino Conducta ha sido utilizado por diversidad de ciencias como son la Química, Biología, etc. En las cuales se ha mantenido un concepto en común el cual podríamos definirlo como el conjunto de fenómenos o hechos que son observables o que son factibles de ser detectados o incluso de ser registrados.

Si buscamos el significado etimológico de la palabra conducta comprenderemos que proviene del latín y significa con-ducida o guiada; es decir, que todas las manifestaciones comprendidas en el término de conducta son acciones conducidas o guiadas por algo que está fuera de las mismas: es decir por la mente en el caso de la psicología. Lo que quiere decir que al estudiar solamente la conducta estaremos estudiando las consecuencias de un proceso mayor que empieza en el pensamiento.

Watson considerado como el fundador y padre del conductismo o Behaviorismo incluyó en la conducta todos los fenómenos visibles, objetivamente comprobables

o factibles de ser sometidos a registro y verificación y que son, siempre, respuestas o reacciones del organismo a los estímulos que sobre él actúan. Ya que su teoría sostiene que la psicología científica debe estudiar solo las manifestaciones externas (motoras, glandulares y verbales); aquellas que pueden ser sometidas a observación y registro riguroso, tanto como a verificación.

Koffka incluye una división tripartita de la conducta, lo que quiere decir que define como un conjunto de procesos a la suma de comportamientos observables siempre y cuando se distingan claramente el comportamiento el cual incluye los procesos que denomina efectivos o reales y para los que se emplean conceptos funcionales, de las vivencias que utilizan conceptos descriptivos.

Conductas desadaptativas

Definir el concepto de inadaptación no es fácil ya que está contaminado por acepciones del sentido común y de la vida al igual que la marginación. La inadaptación puede ser la incapacidad para adaptarse a una situación determinada, desajuste personal, conflicto con el medio, fracaso ante los estímulos sociales, existencia de un comportamiento antisocial, existencia de un comportamiento inestable... La inadaptación del individuo engloba aspectos físicos, psíquicos y sociales.

Sería el individuo que se encuentra la margen de la normalidad social y que manifiesta un comportamiento discrepante con respecto a pautas de comportamiento consideradas normales en un determinado contexto, comportamientos no aceptables ni deseables socialmente. Incluye modelos de conducta, influye en problemas y dificultades, que impiden la incorporación del individuo en su medio, y que se traduce en conductas valoradas negativamente por el medio social al que pertenece el individuo. La marginación sería el proceso por el que una sociedad rechaza a unos determinados individuos que no tienen por qué desempeñar una conducta específica. Un individuo con un comportamiento discrepante puede llegar a una situación de marginación en cambio un situación de marginación no tiene por qué implicar conductas desadaptadas. Por ejemplo los gitanos mantienen una cultura y unas costumbres diferentes al grupo normativo,

los payos. Para los payos sus conductas serían desadaptadas llevándoles a una situación de marginación. La conducta inadaptada es estudio de la psicología inadaptada, que está es un área de la psicología que se enfoca hacia la conducta desadaptativa, su etiología, consecuencias y tratamiento. Cuando nos damos a la tarea de conceptuar qué es normal entramos en un amplio campo de interpretaciones, ya que normal es percibido de manera individual y subjetiva, entramos a discusión de valores de lo anormal y normal. Cuando decimos que algo es normal tenemos que verlo en una perspectiva de contexto, cultura, ideología, y tiempo. Centrando este concepto a nuestro país y dependiendo de su cultura, ideología y espacio definimos que conducta normal es aquella que se apega a las normas, reglas y costumbres de la sociedad. Aquel que irrumpe con lo cotidiano es etiquetado de inadaptada, ya que está irrumpiendo con las normas, reglas, leyes y buenas costumbres de la sociedad.

2.4 HIPÓTESIS

General:

Las estrategias de Afrontamiento influyen en las conductas desadaptativas de los adolescentes de los segundos años de bachillerato urbano-fiscales del distrito 1, parroquia la Merced de la ciudad de Ambato

Específica:

La Expresión Emocional como Estrategia de Afrontamiento influye en las conductas desadaptativas dentro del ámbito escolar, de los adolescentes de los segundos años de bachillerato urbano fiscales del distrito 1, parroquia la Merced de la ciudad de Ambato.

2.5 SEÑALAMIENTO DE VARIABLES

Variable Independiente: Estrategias de Afrontamiento.

Variable Dependiente: Conductas Desadaptativas.

CAPÍTULO III

MARCO METODOLÓGICO

3.1 ENFOQUE DE LA INVESTIGACIÓN

La investigación a realizarse tendrá una modalidad cuantitativa debido a que se utilizarán los datos obtenidos por los reactivos psicológicos escogidos para cada variable, los cuales no dan lugar a subjetividad alguna, sino que proporcionan resultados cuantificables medibles y comprobables, debido a la validez y confiabilidad de los reactivos psicológicos utilizados en esta investigación.

3.2 MODALIDAD BÁSICA DE LA INVESTIGACIÓN

La investigación será de Campo debido a que se acudirá con el respectivo permiso a las instituciones para que sus autoridades nos concedan el acceso hacia los estudiantes de los segundos Años de Bachillerato de las Instituciones Educativas urbano-fiscales del distrito 1 parroquia la Merced de la ciudad de Ambato y la respectiva toma de los reactivos psicológicos.

3.3 NIVEL O TIPO DE INVESTIGACIÓN

La investigación se basa en una asociación de variables debido a que la utilizare para determinar el grado de relación y semejanza que pueda existir entre las estrategias de afrontamiento que utilizan los adolescente y sus conductas desadaptativas dentro del ámbito académico, no pretende establecer una explicación completa de la causa – efecto entre estas dos variables sino aportar indicios sobre las más utilizadas y la manera de actuar en las diferentes conductas que presentan los jóvenes que serán la población utilizada para esta investigación.

3.4 POBLACIÓN Y MUESTRA

3.4.1 Población

La población total con la que hare mi investigación es de 467 estudiantes divididos en dos instituciones:

| | |
|---|-----------------|
| • Unidad Educativa Mayor “Ambato” | 367 estudiantes |
| • Unidad Educativa Neptalí Sancho Jaramillo | 100 estudiantes |
| | <hr/> |
| TOTAL | 467 ESTUDIANTES |

Población incluyente: todos los estudiantes que cursen en los segundos años de bachillerato de las respectivas instituciones.

Población Excluyente: se encuentran en la Unidad Educativa Mayor “Ambato” los estudiantes pertenecientes al Segundo Año del Bachillerato Internacional debido a la falta de autorización dela Señora Rectora de la institución, los cuales comprenden **20 escolares** respectivamente.

Razón por la cual el total de estudiantes será 447 ESTUDIANTES

Además se excluirán también **44 estudiantes** de ambas instituciones que al momento de aplicar los test psicológicos no entraban en los rangos de desadaptación requeridos por el test para ser utilizados en la presente investigación. Por lo que realmente la investigación constó de 162 estudiantes en la muestra general.

3.4.2 Muestra

Al ser más de 300 estudiantes se procederá a sacar una muestra la cual es:

| | | | |
|-------------------------------|------------------------|-------------------|--------------|
| • “Ambato” | 347 estudiantes | /447* 100= | 77,6% |
| | 160 | | |
| • “ Neptalí Sancho Jaramillo” | <u>100 estudiantes</u> | <u>/447* 100=</u> | <u>22,4%</u> |
| | 46 | | |
| TOTAL | 447 ESTUDIANTES | 100% | 206 |

$$n = \frac{Z^2 pqN}{Z^2 pq + N.e^2}$$

n= tamaño de la muestra total

Z= Nivel de Confiabilidad 95% = 1,96

p= Probabilidad de ocurrencia 0,5

q= probabilidad de no ocurrencia 1 – 0,5= 0,5

N= Población total

e= error de muestreo 0,05

$$n = \frac{(1,96)^2 (0,5) (0,5) (447)}{(1,96)^2 (0,5) (0,5) + (447) (0,05)^2}$$

$$n = \frac{429.2988}{2,0779}$$

n= 206 100

La cual refleja que de los 447 estudiantes la muestra da un total de 206 educandos divididos en:

| | |
|---|------------------------|
| • Unidad Educativa Mayor “Ambato” | 160estudiantes |
| • Unidad Educativa Neptalí Sancho Jaramillo | <u>46 estudiantes</u> |
| TOTAL | 206 ESTUDIANTES |

3.5 OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

Variable Independiente: Estrategias de Afrontamiento

| Conceptualización | Dimensiones | Indicadores | Ítems Básicos | Técnicas e Instrumentos |
|---|--|---|--|--|
| Las estrategias de afrontamiento son todas aquellas maneras de reaccionar cognitiva y conductualmente que tenemos los seres humanos ante una situación que cambie la rutina del individuo y le provoque un desequilibrio ya sea en su medio externo como en su medio interno. | <p>Dentro de las estrategias de Afrontamiento se medirá:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Resolución de Problemas ▪ Autocrítica ▪ Apoyo Social ▪ Expresión Emocional | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Los estudiantes pueden resolver o cambiar las dificultades que les causan estrés. ▪ Se echa la culpa de lo que está pasando. ▪ Busca apoyo en su grupo de amigos o alguna otra persona. ▪ Muestra fácilmente sus | <p>¿Cuáles son las estrategias de afrontamiento más utilizadas por los adolescentes? ¿Qué estrategias de afrontamiento conocen los adolescentes?</p> | <p>Técnica:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Test: Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI): (Tobin, Holroyd, Reynold y Kigal, 1989. Adaptación de Rodríguez y García, 2006). <p>Instrumento: Cuestionario del Test</p> |

| | | | | |
|--|--------------------------------|---|--|--|
| | | emociones | | |
| | ▪Pensamiento Desiderativo | ▪Niega la problemática que le está ocurriendo. | | |
| | ▪Reestructuración Cognitiva | ▪Cambia de pensamiento para evitar el conflicto | | |
| | ▪Evitación de Problemas | ▪Prefiere mantenerse al margen de la situación | | |
| | ▪Retirada Social | ▪Se aísla fácilmente | | |

Tabla 1: Variable Independiente

Elaborado por: Mayra German

Fuente: Investigación de Campo

Variable Dependiente: Conductas desadaptativas

| Conceptualización | Dimensiones | Indicadores | Ítems Básicos | Técnicas e Instrumentos |
|---|--|---|--|---|
| <p>Las Conductas desadaptativas son todas aquellas acciones que manifiestan una inconformidad en el medio en el que las personas se están desarrollando, es decir son aquellas acciones que hacen causar un malestar dentro de un grupo determinado o a nivel personal.</p> | <p>Dentro de las Conductas desadaptativas se abarcará cuatro ámbitos que son:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪En el aspecto personal. ▪En el plano familiar. | <ul style="list-style-type: none"> ▪Preocupación por la evolución del organismo. ▪Sentimientos de inferioridad. ▪Falta de aceptación a los cambios del cuerpo ▪Falta de aceptación de normas ▪Deseos de huir incluso físicamente del hogar ▪Dificultades en la convivencia. | <p>¿Cuáles son las conductas desadaptativas más frecuentes en los adolescentes? ¿En qué ámbito los adolescentes desarrollan mayor cantidad de conductas desadaptativas?</p> | <p>Técnica:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪Test: Inventario de Adaptación de Conducta (IAC) Departamento de I+D de TEA Ediciones (Ma. Victoria de la Cruz y Agustín Cordero.) 1981 Instrumento: Cuestionario del Test |

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> ▪En el ámbito escolar. | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Rebeldía frente a la organización escolar, actuación de los profesores y compañeros. | | |
| | <ul style="list-style-type: none"> ▪En el plano Social | <ul style="list-style-type: none"> ▪Se aísla fácilmente ▪Actitudes Críticas e inseguridad. | | |

Tabla 2: Variable Dependiente

Elaborado por: Mayra German

Fuente: Investigación de Campo

3.6 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

Para poder determinar los resultados de mi investigación será necesaria la utilización de dos Test Psicológicos estandarizados y confiables los cuales detallare a continuación:

- Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI) (Tobin, Holroyd, Reynold y Kigal, 1989. Adaptación de Cano Rodríguez y García, 2006)

El CSI presenta una estructura jerárquica compuesta por ocho estrategias primarias, cuatro secundarias y dos terciarias.

La persona comienza por contestar 40 ítems, en base a una situación indicada con anterioridad según una escala tipo Likert de cinco puntos, con qué

frecuencia hizo en la situación descrita, lo que expresa cada ítem. Al final de la escala se contesta a un ítem adicional acerca de la autoeficacia percibida del afrontamiento («¿En qué grado manejó adecuadamente la situación?: nada, algo, bastante, mucho, totalmente»).

Las ocho escalas primarias son, brevemente: Resolución de problemas: estrategias cognitivas y conductuales encaminadas a eliminar el estrés modificando la situación que lo produce; Reestructuración cognitiva: estrategias cognitivas que modifican el significado de la situación estresante; Apoyo social: estrategias referidas a la búsqueda de apoyo emocional; Expresión emocional: estrategias encaminadas a liberar las emociones que acontecen en el proceso de estrés; Evitación de problemas: estrategias que incluyen la negación y evitación de pensamientos o actos relacionados con el acontecimiento estresante; Pensamiento desiderativo: estrategias cognitivas que reflejan el deseo de que la realidad no fuera estresante; Retirada social: estrategias de retirada de amigos, familiares, compañeros y personas significativas asociada con la reacción emocional en el proceso estresante; Autocrítica: estrategias basadas en la autoinculpación y la autocrítica por la ocurrencia de la situación estresante o su inadecuado manejo.

Las escalas secundarias surgen de la agrupación empírica de las primarias: Manejo adecuado centrado en el problema: incluye las subescalas Resolución de problemas y Reestructuración cognitiva, indicando un afrontamiento adaptativo centrado en el problema, bien modificando la situación, bien su significado;

Manejo adecuado centrado en la emoción: incluye las subescalas Apoyo social y Expresión emocional, reflejando un afrontamiento adaptativo centrado en el manejo de las emociones que afloran en el proceso estresante; Manejo inadecuado centrado en el problema: incluye las subescalas Evitación de problemas y Pensamiento desiderativo, indicando un afrontamiento desadaptativo centrado en el problema, bien evitando las situaciones estresantes, bien fantaseando sobre realidades alternativas pasadas, presentes o futuras; Manejo inadecuado centrado en la emoción: incluye las subescalas

Retirada social y Autocrítica, reflejando un afrontamiento desadaptativo centrado en las emociones, pero basado en el aislamiento, la autocrítica y la autoinculpación.

Las escalas terciarias surgen de la agrupación empírica de las secundarias: Manejo adecuado: incluye las subescalas Resolución de problemas, Reestructuración cognitiva, Apoyo social y Expresión emocional, indicando esfuerzos activos y adaptativos por compensar la situación estresante; Manejo inadecuado: incluye las subescalas Evitación de problemas, Pensamiento desiderativo, Retirada social y Autocrítica, sugiriendo un afrontamiento pasivo y desadaptativo.

- Inventario de Adaptación de Conducta (IAC)

(Departamento de I+D de TEA Ediciones (Ma. Victoria de la Cruz y Agustín Cordero.) 1981)

Test de aplicación individual o colectiva cuyo objetivo es la evaluación del grado de adaptación en las áreas:

- Personal
- Familiar
- Escolar
- Social.

Su ámbito de aplicación es fundamentalmente escolar: está destinado a adolescentes a partir de los 12 años.

Este test está formado por 123 frases, a las que el sujeto debe responder de acuerdo a su manera de pensar y de actuar.

Lo que el inventario pretende discriminar es una serie de conductas negativas características de la adolescencia que pueden dificultar una adecuada adaptación en los ámbitos más arriba citados, a saber:

- | | |
|-------------------------------|------------------------------|
| 1-Adaptación Personal: | -Dificultad de aceptación de |
| -Preocupación por la | los cambios corporales |
| evolución del cuerpo | 2-Adaptación Familiar: |
| -Sentimientos de inferioridad | -Dificultades en la |
| | convivencia |

-No aceptación de las normas establecidas

-Necesidad de escapar del ambiente familiar

3-Adaptación Escolar:

-Rebeldía frente a la organización escolar

-Rechazo a la actuación de profesores y compañeros

4-Adaptación Social:

-Deseos de aislamiento

-Conductas negativas

-Actitudes críticas

-Inseguridad

Plan de recolección de información

| Preguntas básicas | Explicación |
|--------------------------------|---|
| 1. ¿Para qué? | Para recolectar información y determinar si las estrategias de afrontamiento influyen en las conductas desadaptativas de los adolescentes. |
| 2. ¿De qué personas u objetos? | De los estudiantes de Segundo de bachillerato de: <ul style="list-style-type: none">• Unidad Educativa Mayor “Ambato”• Unidad Educativa “Neptalí Sancho Jaramillo” |
| 3. ¿Sobre qué aspectos? | Estrategias de Afrontamiento y Conductas desadaptativas. |
| 4. ¿Quién lo va a hacer? | La investigadora: Mayra German |
| 5. ¿A quiénes? | A los estudiantes de Segundo de Bachillerato. |

| | |
|---|--|
| 6. ¿Cuándo? | Periodo Abril- 2014- Marzo 2015 |
| 7. ¿Dónde? | Aulas de las instituciones: <ul style="list-style-type: none"> • Unidad Educativa Mayor “Ambato” • Unidad Educativa “Neptalí Sancho Jaramillo” |
| 8. ¿Cuántas veces? | 206 estudiantes |
| 9. Qué técnicas de recolección de información? | Observación Test psicológicos |
| 10. ¿Con qué instrumentos? | CSI (Inventario de estrategias de Afrontamiento. IAC (Inventario de adaptación y conducta) |

Tabla 3: Plan de recolección de Información

Elaborado por: Mayra German

Fuente: Investigación de Campo

3.7 PROCESAMIENTO DE LA INFORMACIÓN

Para el cumplimiento de los objetivos en esta investigación se deberán cumplir una serie de pasos los cuales serán detallados a continuación por objetivos.

Objetivo 1

Establecer las estrategias de afrontamiento más utilizadas por los adolescentes en la actualidad.

Se Aplicara a la población antes delimitada el cuestionario de estrategias de afrontamiento (CSI) con el fin de obtener la información pertinente en la

elaboración personal y valoración Consta de 40 preguntas que les permitirán contestar de qué manera actúan o reaccionan ante situaciones de la vida cotidiana.

Cubre las siguientes estrategias:

- Resolución de Problemas
- Autocrítica
- Expresión Emocional
- Pensamiento Desiderativo
- Apoyo Social
- Reestructuración Cognitiva
- Evitación de Problemas
- Retirada Social

Este cuestionario se basa en la teoría de Lazarus, el cual planteó su hipótesis relacional del estrés como proceso personal de valoración y afrontamiento de situaciones que impliquen un desajuste en la cotidianidad de los adolescentes.

A continuación se procederá a calificar y tabular cada uno de los test con el fin de obtener el resultado.

Objetivo 2

Identificar las conductas desadaptativas más frecuentes en los adolescentes de los segundos años de Bachillerato.

Para dar cumplimiento a este objetivo se procederá a aplicar a la población antes mencionada el Test IAC, Inventario de Adaptación y Conducta, (Departamento de I+D de TEA Ediciones (Ma. Victoria de la Cruz y Agustín Cordero.) 1981)

Con el objetivo de Evaluar el grado de adaptación en las áreas:

- Personal

- Familiar
- Escolar
- Social

Es un test totalmente objetivo que consta de 123 frases, a la que le sujeto debe responder de acuerdo a su manera de pensar y de actuar, está diseñado especialmente para adolescentes y nos permitirá obtener el grado de adaptación que tiene el adolescente en situaciones de su vida cotidiana.

A continuación se procederá a calificar y tabular cada uno de los test con el fin de obtener el resultado.

Objetivo 3

Se planteara una propuesta de solución.

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.1 ANÁLISIS CUANTITATIVO

4.1.1 Análisis El Interpretación De Resultados De La Variable Independiente CSI test psicológico para medir estrategias de afrontamiento. (Anexo 1)

Objetivo: recabar información relevante para el proceso de investigación en relación a la variable independiente.

Tabla 4: Estrategias de Afrontamiento

| Estrategias de Afrontamiento | Frecuencia | Porcentaje |
|-------------------------------------|-------------------|-------------------|
| Resolución de Problemas | 8 | 5% |
| Autocrítica | 33 | 20% |
| Expresión Emocional | 14 | 9% |
| Pensamiento Desiderativo | 14 | 9% |
| Apoyo Social | 8 | 5% |
| Reestructuración Cognitiva | 11 | 6% |
| Evitación de Problemas | 35 | 22% |
| Retirada Social | 39 | 24% |
| Total | 162 | 100% |

Tabla 4: Estrategias de Afrontamiento

Elaborado por: Mayra German

Fuente: Investigación de Campo

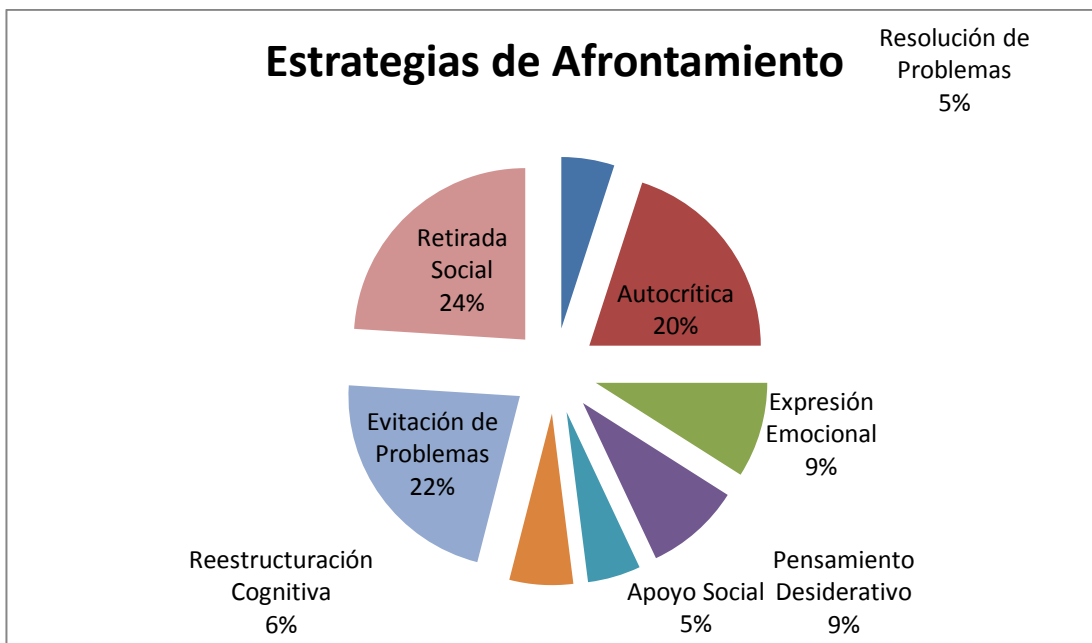


Gráfico 5: Estrategias de Afrontamiento

Elaborado por: Mayra German

Fuente: Investigación de Campo

Análisis de Resultados

Con los datos obtenidos por la investigación se obtuvo que el gran porcentaje de la población correspondiente al 24% utiliza en mayor proporción la estrategia de afrontamiento de retirada social, 22% maneja la estrategia de afrontamiento de evitación de problemas, seguido de la Autocrítica la cual presenta un 20% del porcentaje total de la investigación, continuando con el 9% de la población con un pensamiento desiderativo, además de un 9% que utiliza la estrategia de expresión emocional, un 6% con reestructuración cognitiva, y 10% dividido exactamente en partes iguales entre las estrategias que se refieren al apoyo social y la estrategia de resolución de problemas.

Interpretación

De los datos obtenidos se obtuvo que cerca de la cuarta parte de la población utiliza la estrategia de afrontamiento de retirada social, la cual se refiere a que los adolescentes presentan conflictos con su entorno, es decir que existen trances

tanto en sus relaciones afectivas como con amigos y compañeros con los que convive a diario, con un porcentaje menor pero muy significativo nos encontramos a la estrategia de evitación de problemas la cual indica que los adolescentes prefieren evadir la responsabilidad que implica confrontar un evento estresante o conflicto que se les presente dentro de sus diferentes áreas de desenvolvimiento, a estos porcentajes le siguen casi inmediatamente la estrategia de Autocrítica, lo que nos lleva a pensar en que los propios atacantes de los conflictos de los adolescentes son ellos mismos y a considerar el nivel de afectación que desarrollan después de mantener estos pensamientos en su contra. A partir de esto tenemos otras estrategias como Expresión emocional y Pensamiento Desiderativo con igual número de porcentajes los cuales se refieren al contacto con el entorno social y su manera de dar a conocer sus emociones en situaciones conflictivas y como en este proceso desarrollan el pensamiento en el cual preferirían que el problema no existiera o no fuera de ellos. La reestructuración Cognitiva pasa según esta investigación a ser una estrategia no muy utilizada por los adolescente del segundo de bachillerato, lo que se manifiesta en la mayor emocionalidad que presentan el momento de enfrentar una situación estresante, por ultimo tenemos las estrategias de Apoyo Social y Resolución de problemas con igual número de porcentaje que denota que los jóvenes prefieren no contar con las personas cercanas a ellos y dejar que el conflicto pase, y no buscar soluciones prontas ante los inconvenientes que presentan.

**4.1.2 Análisis e Interpretación De Resultados De La Variable Dependiente
IAC test psicológico para medir adaptación de conducta. (Anexo 2)**

Objetivo: recabar información relevante para el proceso de investigación en relación a la variable independiente.

Tabla 5: Conductas Desadaptativas

| Conductas Desadaptación | Frecuencia | Porcentaje |
|--------------------------------|-------------------|-------------------|
| Desadaptación Social | 65 | 40% |
| Desadaptación Familiar | 40 | 25% |
| Desadaptación Escolar | 42 | 26% |
| Desadaptación Personal | 15 | 9% |
| Total | 162 | 100% |

Tabla 5: Conductas desadaptativas

Elaborado por: Mayra German

Fuente: Investigación de Campo

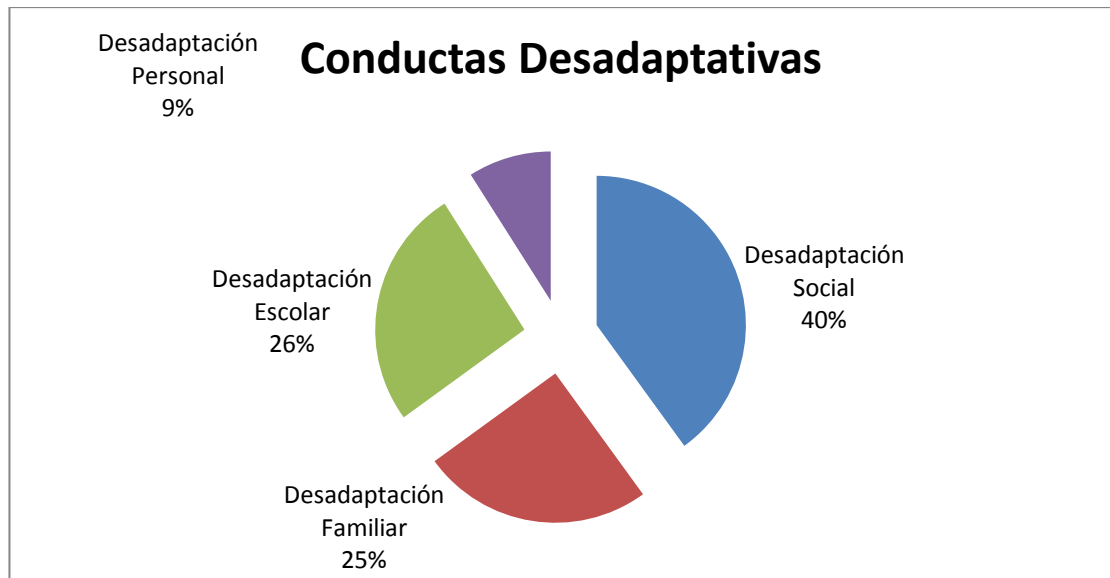


Gráfico 6: Conductas Desadaptativas

Elaborado por: Mayra German

Fuente: Investigación de Campo

Análisis de Resultados

Los datos que arroja la investigación nos dan a conocer que el 40% correspondiente a la mayoría de la población presenta conductas desadaptativas en relación al área social, el 26% demuestra desadaptación en el área escolar, a continuación le sigue un 25% correspondiente a una desadaptación familiar, mientras que finalmente encontramos en el 9% de la población una desadaptación en el área personal..

Interpretación

Encontramos que un poco menos de la mitad de la población estudiantil de esta investigación presenta conductas desadaptativas en relación al área social, lo que muestra la inseguridad que hay en los adolescentes ante sus pares e incluso la preferencia para aislarse y evitar cualquier tipo de comentario o crítica de los mismos, a continuación en un poco más de la cuarta parte de la población se encuentra presente la desadaptación en el área escolar, lo que nos muestra la conexión entre el entorno social y su entorno académico, pues será el lugar en el que el adolescente pase más tiempo y en el que conviva a diario por lo tanto presentara rebeldía ante sus compañeros y profesores y ante las reglas que estos le impongan, muy de cerca con la cuarta parte del total de la población le sigue la desadaptación en el área familiar el cual indica claramente un desdén por las reglas, además de una conflictiva convivencia tanto con sus padres como personas ajenas al hogar, y finalmente encontramos que en menor porcentaje tenemos conductas desadaptativas en el área personal que denota la preocupación por su cuerpo así como las actitudes que presente ante los cambios tanto físicos como de roles que los adolescentes están atravesando en su desarrollo evolutivo.

4.2 Análisis e Interpretación de Resultados Variables combinadas

Tabla 6: Estrategia de Afrontamiento de Resolución de Problemas y Conductas Desadaptativas

| Estrategia de Afrontamiento de Resolución de Problemas y Conductas Desadaptativas | | | | |
|--|----------------------|------------------------|-----------------------|------------------------|
| Indicadores | Desadaptación Social | Desadaptación Familiar | Desadaptación Escolar | Desadaptación Personal |
| Resolución de Problemas | 1% | 3% | 0% | 1% |

Tabla 6: Estrategia de Afrontamiento de Resolución de Problemas y Conductas Desadaptativas

Elaborado por: Mayra German

Fuente: Investigación de Campo

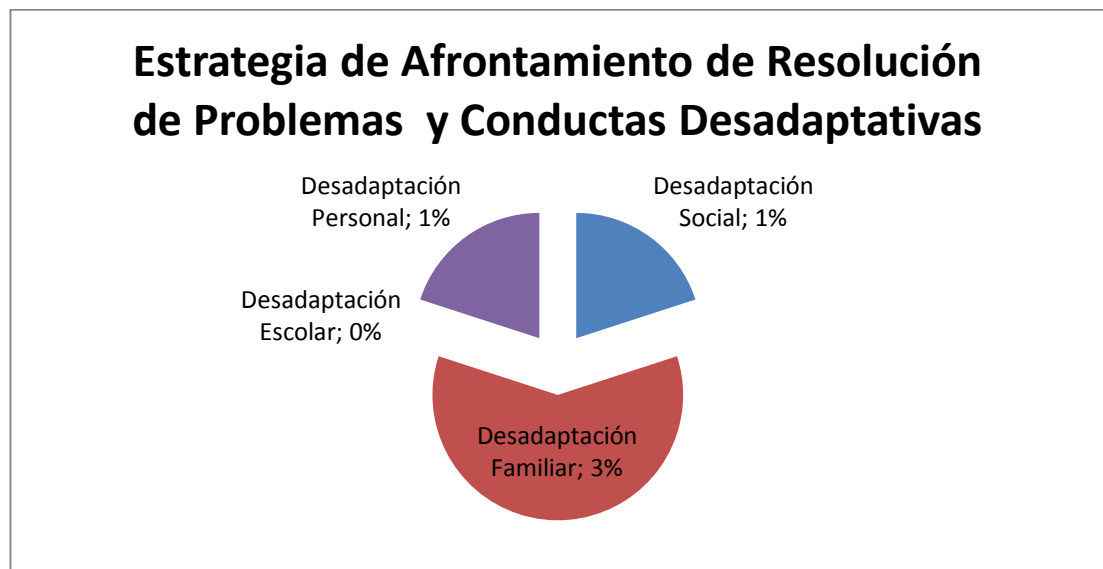


Gráfico 7: Estrategia de Afrontamiento de Resolución de Problemas y Conductas Desadaptativas

Elaborado por: Mayra German

Fuente: Investigación de Campo

Análisis de Resultados

Los datos que expreso anteriormente están tomados de la Tabla 4: Estrategias de Afrontamiento la cual refleja que la estrategia de afrontamiento de Resolución de Problemas representa un 5% de la población total en comparación con la variable dependiente denota que el 3% se encuentra reflejada en el área de desadaptación familiar, el 1% dentro del área de desadaptación Social, y el otro 1% dentro del área de desadaptación Personal, no encontrándose ningún porcentaje dentro del área de desadaptación Escolar.

Interpretación

Bajo los resultados de este cuadro combinado entre las variables de investigación podemos darnos cuenta que para los adolescentes es importante la aplicación de la estrategia de afrontamiento de resolución de problemas dentro de la desadaptación del área familiar, antes que en las otras áreas que no presentaron mayor relevancia dentro de esta exploración.

Tabla 7: Estrategia de Afrontamiento de Autocrítica y Conductas Desadaptativas

| Estrategia de Afrontamiento de Autocrítica y Conductas Desadaptativas | | | | |
|--|----------------------|------------------------|-----------------------|------------------------|
| Indicadores | Desadaptación Social | Desadaptación Familiar | Desadaptación Escolar | Desadaptación Personal |
| Autocrítica | 9% | 4% | 7% | 0% |

Tabla 7: Estrategia de Afrontamiento de Autocrítica y Conductas Desadaptativas

Elaborado por: Mayra German

Fuente: Investigación de Campo

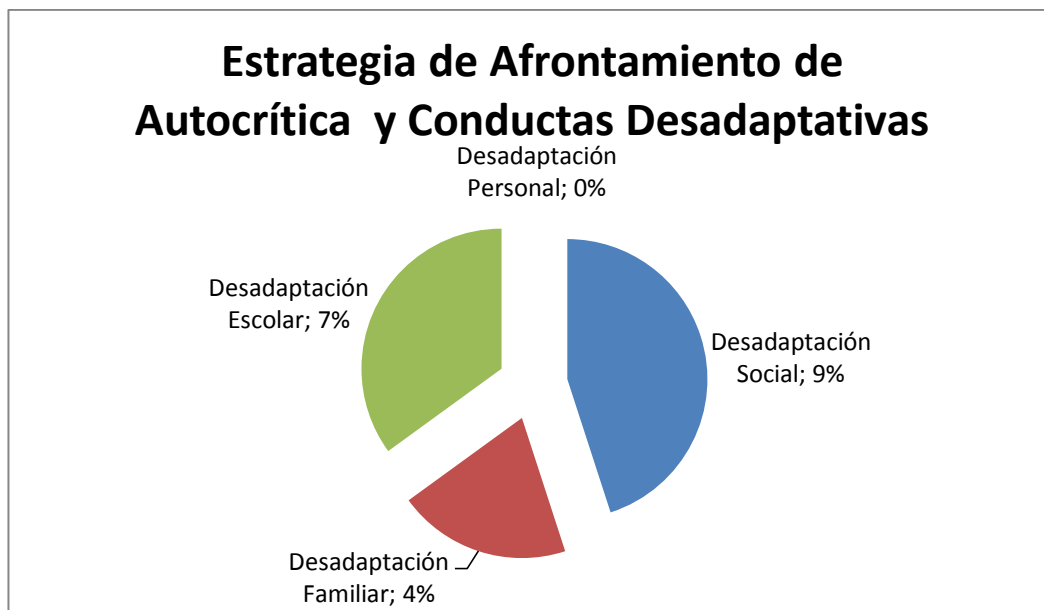


Gráfico 8: Estrategia de Afrontamiento de Autocrítica y Conductas Desadaptativas

Elaborado por: Mayra German

Fuente: Investigación de Campo

Análisis de Resultados

Los datos que expreso anteriormente están tomados de la Tabla 4: Estrategias de Afrontamiento la cual refleja que la estrategia de afrontamiento de Autocrítica representa un 20% de la población total en comparación con la variable dependiente denota que el 4% se encuentra reflejada en el área de desadaptación familiar, el 9% dentro del área de desadaptación Social, y el otro 7% dentro del área de desadaptación Escolar, no encontrándose ningún porcentaje dentro del área de desadaptación Personal.

Interpretación

Dentro de los resultados de este cuadro combinado entre las variables de investigación podemos darnos cuenta que la población aplica mayormente la estrategia de afrontamiento de autocrítica principalmente en el área de desadaptación social y va de la mano con el área de desadaptación escolar que influye mucho dentro de la interacción de los adolescentes.

Tabla 8: Estrategia de Afrontamiento de Expresión Emocional y Conductas Desadaptativas

| Estrategia de Afrontamiento de Expresión Emocional y Conductas Desadaptativas | | | | |
|--|----------------------|------------------------|-----------------------|------------------------|
| Indicadores | Desadaptación Social | Desadaptación Familiar | Desadaptación Escolar | Desadaptación Personal |
| Expresión Emocional | 4% | 1% | 4% | 0% |

Tabla 8: Estrategia de Afrontamiento de Expresión Emocional y Conductas Desadaptativas

Elaborado por: Mayra German

Fuente: Investigación de Campo

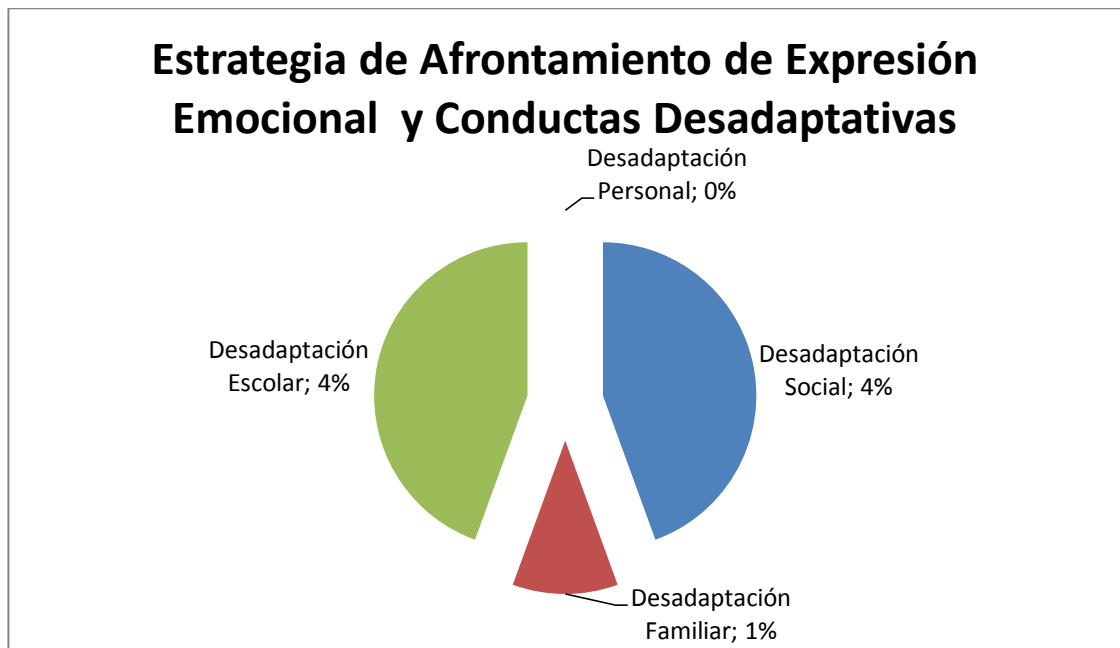


Gráfico 9: Estrategia de Afrontamiento de Expresión Emocional y Conductas Desadaptativas

Elaborado por: Mayra German

Fuente: Investigación de Campo

Análisis de Resultados

Los datos que expreso anteriormente están tomados de la Tabla 4: Estrategias de Afrontamiento la cual refleja que la estrategia de afrontamiento de Expresión Emocional representa un 9% de la población total en comparación con la variable dependiente denota que el 1% se encuentra reflejada en el área de desadaptación familiar, el 4% dentro del área de desadaptación Social, y el otro 4% dentro del área de desadaptación Escolar, no encontrándose ningún porcentaje dentro del área de desadaptación Personal.

Interpretación

Dentro de los resultados de este cuadro combinado entre las variables de investigación podemos darnos cuenta que la población aplica de igual forma la estrategia de afrontamiento de Expresión Emocional principalmente en el área de desadaptación social y va de la mano con el área de desadaptación escolar que influye mucho dentro de la interacción con el medio en el que se desenvuelven los adolescentes.

Tabla 9: Estrategia de Afrontamiento de Pensamiento Desiderativo y Conductas Desadaptativas

| Estrategia de Afrontamiento de Pensamiento Desiderativo y Conductas Desadaptativas | | | | |
|---|----------------------|------------------------|-----------------------|------------------------|
| Indicadores | Desadaptación Social | Desadaptación Familiar | Desadaptación Escolar | Desadaptación Personal |
| Pensamiento Desiderativo | 0% | 6% | 1% | 2% |

Tabla 9: Estrategia de Afrontamiento de Pensamiento Desiderativo y Conductas Desadaptativas

Elaborado por: Mayra German

Fuente: Investigación de Campo

Estrategia de Afrontamiento de Pensamiento Desequilibrado y Conductas

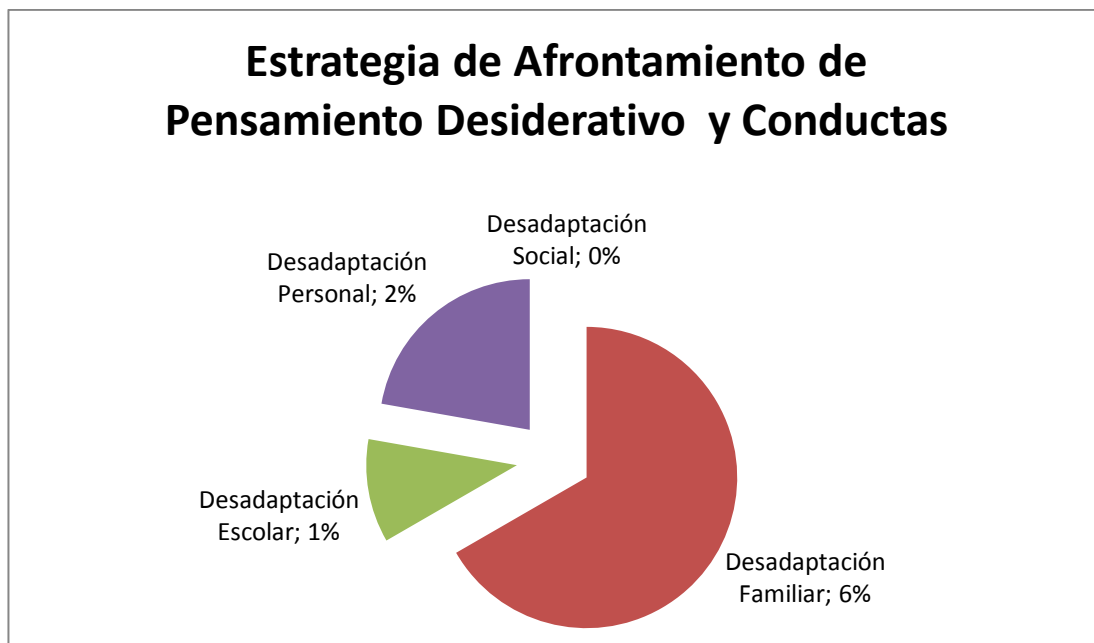


Gráfico 10: Estrategia de Afrontamiento de Pensamiento Desequilibrado y Conductas Desadaptativas

Elaborado por: Mayra German

Fuente: Investigación de Campo

Análisis de Resultados

Los datos que expreso anteriormente están tomados de la Tabla 4: Estrategias de Afrontamiento la cual refleja que la estrategia de afrontamiento de Pensamiento Desequilibrado representa un 9% de la población total en comparación con la variable dependiente denota que el 6% se encuentra reflejada en el área de desadaptación familiar, el 2% dentro del área de desadaptación Personal, el otro 1% dentro del área de desadaptación Escolar, no encontrándose ningún porcentaje dentro del área de desadaptación Social

Interpretación

El resultado de la información de este cuadro combinado entre las variables de investigación podemos darnos cuenta que la población aplica de una manera más significativa la estrategia de afrontamiento de Pensamiento Desequilibrado principalmente en el área de desadaptación familiar y disminuye mucho su uso en las otras áreas de desadaptación consideradas por esta investigación.

Tabla 10: Estrategia de Afrontamiento de Apoyo Social y Conductas Desadaptativas

| Estrategia de Afrontamiento de Apoyo Social y Conductas Desadaptativas | | | | |
|---|----------------------|------------------------|-----------------------|------------------------|
| Indicadores | Desadaptación Social | Desadaptación Familiar | Desadaptación Escolar | Desadaptación Personal |
| Apoyo Social | 1% | 0% | 4% | 0% |

Tabla 10: Estrategia de Afrontamiento de Apoyo Social y Conductas Desadaptativas

Elaborado por: Mayra German

Fuente: Investigación de Campo

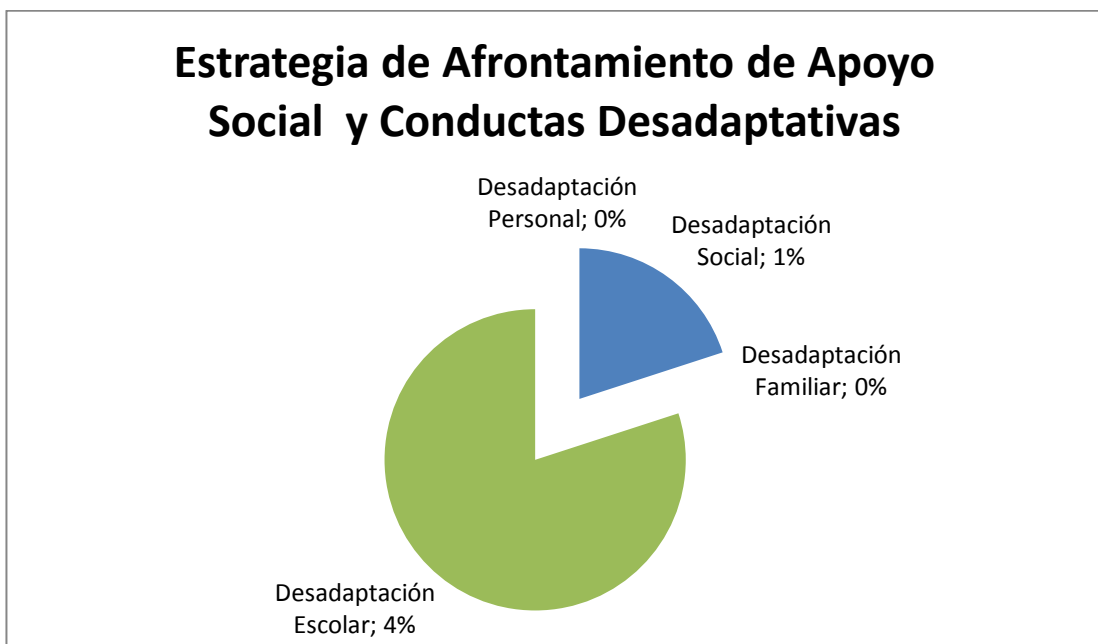


Gráfico 11: Estrategia de Afrontamiento de Apoyo Social y Conductas Desadaptativas

Elaborado por: Mayra German

Fuente: Investigación de Campo

Análisis de Resultados

Los datos que expreso anteriormente están tomados de la Tabla 4: Estrategias de Afrontamiento la cual refleja que la estrategia de afrontamiento de Apoyo Social representa un 5% de la población total, en comparación con la variable dependiente denota que el 4% se encuentra reflejada en el área de desadaptación escolar, y el 1% dentro del área a de desadaptación social, no encontrándose ningún porcentaje dentro del área de desadaptación familiar ni personal.

Interpretación

El resultado de la información de este cuadro combinado entre las variables de investigación podemos darnos cuenta que la mayoría de la población aplica de una manera más significativa la estrategia de afrontamiento de Apoyo Social principalmente en el área de desadaptación Escolar indicando así la necesidad de los adolescentes de relacionarse, disminuyendo mucho su uso en las otras áreas de desadaptación consideradas por esta investigación.

Tabla 11: Estrategia de Afrontamiento de Reestructuración Cognitiva y Conductas Desadaptativas

| Estrategia de Afrontamiento de Reestructuración Cognitiva y Conductas Desadaptativas | | | | |
|---|----------------------|------------------------|-----------------------|------------------------|
| Indicadores | Desadaptación Social | Desadaptación Familiar | Desadaptación Escolar | Desadaptación Personal |
| Reestructuración Cognitiva | 1% | 0% | 5% | 0% |

Tabla 11: Estrategia de Afrontamiento de Reestructuración Cognitiva y Conductas Desadaptativas

Elaborado por: Mayra German

Fuente: Investigación de Campo

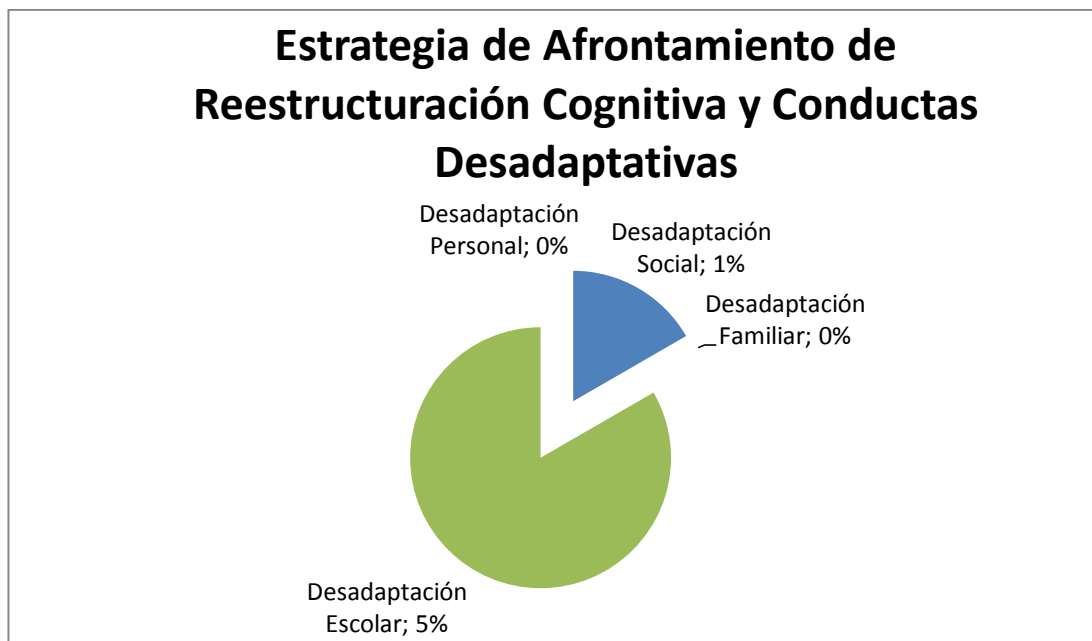


Gráfico 12: Estrategia de Afrontamiento de Reestructuración Cognitiva y Conductas Desadaptativas

Elaborado por: Mayra German

Fuente: Investigación de Campo

Análisis de Resultados

Los datos que expreso anteriormente están tomados de la Tabla 4: Estrategias de Afrontamiento la cual refleja que la estrategia de afrontamiento de Reestructuración Cognitiva representa un 6% de la población total, en comparación con la variable dependiente denota que el 4% se encuentra reflejada en el área de desadaptación escolar, y el 1% dentro del área a de desadaptación Escolar, no encontrándose ningún porcentaje dentro del área de desadaptación familiar ni personal.

Interpretación

El resultado de la información de este cuadro combinado entre las variables de investigación podemos darnos cuenta que la mayoría de la población aplica de una manera más significativa la estrategia de afrontamiento de Reestructuración Cognitiva principalmente en el área de desadaptación Escolar indicando así la necesidad de los adolescentes de relacionarse y utilizar también los comentarios

de sus pares, disminuyendo mucho su uso en las otras áreas de desadaptación consideradas por esta investigación.

Tabla 12: Estrategia de Afrontamiento de Evitación de Problemas y Conductas Desadaptativas

| Estrategia de Afrontamiento de Evitación de Problemas y Conductas Desadaptativas | | | | |
|---|----------------------|------------------------|-----------------------|------------------------|
| Indicadores | Desadaptación Social | Desadaptación Familiar | Desadaptación Escolar | Desadaptación Personal |
| Evitación de Problemas | 6% | 11% | 1% | 4% |

Tabla 12: Estrategia de Afrontamiento de Evitación de Problemas y Conductas Desadaptativas

Elaborado por: Mayra German

Fuente: Investigación de Campo

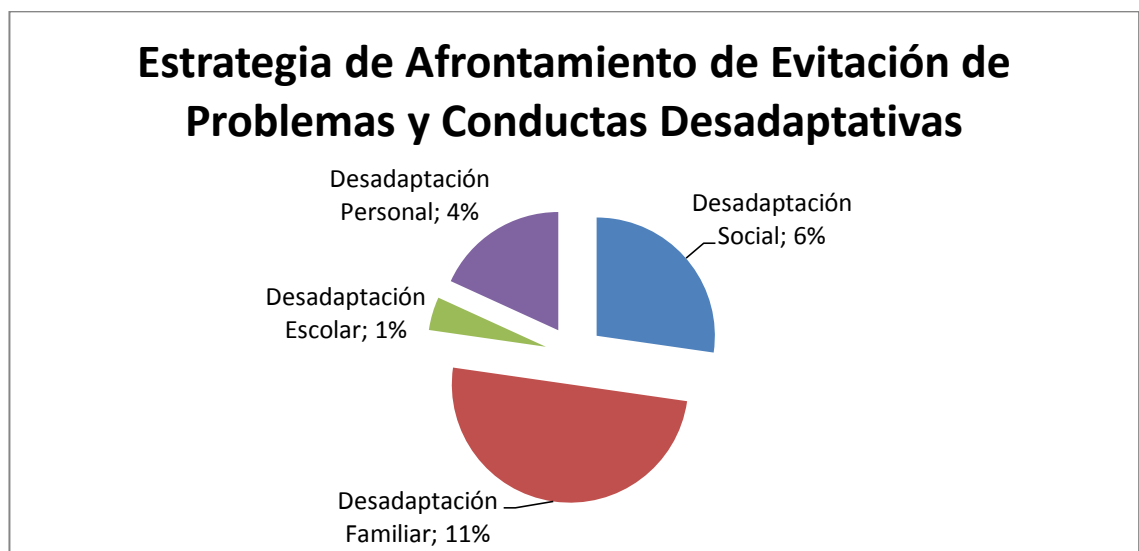


Gráfico 13: Estrategia de Afrontamiento de Evitación de Problemas y Conductas Desadaptativas

Elaborado por: Mayra German

Fuente: Investigación de Campo

Análisis de Resultados

Los datos que expreso anteriormente están tomados de la Tabla 4: Estrategias de Afrontamiento la cual refleja que la estrategia de afrontamiento de Evitación de Problemas representa un 22% de la población total, en comparación con la variable dependiente denota que el 11% se encuentra reflejada en el área de desadaptación Familiar, el 6% dentro del área a de desadaptación Social, el 4% en el área de desadaptación Personal y el 1% en el área de desadaptación Escolar.

Interpretación

El resultado de la información de este cuadro combinado entre las variables de investigación podemos darnos cuenta que la mayoría de la población aplica de una manera más significativa la estrategia de afrontamiento de Evitación de Problemas principalmente en el área de desadaptación Familiar denotando la necesidad de los adolescentes de querer eliminar los conflictos que se dan en esta área, disminuyendo mucho su uso en las otras áreas de desadaptación consideradas por esta investigación.

Tabla 13: Estrategia de Afrontamiento de Retirada Social y Conductas Desadaptativas

| Estrategia de Afrontamiento de Retirada Social y Conductas Desadaptativas | | | | |
|--|----------------------|------------------------|-----------------------|------------------------|
| Indicadores | Desadaptación Social | Desadaptación Familiar | Desadaptación Escolar | Desadaptación Personal |
| Retirada Social | 19% | 0% | 3% | 2% |

Tabla 13: Estrategia de Afrontamiento de Retirada Social y Conductas Desadaptativas

Elaborado por: Mayra German

Fuente: Investigación de Campo

Estrategia de Afrontamiento de Retirada Social y Conductas Desadaptativas

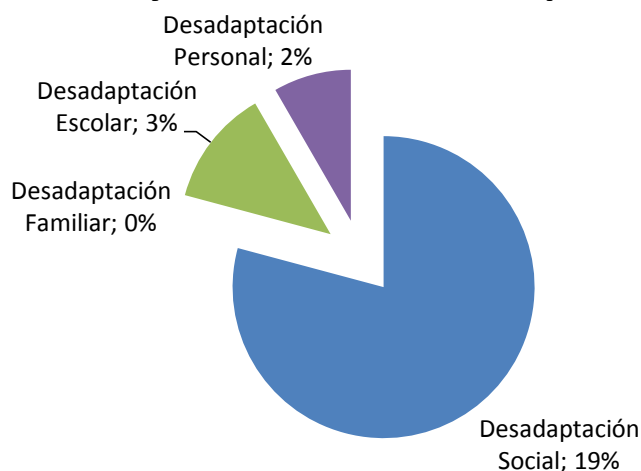


Gráfico 14: Estrategia de Afrontamiento de Retirada Social y Conductas Desadaptativas

Elaborado por: Mayra German

Fuente: Investigación de Campo

Análisis de Resultados

Los datos que expreso anteriormente están tomados de la Tabla 4: Estrategias de Afrontamiento la cual refleja que la estrategia de afrontamiento de Retirada Social representa un 24% de la población total, en comparación con la variable dependiente denota que el 19% se encuentra reflejada en el área de desadaptación Social, el 3% dentro del área a de desadaptación Escolar, el 2% en el área de desadaptación Personal, no encontrándose ningún porcentaje dentro del área de desadaptación familiar.

Interpretación

El resultado de la información de este cuadro combinado entre las variables de investigación podemos darnos cuenta que la mayoría de la población aplica de una manera más significativa la estrategia de afrontamiento de Evitación de Problemas principalmente en el área de desadaptación Social mostrando así la inseguridad

que el adolescente presenta en su entorno y como en otras áreas de desadaptación consideradas por esta investigación el porcentaje disminuye considerablemente.

4.3 Verificación de la Hipótesis

4.3.1 Hipótesis General

Las estrategias de Afrontamiento influyen en las conductas desadaptativas de los adolescentes de los segundos años de bachillerato urbano-fiscales del distrito 1, parroquia la Merced de la ciudad de Ambato

Correlaciones

| | | Estrategias de Afrontamiento | Conductas desadaptativas |
|------------------------------|---------------------|------------------------------|--------------------------|
| Estrategias de Afrontamiento | Pearson Correlación | 1 | -,166* |
| | Sig. (2-tailed) | | ,035 |
| | N | 162 | 162 |
| Conductas desadaptativas | Pearson Correlación | -,166* | 1 |
| | Sig. (2-tailed) | ,035 | |
| | N | 162 | 162 |

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Gráfico 15: Correlaciones de Pearson

Elaborado por: Mayra German

Fuente: Investigación de Campo

Se utilizó la correlación de Pearson encontrando que si existe relación entre Estrategias de afrontamiento y las conductas desadaptativas (C. Pearson -0,166, $p < ,05$, $N = 162$), por lo que se acepta la hipótesis ya que se comprueba la alta

relación que tiene el poseer estrategias de afrontamiento en relación a la forma de reaccionar ante una situación conflictiva con el fin de lograr una adaptación o desadaptación al medio que rodea a los adolescentes.

4.3.2 Hipótesis Específica

La Expresión Emocional como Estrategia de Afrontamiento influye en las conductas desadaptativas dentro del ámbito escolar, de los adolescentes de los segundos años de bachillerato urbano fiscales del distrito 1, parroquia la Merced de la ciudad de Ambato.

| Desadaptación Escolar | |
|------------------------------|-----------|
| Resolución de Problemas | 0 |
| Autocrítica | 12 |
| Expresión Emocional | 6 |
| Pensamiento Desiderativo | 1 |
| Apoyo Social | 7 |
| Reestructuración Cognitiva | 10 |
| Evitación de Problemas | 1 |
| Retirada Social | 5 |
| Total | 42 |

Tabla 14: Estrategia de Afrontamiento de Retirada Social y Conductas Desadaptativas

Elaborado por: Mayra German

Fuente: Investigación de Campo

Bajo los Resultados de la tabla 14 podemos verificar que la hipótesis específica mencionada anteriormente no se cumple ya que la estrategia de expresión emocional no es una de las más altas dentro del área de desadaptación escolar, ya que representa un 6% del total de la población que presento este tipo de conductas desadaptativas.

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 Conclusiones

Al finalizar el trabajo investigativo se puede concluir:

- De acuerdo a los resultados obtenidos en el proceso investigativo, se concluye que las estrategias de afrontamiento que poseen los adolescentes que presentan conductas desadaptativas de los Segundos años de Bachillerato en orden descendente son Retirada Social, Evitación de Problemas, Autocrítica, Pensamiento Desiderativo, Expresión Emocional, Restructuración Cognitiva, Apoyo social Restructuración cognitiva,.
- En la realización del presente proyecto, se logró establecer las estrategias de afrontamiento más utilizadas por los adolescentes de los segundos de bachillerato, las cuales demostraron ser tres las que sobrepasaron el 20% de la población estas son la Retirada Social, Evitación de Problemas, y Autocrítica las cuales demuestran que los jóvenes prefieren afrontar solos sus situaciones estresantes, e incluso culparse por la dificultad por la que están pasando.
- Al investigar acerca de las conductas desadaptativas de los adolescentes podemos concluir que el área de mayor desadaptación es el área Social que obtuvo un total del 40% de la población total, esta área incluye conductas como aislamiento, conflictos con sus iguales e incluso con la autoridad, inseguridad el momento de relacionarse, actitudes críticas dirigidas hacia

sí mismo y a los que le rodean, conductas negativas que muestre su clara inconformidad con las personas que están a su alrededor.

- Se comprobó la hipótesis general “Las estrategias de Afrontamiento influyen en las conductas desadaptativas de los adolescentes de los segundos años de bachillerato urbano-fiscales del distrito 1, parroquia la Merced de la ciudad de Ambato” ya que las estrategias de afrontamiento influyen positiva y directamente en las conductas desadaptativas ya que mediante el cuadro de la prueba de Correlaciones de Pearson muestran una relación ascendente es decir a mayor cantidad de estrategias de afrontamiento menor cantidad de conductas desadaptativas, y que a mayor cantidad de conductas desadaptativas menor utilización de estrategias de afrontamiento en los adolescentes del segundo de bachillerato de las instituciones educativas del distrito 1 de la ciudad de Ambato.
- Dentro de la hipótesis específica “La Expresión Emocional como Estrategia de Afrontamiento influye en las conductas desadaptativas dentro del ámbito escolar, de los adolescentes de los segundos años de bachillerato urbano fiscales del distrito 1, parroquia la Merced de la ciudad de Ambato.” podemos concluir que se cumple ya la estrategia de expresión emocional tiene un porcentaje medio dentro de la influencia en la desadaptación escolar, pero que no es la única estrategia que los adolescentes utilizan ya que esta área de desadaptación presenta dos estrategias con porcentajes más altos las cuales son: Autocrítica y Reestructuración Cognitiva.

5.2 Recomendaciones

- Elaborar un espacio de formación psicológica en las instituciones especializada en los adolescentes que les permita conocer acerca de su etapa evolutiva, como manejar situaciones estresantes, adaptación e incluso cultura, que les permita desenvolverse en los diferentes ambientes de mejor manera.
- Crear espacios adecuados para que los adolescentes puedan interactuar entre sí y con personas de diferentes edades que les permitan compartir experiencias, aprender y divertirse.
- Realizar un estudio longitudinal acerca de los modos de relación interpersonal de los adolescentes y cuál es su manera de convivencia en los mismos.
- Organizar conferencias tanto para padres como profesores con el fin de que sepan guiar al adolescente de la mejor manera en el ambiente en el que estén desenvolviéndose.

CAPÍTULO VI

PROPUESTA

6.1 DATOS INFORMATIVOS

Tema:

Proceso terapéutico basado en la aplicación de la Terapia Racional Emotiva para el manejo de Estrategias de Afrontamiento en la adaptación Social.

Institución: Unidad Educativa Mayor “Ambato” y Unidad Educativa Neptalí Sancho Jaramillo

Población: Estudiantes de segundo de Bachillerato

Provincia: Tungurahua

Cantón: Ambato

Parroquia: La Merced

Responsable: Mayra German

Fecha de Elaboración: Noviembre 2014

Fecha de Ejecución: Enero- Abril 2015

Institución Ejecutora: Universidad Técnica de Ambato, Especialidad Psicología Clínica

Beneficiarios: Estudiantes y profesores de las instituciones mencionadas

6.2 Antecedentes de la Propuesta

Mediante el presente trabajo de investigación se demostró que existe una clara influencia entre las estrategias de afrontamiento que utilizan los adolescentes y la manera de adaptarse o incluso de desadaptarse ante cuatro áreas específicas que medimos por medio del test psicológico IAC que son el área escolar, el área familiar, el área social y el área personal, dado que serán las maneras de actuar directamente o incluso indirectamente ante la situación que se esté presentando y la forma como reaccionaran en un ambiente o espacio antes mencionado. Destacándose las estrategias de afrontamiento más utilizadas por los jóvenes la “Retirada Social” y la “evitación de Problemas” las cuales influyen directamente en la desadaptación en el “área social”, las cuales influyen tanto en el comportamiento como en las emociones que experimenta la población antes mencionada.

Lo que significa que si en realidad las estrategias de afrontamiento que están utilizando los estudiantes de los segundos de bachillerato realmente afectan e influyen en las conductas desadaptativas que presentan dentro y fuera del ámbito escolar, familiar y personal

6.3 Justificación

La aplicación de la presente propuesta es de suma importancia ya que en base a los resultados de la investigación previa, las estrategias de afrontamiento de “Retirada Social” y “Evitación de Problemas” son altamente influyentes en la desadaptación de los adolescentes en el área Social, por lo que afecta no solamente su rendimiento sino también su realización personal.

Para la presente propuesta se ha tomado en cuenta la utilización de dos técnicas cognitivo conductuales que permitirán al adolescente utilizar de mejor manera las estrategias de afrontamiento propuestas por Lazarus y Folkman en 1984 logrando

así una mejor adaptación en las diferentes áreas medidas en la investigación previa.

Mi propuesta de solución cuenta con originalidad ya contiene la aproximación de elementos teóricos y técnicos marcados por la corriente Cognitivo Conductual, haciendo uso de técnicas de intervención elegidas por la autora debido a que es realizada en base a la problemática y a las necesidades actuales de los adolescentes que se encuentran estudiando en las instituciones educativas de distrito 1 de la ciudad de Ambato.

6.4 OBJETIVOS

6.4.1 Objetivo General

Emplear un proceso de terapéutico individual, basado en las técnicas de la terapia racional emotiva para disminuir la desadaptación social de los adolescentes de Segundo de Bachillerato

6.4.2 Objetivos Específicos

- Disminuir el uso de las estrategias de Afrontamiento de Retirada Social, Evitación de Problemas y Autocrítica.
- Reducir el nivel de desadaptación en el área Social de los adolescentes de Segundo de Bachillerato

6.5 ANÁLISIS DE FACTIBILIDAD

Esta propuesta de solución es factible debido a que es fácilmente aplicable y existe la apertura de las autoridades de las instituciones mencionadas anteriormente y la apertura tanto de estudiantes como de padres al entender que el aprendizaje de estrategias de afrontamiento son importantes para un buen

desarrollo biopsicoemocional de los adolescentes y les da herramientas para manejar los conflictos dentro de esta etapa y en el futuro.

6.6 FUNDAMENTACIÓN CIENTÍFICO-TÉCNICA

Dentro del modelo Cognitivo Conductual se utilizará la Terapia Racional Emotiva de Albert Ellis con la finalidad de realizar una reestructuración cognitiva y disminuir la presencia de la estrategia de afrontamiento de “Evitación de Problemas”.

Bajo los fundamentos teóricos y empíricos de la Terapia Racional Emotiva se toma las creencias irracionales como el precedente de la perturbación emocional; concepto que nos permitirá mediante esta técnica, la detección de las creencias irracionales que hacen que esta estrategia de afrontamiento se presente en los adolescentes y es el paso inicial y de mayor importancia en el del proceso terapéutico para que este sea aceptado, una vez identificadas las creencias irracionales que forman parte de la base del conflicto, es importante continuar con los pasos que determina Albert Ellis para el adecuado procedimiento en la Terapia Racional Emotiva.

1. Establecimiento de Metas: Es significativo que categoricemos los problemas del adolescente en término del ABC; siendo los sucesos (A), las creencias irracionales (B) y las consecuencias emocionales y conductuales (C), los componentes del cuadro sintomático con el fin de entender las razones de su evitación.

2. Insight Racional Emotivo: En la Terapia Racional Emotiva hay cinco insights importantes para obtener el mayor resultado posible de la terapia:

- a). Ideas y creencias actuales; este insight explica la causa real de los problemas emocionales y ayuda al adolescente a ser responsable de ellos.
- b). Sucesos históricos cercanos al adolescente y con los cuales continúa identificándose, es decir, las mismas creencias irracionales aprendidas en el

pasado y que continúan repitiéndose; y que solamente a través de insight el joven aprende que su auto-condicionamiento continuo es más importante que sus experiencias tempranas.

c). Conciencia, conocimiento y apreciación sobre las ideas o creencias particulares que causan los problemas emocionales; este insight no sólo muestra que el Adolescente debe cambiar para poder superar sus problemas, sino también fomenta la confianza y el poder del mismo, ya que no depende de fuerzas externas para encontrarse mejor.

d). Aceptación de sí mismos a pesar de haber creado y mantenido todos sus problemas emocionales; la importancia de este insight radica en que el adolescente no se culpe por los que está sucediendo, sino que se reconozca como el autor de sus propias dificultades.

e). Es necesario un ataque enérgico y prolongado sobre las creencias irracionales; este insight pone de manifiesto que los cuatro primeros no son suficientes sino que el adolescente debe trabajar ardua e intensamente para abandonar dichos patrones de pensamiento.

3. Trabajar hacia lo racional-emotivo; una base de conocimiento racional: Es en esta etapa la que concentra la mayor energía y tiempo y donde tienen lugar los cambios de larga duración, ya que el adolescente por el mismo hecho de estar en un proceso de cambio no deseará cambiar aquella estrategia que le ha funcionado hasta la actualidad, a pesar de que le ha creado ciertas dificultades en su medio social, por lo que se necesitara de pensamiento crítico y la posibilidad de ofrecerle diferentes opciones de pensamiento y reacción (Utilización y aprendizaje de las otras estrategias de afrontamiento). En esta etapa existen cuatro metas a conseguir:

- I. Ayudar al adolescente a comprender lo que es ilógico y falso acerca de la estrategia utilizada.
- II. Mostrar al adolescente las consecuencias contraproducentes de comportamiento (desadaptación).

- III. Enseñar al adolescente ideas nuevas y alternativas contrarias a su estrategia de afrontamiento.
- IV. Convencer al adolescente de los beneficios de estas nuevas estrategias.

4. Trabajar hacia lo racional-emotivo; facilitar una nueva filosofía: dos componentes:

- **Debate:** Este proceso emplea el método lógico-empírico de experimentación y cuestionamiento científico; estas estrategias servirán para ayudar al adolescente a determinar si sus ideas son válidas o nulas. En primer lugar es importante utilizar preguntas retóricas, ideando experiencias conductuales y emotivas y enseñar al joven a hacer lo mismo, logrando así que sea capaz de distinguir la parte racional e irracional de su estrategia.
- **Fortalecimiento del hábito:** Este proceso sirve para consolidar en el adolescente sus nuevas estrategias; mostrándole diversas formas para convencerse a sí mismo del valor diestro de lo que ha aprendido, de esta forma el joven encuentra un tipo de habituación racional-emotiva en la cual se refuerza por los pensamientos racionales y castiga por pensar irracionalmente.

Principales técnicas de tratamiento en la Terapia Racional Emotiva:

Ellis (1989) clasifica las principales técnicas de la Terapia Racional Emotiva en función de los procesos cognitivos, emocionales y conductuales implicados en ellas:

A. TÉCNICAS COGNITIVAS:

- **Detección:** Consiste en buscar las Creencias irracionales que llevan a las emociones, conductas perturbadoras y mala utilización de estrategias de Afrontamiento, para lo cual utiliza auto-registros que llevan un listado de creencias irracionales, permitiendo su identificación.

- **Refutación:** Consiste en una serie de preguntas que el terapeuta emplea para contrastar las creencias irracionales (y que posteriormente puede emplear el Adolescente).
- **Discriminación:** El terapeuta enseña al Adolescente la diferencia entre las estrategias de afrontamiento adecuadas o no.
- **Tareas cognitivas para casa:** Se utilizan con profusión los auto-registros de eventos con guías de refutación. .
- **Técnicas referenciales:** Se anima al paciente a realizar un listado de aspectos positivos de una característica o conducta, para evitar generalizaciones.
- **Técnicas de imaginación:** Se utilizan, sobretodo, tres modalidades:
 - a. **La Imaginación Racional Emotiva (IRE):** donde el paciente mantiene la misma imagen del suceso aversivo (Elemento A, del ABC) y modifica su respuesta emocional en C, desde una emoción inapropiada a otra apropiada, aprendiendo a descubrir su cambio de la creencia irracional.
 - b. **La proyección en el tiempo:** El paciente se ve afrontando con éxito eventos pasados o esperados negativos a pesar de su valoración catastrofista.
 - c. **Hipnosis:** Técnicas hipno-sugestivas en conjunción con frases racionales.

B. TÉCNICAS EMOTIVAS:

- **Aceptación incondicional:** Se acepta al Adolescente a pesar de lo negativa que sea su conducta. Generando aceptación Propia.
- **Métodos humorísticos:** Con ellos se anima a los Adolescentes a descentrarse de su visión extremadamente dramática de los hechos.
- **Autodescubrimiento:** El terapeuta puede mostrar que ellos también son humanos y han tenido problemas similares a los del adolescente, para así fomentar un acercamiento y modelado de superación, pero imperfecto.

- **Modelado vicario:** Se emplea historias, leyendas, parábolas, etc. para mostrar las conductas y estrategias de afrontamiento y su modificación.
- **Inversión del rol racional:** Técnica en la que el adolescente utiliza una estrategia diferente y comprueba resultados.
- **Ejercicio de riesgo:** Se anima al Adolescente a asumir riesgos calculados.
- **Repetición de frases racionales** a modo de auto-instrucciones.
- **Construcción de canciones, redacciones, ensayos o poesías:** Se anima al adolescente a crear textos en los que utilice las nuevas conductas y estrategias aprendidas.

C. TÉCNICAS CONDUCTUALES:

- Tareas para casa del tipo exposición a situaciones evitadas.
- **Técnica de "Quedarse allí":** se pone a prueba al adolescente recordando hechos incómodos con el fin de que los tolere.
- **Ejercicios de no demorar tareas:** Se anima al adolescente a no dejar tareas para "mañana" para no evitar la incomodidad.
- **Uso de recompensas y castigos:** Se anima al adolescente a reforzarse sus afrontamientos racionales y adaptativos y a castigarse sus conductas desadaptativas o que generen incomodidad.

6.7 MODELO OPERATIVO

FASE 1 INDUCCIÓN - CONCEPTUALIZACIÓN

| MODELO TERAPEUTICO | | |
|---|--|--|
| <p>Tema: Proceso terapéutico basado en la aplicación de estrategias cognitivos-conductuales (Terapia Racional Emotiva) para el manejo de Estrategias de Afrontamiento en la adaptación Social.</p> | | |
| <p>Entidad Beneficiaria: Unidad Educativa Mayor “Ambato” y Unidad Educativa Neptalí Sancho Jaramillo</p> | <p>Etapa inicial:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sociabilización de los resultados de la investigación (Grupal). - Entrevista inicial (Individual). | |
| <p>Ejecutor: Mayra German</p> | | |
| <p>Objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Establecer una relación terapéutica basada en la empatía y la confianza - Establecer el encuadre terapéutico sustentado en las normas y reglas del proceso. - Explicar la Terapia Racional Emotiva con el fin de demostrar cómo influyen las conductas desadaptativas y el manejo de las mismas en las estrategias de Afrontamiento. | | |
| Actividades | Recursos | Numero de sesiones |
| <ul style="list-style-type: none"> - Resumen ejecutivo de los resultados de la investigación a la población participante. - Técnicas informativas y explicativas | <ul style="list-style-type: none"> - Proyector. - Diapositivas. - Discurso. - Consultorio psicológico y Materiales de oficina. | <ul style="list-style-type: none"> - Una sesión grupal - Dos sesión individual |

CONCEPTUALIZACION

Tabla 15: Fase 1 Fase De Inducción – Conceptualización

Elaborado por: Mayra German

Fuente: Investigación de Campo

FASE 2

JERARQUIZACIÓN DE ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO

| | | |
|--|--|--|
| <p>MODELO TERAPÉUTICO Tema: Proceso terapéutico basado en la aplicación de estrategias cognitivos- conductuales (Terapia Racional Emotiva) para el manejo de Estrategias de Afrontamiento en la adaptación Social.</p> | | |
| <p>Entidad Beneficiaria: Unidad Educativa Mayor “Ambato” y Unidad Educativa Neptalí Sancho Jaramillo</p> | <p>Etapas iniciales:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Encuadre del proceso terapéutico (Individual) - Establecimiento de rapport (Individual) | |
| <p>Ejecutor: Mayra German</p> | | |
| <p>Objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Informar sobre las conductas desadaptativas y estrategias de afrontamiento que interfieren en la vida del Adolescente - Organizar estrategias de afrontamiento más utilizadas por el adolescente - Seleccionar la o las estrategias de afrontamiento del conflicto actual | | |
| <p>Actividades</p> | <p>Recursos</p> | <p>Numero de sesiones</p> |
| <ul style="list-style-type: none"> - Información - Jerarquización - Selección | <ul style="list-style-type: none"> - Consultorio psicológico - Materiales de oficina. | <ul style="list-style-type: none"> - Tres sesiones individuales |

Tabla 16: Fase 2 Jerarquización de Estrategias de Afrontamiento

Elaborado por: Mayra German

Fuente: Investigación de Campo

FASE 3 CONCIENTIZACIÓN

| | | |
|---|---|--|
| <p>MODELO TERAPÉUTICO Tema: Proceso terapéutico basado en la aplicación de estrategias cognitivo-conductuales (Terapia Racional Emotiva) para el manejo de Estrategias de Afrontamiento en la adaptación Social.</p> | | |
| <p>Entidad Beneficiaria: Unidad Educativa Mayor “Ambato” y Unidad Educativa Neptalí Sancho Jaramillo</p> | <p>Etapa intermedia:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Comunicación y descarga emocional. - Insight | |
| <p>Ejecutor: Mayra German</p> | | |
| <p>Objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Explicar las causas reales de la desadaptación del adolescente - Ayudar al adolescente a aprender que su auto-condicionamiento continuo es más importante que sus experiencias tempranas - Fomentar la confianza y el poder propio del joven | | |
| <p>Actividades</p> <ul style="list-style-type: none"> - Interiorización de ideas y estrategias de Afrontamiento actuales - Interiorización de sucesos históricos circundantes - Conciencia, conocimiento y apreciación sobre las ideas o creencias particulares que causan los problemas emocionales - Aceptación de sí mismos | <p>Recursos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Consultorio psicológico - Materiales de oficina. | <p>Numero de sesiones</p> <ul style="list-style-type: none"> - Siete sesiones individuales |

Tabla 17: Fase 3 Concientización

Elaborado por: Mayra German

FASE 4 DESARROLLO

| | | |
|---|--|--|
| <p>MODELO TERAPEÚTICO Tema: Proceso terapéutico basado en la aplicación de estrategias cognitivos-conductuales (Terapia Racional Emotiva) para el manejo de Estrategias de Afrontamiento en la adaptación Social.</p> | | |
| <p>Entidad Beneficiaria: Unidad Educativa Mayor “Ambato” y Unidad Educativa Neptalí Sancho Jaramillo</p> | <p>Etapa intermedia: - Desarrollo del conocimiento racional</p> | |
| <p>Ejecutor: Mayra German</p> | | |
| <p>Objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ayudar al Adolescente a comprender lo que es ilógico y falso acerca de las ideas irracionales que generan conductas desadaptativas. - Mostrar al adolescente las consecuencias contraproducentes de sus estrategias de afrontamiento. - Enseñar al adolescente ideas nuevas y alternativas contrarias a sus estrategias de afrontamiento. - Convencer al adolescente de los beneficios de estas nuevas ideas. | | |
| <p>Actividades</p> <ul style="list-style-type: none"> - Técnicas Referenciales - Proyección en el tiempo - Refutación y Discriminación - Ataque a la vergüenza | <p>Recursos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Consultorio psicológico - Materiales de oficina. | <p>Numero de sesiones</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cinco sesiones individuales |

Tabla 18: Fase 4 Desarrollo
Elaborado por: Mayra German
Fuente: Investigación de Campo

FASE 5 VERIFICACIÓN Y SEGUIMIENTO

| | | |
|--|--|--|
| MODELO TERAPÉUTICO | | |
| Tema: Proceso terapéutico basado en la aplicación de estrategias cognitivo-conductuales (Terapia Racional Emotiva) para el manejo de Estrategias de Afrontamiento en la adaptación Social. | | |
| Entidad Beneficiaria: Unidad Educativa Mayor “Ambato” y Unidad Educativa Neptalí Sancho Jaramillo | Etapa final: | |
| Ejecutor: Mayra German | <ul style="list-style-type: none"> - Desarrollo de conclusiones - Cierre. - Seguimiento | |
| Objetivos: | | |
| <ul style="list-style-type: none"> - Ayudar al Adolescente a determinar si sus nuevas ideas son válidas o nulas. - Mostrar al adolescente formas para convencerse a sí mismo del valor pragmático de lo que ha aprendido. - Evaluar periódicamente el avance del adolescente. | | |
| Actividades | Recursos | Numero de sesiones |
| <ul style="list-style-type: none"> - Refutación, diálogo socrático - Refuerzo de pensamientos racionales - Inversión de rol racional | <ul style="list-style-type: none"> - Consultorio psicológico - Materiales de oficina. | <ul style="list-style-type: none"> - Tres sesiones individuales - Una sesión mensual (Seguimiento) |

Tabla 19: Fase 4 Verificación y Seguimiento
 Elaborado por: Mayra German
 Fuente: Investigación de Campo

6.8 ADMINISTRACIÓN DE LA PROPUESTA

6.8.1 Recursos Físicos o Institucionales

- Universidad Técnica de Ambato
- Unidad Educativa Mayor “Ambato”.
- Unidad Educativa Neptalí Sancho Jaramillo.

6.8.2 Recursos Humanos

- Investigador:
- Tutor:
- Estudiantes de
- Padres de familia
- Profesores

6.8.3 Materiales

- Materiales de oficina
- Ficha de evaluación y seguimiento

6.8.4 Presupuesto

| PRESUPUESTO | |
|------------------------|--------------|
| Gastos | Valor |
| Infocus | 800 |
| Laptop | 1.000 |
| Materiales de Oficina | 100 |
| Copias | 50 |
| Transporte | 50 |
| Material Bibliográfico | 200 |
| Salario | 500 |
| Imprevistos | 200 |
| Total | 2.900 |

Tabla 20: Presupuesto

Elaborado por: Mayra German

Fuente: Investigación de Campo

6.9 PLAN DE MONITOREO Y EVALUACIÓN

| Preguntas Básicas | Explicación |
|-----------------------------|--|
| 1. ¿Que evaluar? | Estrategias de afrontamiento Conductas desadaptativas |
| 2. ¿Por qué evaluar? | Determinar la influencia de las estrategias de afrontamiento en los adolescentes que presentan conductas desadaptativas. |
| 3. ¿Para qué evaluar? | Determinar la eficacia del proyecto |
| 4. Indicadores | Cuantitativo |
| 5. ¿Quién evalúa? | Mayra German |
| 6. ¿Cuándo evaluar? | Etapas del plan de actividades |
| 7. ¿Cómo y con que evaluar? | Fichas de evaluación y seguimiento |
| 8. Fuentes de información | Bibliográfica |

Tabla 21: Plan De Monitoreo Y Evaluación

Elaborado por: Mayra German

Fuente: Investigación de Campo

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

| ACTIVIDADES | MESES | | | | | | | | | | | | |
|---|-------|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|--|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | |
| Desarrollo y Aprobación del Proyecto | | | | | | | | | | | | | |
| Asignación de Tutor y aprobación de tema | | | | | | | | | | | | | |
| Aplicación, calificación y tabulación de los instrumentos | | | | | | | | | | | | | |
| Desarrollo de la propuesta y culminación de proyecto de investigación | | | | | | | | | | | | | |
| Defensa del proyecto de investigación | | | | | | | | | | | | | |

Tabla 22: Cronograma de Actividades

Elaborado por: Mayra German

Fuente: Investigación de Campo

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BIBLIOGRAFÍA

- Aguirre, B. Á. (1994). *Psicología de la adolescencia*.(p.33). Barcelona: Boixareu Universitaria.
- Barcelata, B., García, E. y Gómez, E. (2006).*Estilos de afrontamiento en adolescentes y su relación con la presencia de estrés y malestar emocional*.
- Beck AT, Rush AJ, Shaw BF et al. (1979). *Cognitive therapy of depression*. New York: Guilford Press.
- Caballo, Vicente y cols. (comp..) “*Manual de Técnicas de terapia y modificación de conducta*”. Editorial Siglo XXI, España. 1998.
- Cano, F.; Rodríguez, L. & García, J. (2007).*Adaptación española del Inventario de Estrategias de Afrontamiento*. (pp.56-57). Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológicos. Facultad de Psicología Universidad de Sevilla. Sevilla, España.
- Casullo, M.M; Castro Solano, A. (2000).*Evaluación del bienestar psicológico*. Ficha de Catedra. Técnicas psicométricas II. Universidad de Buenos Aires, Facultad de Psicología.
- Congreso Nacional. (2003). Código de la Niñez y Adolescencia. Publicado por Ley No. 100. En Registro Oficial No. 737 de 3 de Enero del 2003. Ecuador.
- Davison, Gerald C. (2002) " *Psicología de la conducta anormal*". Editorial Limusa Wiley, 2ª. ed. México
- Ellis, A. “*Razón y Emoción en psicoterapia*”. Editorial Siglo XXI, México, D. F. 1988
- Ellis, A.; Caballo, V. y Lega, L. “*Terapia Racional Emotivo Conductual*” Editorial Siglo XXI, México, D. F., 1999.

- Engel G.L. (1962). *Psychological development in health and disease*. Philadelphia, Saunders.
- Erikson, E. (1972). *Sociedad y Adolescencia*, Siglo xxi editores. s.a. de c.v. ISBN 968-23-1841-6. Décimo novena edición 2004. México.
- Fernández-Abascal, E.G. (1997). *Estilos y estrategias de afrontamiento*. En E.G. Fernández-Abascal, F. Palmero, M. Chóliz y F. Martínez (Eds.), Cuaderno de prácticas de motivación y emoción. Madrid: Pirámide.
- Figuroa, M. I., Contini, N., Lancuza, A. B., Levín, M. y Estévez Suedan, A. (2005). *Las estrategias de afrontamiento y su relación con el nivel de Bienestar psicológico*. Un estudio con adolescentes de nivel socioeconómico bajo de Tucumán (Argentina). (pp.66-72). Argentina. *Anales de Psicología*, 21(1).
- Galarza, A.J. (2013). “*Niveles de autoestima y su relación con Estrategias de Afrontamiento al estrés en estudiantes de primer año de bachillerato de los centros educativos fiscales de la parroquia Celiano Monge del cantón Ambato durante el año lectivo 2012-2013*”. Tesis para la obtención de título de psicólogo clínico no publicado, UTA, (pp. 50-56). Ambato, Ecuador.
- González de Rivera, J.L. *Factores de estrés y enfermedad médica*. Actas Luso-Españolas de Neurología y Psiquiatría, 1991, 19: 290-297.
- Grill, S. (1998). “*Psicoterapia e investigación*”. Revista de Investigación Facultad de Psicología de la Udelar.
- Holroyd, K.A. y Lazarus, R.S. (1982). Stress, coping and somatic adaptation. En L. Goldberger y S. Breznitz (Eds.), *Handbook of Stress: Theoretical and Clinical Aspects*. New York: Free Press.
- Inhelder, B., & Piaget, J. (1955). *De la logique de l'enfant à la logique de l'adolescent*. Ed. París: Presses Universitaires de France.

- Kotliarenco, M.A. (1999) *Algunas particularidades metodológicas en los estudios sobre Resiliencia*, MAK consultores.
- Krauskopf, Dina. (1997). *Crisis Social y Dificultades en la Adolescencia*. En Pediatría. Tomo 2. Quinta edición, Meneghello, J. et. al editores. Editorial Médica Panamericana. Buenos Aires.
- Lazarus, R. S. (1991). *Estrés y emoción. Manejo e implicaciones en nuestra salud*. España, Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Lazarus, R. S. (1988) “*Vulnerabilidad y resistencias individuales al estrés psíquico*”. En Kalimo, R. et al. Los Factores Psicosociales en el Trabajo. Organización Mundial de la Salud.
- Lazarus, RS. & Folkman, S. (1991). *Estrés y procesos cognitivos*. México D.F., (Ed.) Martínez Roca. (Orig. 1984).
- Mañas, V. C. (2011, Diciembre 7). *Claves del proceso socializador durante la adolescencia*. Alternativas. Cuadernos de Trabajo Social. N.2.
- Ministerio de Educación y Cultura. (2010). *Programa Nacional de Educación Preventiva del Uso indebido de Drogas*. Participación Estudiantil, 18
- Mira y López, E. (1961) Prólogo a la primera edición castellana. En J.B. Watson (Ed.) *El conductismo* (págs. 13-15). Buenos Aires: Paidós.
- Morera A.L. y González de Rivera J.L. (1983). *Relación entre factores de estrés, depresión y enfermedad médica*. Psiquis; (6; pp.28-36).
- Organización Mundial de la Salud (1993). *Clasificación estadística internacional de enfermedades y otros problemas de salud (CIE-10)*. Madrid: Meditor.
- Rogers, C. *Terapia, Personalidad y Relaciones Interpersonales*. Ediciones Nueva, Buenos Aires.
- Salotti, P. (2006). *Estudio sobre estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en una muestra de adolescentes de Buenos Aires*. Tesis para optar el Grado de Lic. en Psicología. Universidad de Belgrano, Buenos Aires.

- Sandín, B., Rodero, B., Santed, M.A., y García-Campayo, J. (2006). *Sucesos vitales estresantes y trastorno de pánico: Relación con el inicio del trastorno, la gravedad clínica y la agorafobia*. Revista de Psicopatología y Psicología Clínica, 11 (3) (pp.179-190).
- Segarra, I. (2000). *Introducción a la Psicopatología*. (3ra Edición), Argentina.
- Sue, David; Sue, Derald & Sue, Stanley (1994) "*Comportamiento anormal*". Mc.Graw-Hill, 4a. ed. México
- Valdés, M. y De Flores, T. *Psicobiología del estrés*. Martínez Roca, Barcelona, 1990
- Vogel, W.H. (1985). *Coping, stress, stressors and health consequences*. *Neuropsychobiology*, (13) (pp.129-135)
- Watson, J.B. (1924) *Behaviorism*. Nueva York: W.W. Norton. (Traducción en Paidós, Buenos Aires, 1961).

LINKOGRAFÍA

- Almagiá, E. B. (1987). *El desarrollo moral: una introducción a la teoría de Kohlberg*. Revista Latinoamericana de Psicología. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80519101>
- American Psychological Association. (2014). *Acerca de nosotros A.P.A.* Recuperado de: <http://www.apa.org/centrodeapoyo/tipos.aspx>
- Blakemore, S. J. (2013). *El cerebro adolescente*. Edge.org. Recuperado de: <http://edge.org/response-detail/23798>
- Bordignon, Nelso Antonio (2005). *El desarrollo psicosocial de Eric Erikson. El diagrama epigenético del adulto*. Revista Lasallista de Investigación. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=69520210> > ISSN 1794-4449

- Cano, A. (2012). SEAS. *Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés*. Recuperado de:
<http://pendientedemigracion.ucm.es/info/seas/index.htm>
- Casado, F. (2002). Acerca de nosotros: *Consejo General de la Psicología de España*. Recuperado de:
www.cop.es/delegaci/andocci/files/contenidos/VOL20_3_5.pdf
- Correa M., Zubarew T., Silva P. & Romero M. (2006). *Prevalencia de riesgo de trastornos alimentarios en adolescentes mujeres escolares de la Región Metropolitana*. *Revista chilena de pediatría*, 77(2), 153-160.
 Recuperado de:
http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S03704106200600200005&lng=es&tlng=es.10.4067/S0370-41062006000200005.
- Costasur. (2011). *Psicología*. Recuperado de
<http://www.psicología.costasur.com/es/tipos-de-familia.html>
- Creces, (2005). *El cerebro del adolescente*. Recuperado de
<http://www.creces.cl/new/index.asp?tc=1&nc=5&tit=&art=1949&pr=>
- Dobbs, D., (2011). National Geographic en Español. Recuperado de:
[http://www.augustofrisancho.com/descargas/Estudiantes-Temas-de-inter%20C3%A9s-CEREBRO-ADOLESCENTE-\(David-Dobbs\).pdf](http://www.augustofrisancho.com/descargas/Estudiantes-Temas-de-inter%20C3%A9s-CEREBRO-ADOLESCENTE-(David-Dobbs).pdf)
- D’Zurilla y Nezu (1990) *Modificación de la conducta*. Recuperado de: <http://www.psicopedagogia.com/modificacion-de-conducta.html>
- Estévez, R., Oliva A. & Parra, A. (2012). *Acontecimientos vitales estresantes, Estilo de afrontamiento y fit adolescente: ONU Análisis longitudinal de los Efectos de moderación* *Revista Latinoamericana de Psicología*, 44 (2), 39-53. Recuperado de:
http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-05342012000200004&lng=en&tlng=es

- Gómez-Fraguela, J. A., Luengo-Martín, Á., Romero-Triñanes, E., Villar-Torres, P. & Sobral-Fernández, J. (2006). *Estrategias de afrontamiento en el inicio de la adolescencia y su relación con el consumo de drogas y la conducta problemática*. International Journal of Clinical and Health Psychology, 6(3) 581-597. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=33760305>
- González, R., Montoya, I., Casullo, M., Bernabéu, J. (2002). *Relación Entre Estilos y Estrategias De Afrontamiento Y Bienestar Psicológico En Adolescentes*. Valencia. Universidad. Recuperado de: <http://www.psicothema.com/psicothema.asp?id=733>
- Gumucio, M. E. (2015). *Salud y Desarrollo del Adolescente*. Departamento de Psiquiatría. Pontificia Universidad Católica de Chile. Recuperado de: <http://escuela.med.puc.cl/paginas/ops/curso/Lecciones/Leccion02/M1L2Leccion.html>
- Gutiérrez, J. M. (1999, 20 de julio). *Eustrés: un modelo de superación del estrés*. PsicoPediaHoy, 1(2). Disponible en: <http://psicopediahoy.com/eustres/>
- Knobel, M.(1964) *El desarrollo y la maduración en psicología evolutiva*. Revista de Psicología, 1, p. 73-77. Disponible en:http://www.fuentesmemoria.fahce.unlp.edu.ar/art_revistas/pr.851/pr.851.pdf
- Martín, M.J.; Jiménez, M.P. & Fernández Abascal, E. (1997).*Estudio sobre la escala de estilos y estrategias de afrontamiento (E3A)*. Revista Electrónica de Motivación y Emoción. Vol. 3, Nº 4. Recuperado de: <http://reme.uji.es/articulos/agarce4960806100/texto/html>
- Ministerio de Educación. Ecuador (2015). *Unidades educativas del milenio*. Página web oficial. Recuperado de: <http://educacion.gob.ec/unidades-educativas-del-milenio/>

- OMS. (2014). Acerca de nosotros: Organización Mundial de la Salud. Recuperado de: http://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/es/
- Páramo, M., Straniero, C., García, C., Torrecilla, N., Escalante, E.(2012). *Bienestar psicológico, estilos de personalidad y objetivos de vida en estudiantes universitarios*. Pensamiento Psicológico.vol. 10, núm. 1. pp. 7-21 Recuperado de: <http://redalyc.org/articulo.oa?id=80124028001>. ISSN 1657-8961
- Population Reference Bureau. (2013). *Los Jóvenes en el mundo cuadro de datos2013*.Recuperado de prb.org: http://www.prb.org/pdf13/youth-datasheet-2013_sp.pdf
- Quintero, O. F. (2012). VITAE. Academia Biomédica Digital. Facultad de Medicina - Universidad Central de Venezuela. Recuperado de: <http://www.bioline.org.br/request?va12012>
- RAE. (2014). Real Academia Española. Recuperado de <http://lema.rae.es/drae/srv/search?key=crisis>
- Sociedad Española de Cuidados Paleativos. (2012). *Libro blanco sobre normas de calidad y estándares de cuidados paliativos de la Sociedad Europea*. Madrid: © Sociedad Española de Cuidados Paliativos. Recuperado de: http://www.eapcnet.eu/LinkClick.aspx?fileticket=b4QLW_88jvs%3D&tabid=736
- Tappan, J. (2011, Mayo). *La sublimación*. Recuperado de: <http://www.psicopsi.com/síndromes-síntomas-concepción-psicoanalítica-melancolia>
- Veloso, C., Caqueo, W., Caqueo, A., Muñoz, Z. & Villegas, F. (2010). *Estrategias de afrontamiento en Adolescentes*. Fractal: Revista de Psicología, 22 (1), 23-34.Recuperado de: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1984-

02922010000100003&lng=en&tlng=es. 10.1590/S1984-
02922010000100003.

CITAS BIBLIOGRÁFICAS – BASES DE DATOS U.T.A.

CROSSREF: Dahl, R. E. (2004). Desarrollo del Cerebro Adolescente: Un período de vulnerabilidades y oportunidades. Discurso de apertura. Anales de la Academia de Ciencias. (pp. 1-22). Vol. Nueva York. 1021, número 1.

EBRARY: Ares, A. (2003). Asertividad: Entrenamiento en habilidades sociales
Obtenido de:
<http://site.ebrary.com/lib/utasp/detail.action?docID=10041879&p00=A>
SERTIVIDAD

EBRARY: Dryden, W. (2003). Albert Ellis Live! SAGE Publications Ltd. (UK).
Recuperado de:
<http://site.ebrary.com/lib/uta/reader.action?docID=10076761&ppg=9>

ELSEVIER. Aguinaga, A. (2012). Creencias Irracionales y Conductas Parentales. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Lima - Perú.

PROQUEST: Macías, M., Madariaga, C., Valle, M. & Zambrano, J. (2013).
Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico, 30(1). Recuperado de:
<http://search.proquest.com/docview/1435590715/2F4A655F70340FBPQ/12?accountid=36765>

PROQUEST. Titchener, E. B. (2010). Brentano e wundt: Psicología empírica e experimental. Revista Da Abordagem Gestaltica, 16(1), 97-103.
Recuperado de:
<http://search.proquest.com/docview/1609142170?accountid=36765>

ANEXOS

Anexo 1

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

IAC (Inventario de Adaptación de Conducta)

Autores: Agustín Cordero y Ma. Victoria de la Cruz López

Copyright © 2004 by TEA Ediciones, S. A., Madrid España

Marca la opción <<SI>>, << ?>> o <<NO>> de acuerdo con tu opinión o tu manera de actuar

¿Te ocurre lo que dicen estas frases?

1. Suelo tener mala suerte en todo.
2. Me equivoco muchas veces en lo que hago.
3. Encuentro pocas ocasiones de demostrar lo que valgo.
4. Si fracaso en algo una vez, es difícil que vuelva a intentarlo.
5. Hablando sinceramente, el porvenir me da miedo.
6. Envidia a los que son más inteligentes que yo.
7. Estoy satisfecho con mi estatura.
8. Si eres chico: preferirías ser una chica.
Si eres chica: preferirías ser un chico.
9. Mis padres me tratan como si fuera un niño pequeño.
10. Me distancio de los demás.
11. En casa me exigen mucho más que los demás.
12. Me siento satisfecho con mis padres aunque no sean muy importantes.
13. Me avergüenza decir la profesión de mi padre.

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 tiene razón.
18. La mayor parte de las veces, mis padres me rilen 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.

¿Estás de acuerdo con lo que dicen estas frases?

21. En el colegio enseñan muchas cosas sin valor.
22. En las clases se dedica mucho tiempo a algunas asignaturas sin interés, como matemáticas o ciencias, descuidando otros temas que interesan más.
23. Los programas y horarios de clase los deberían organizar los alumnos en vez de los profesores.
24. Todas las asignaturas que se estudian son importantes.
25. Hay demasiadas asignaturas en cada curso.
26. En el colegio se realizan muchas tareas que no sirven para nada.
27. La disciplina del colegio es demasiado dura.
28. Los que enseñan en clases es tan teórico que no sirve para nada.
29. Los profesores castigan sin razón y sin permitir que se les explique lo que ha sucedido.
30. En el colegio atienden a unos mucho mejor que a otros.
31. Los profesores juzgan mal a los alumnos, por no conocerlos más fuera del ambiente escolar.

¿Te ocurre lo que dicen estas frases?

32. En las discusiones casi siempre tengo yo la razón.
33. Estoy seguro de que encontrare un trabajo que me guste.
34. En vez de matemáticas, se deberían estudiar materias tales como la música moderna, conservación de la naturaleza, normas de circulación, 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 conversaciones 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.
41. Tengo amigos en todas partes.
42. A menudo me siento realmente un 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 porque.
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 demasiado exigentes con los horarios.
49. Alguna vez he pensado en irme de casa.
50. Me intranquiliza lo que piensen de mí los demás.
51. Cuando tengo que hablar delante de 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 a mis hermanos mejor que a mí.
- 60. Mis padres exigen de mí mejores notas de las que puedo conseguir.
- 61. Mis padres me dan poca libertad.

¿Estás de acuerdo con estas frases?

- 62. Los profesores conocen a fondo lo que explican.
- 63. Me gusta el colegio donde estudio.
- 64. Las clases de mi colegio son demasiado pequeñas para tantos chicos.
- 65. Mi colegio me parece un lugar agradable,
- 66. Los libros que estudio son claros e interesantes.
- 67. En el colegio me hacen perder la confianza en mí mismo.
- 68. La experiencia enseña más que el colegio.
- 69. En el colegio se pierde demasiado tiempo.
- 70. En el colegio se debería enseñar a pensar a los alumnos, en lugar de explicar y poner problemas.
- 71. Presto de buena gana cosas a mis compañeros (libros, discos, dinero, etc.).
- 72. Me parece que mis compañeros abusan de que soy demasiado bueno.

¿Te gusta lo expresado en estas frases?

- 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 que lleva “la voz de cantante” 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 en amigos tuyos.

¿Te sucede lo expresado en estas frases?

- 83. Te consideras poco importante.

84. Eres poco popular entre los amigos.
85. Eres demasiado tímido.
86. Te molesta no ser más guapo y atractivo.
87. Te fastidia pertenecer a una familia más pobre que la de otros compañeros.
88. Estas enfermo más veces que otros.
89. Estás de acuerdo con que hay que 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.

¿Te ocurre lo que dicen estas frases?

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 realizarte.
98. Tus padres te permiten elegir libremente a tus amigos.
99. Estas convencido de que tu familia aprueba lo que haces.
100. Te sientes unido a tu familia
101. Crees 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.
103. El comportamiento de los profesores contigo es justo.
104. Has observado que en clase tratan mejor a los alumnos más simpáticos o más importantes.
105. Piensas que tus profesores tratan de influir demasiado en ti, restándote libertad de decisión.
106. Tus profesores se preocupan mucho por ti.
107. Estas convencido de que, en general, los profesores actúan de la forma más conveniente para los alumnos.
108. Tus compañeros te ayudan cuando tienes que hacer algo y no te da tiempo a terminarlo.

109. Te gustaría cambiar de colegio.
110. Tienen razón los que dicen que “*esta vida es un asco*”
111. Te gusta que la gente te pregunte por tus cosas
112. Confías en tus compañeros.
113. Te gusta que los demás demuestren que creen en tu opinión
114. Formas parte de una pandilla.
115. Eres uno de los chicos (o chicas) más populares del colegio.
116. Te gusta organizar los planes y actividades de tu pandilla.
117. Te gusta participar en excursiones 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 tu cuarto leyendo u oyendo música a reunirte con tu familia a ver la televisión o comentar cosas.
123. Te molesta no tener libertad y medios para vivir de otra forma.

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

CSI (Inventario de Estrategias de Afrontamiento)

Autores: Toby, Holroyd, Reynolds y Kigal 1989. Adaptación por Cano, Rodríguez y García, 2006

Piense unos minutos en la situación indicada. Responda la siguiente lista de afirmaciones, basándose en como manejo usted esta situación, lea cada frase y determine el grado en que usted hizo lo que cada frase indica en la situación sugerida y marque el número según corresponda:

0= En absoluto; 1= un poco; 2= bastante; 3= mucho; 4=totalmente

Asegúrese de responder a todas las frases y marcar un solo número en cada una de ellas. Recuerde no hay respuestas correctas o incorrectas; solo se evalúa lo que usted hizo, pensó o sintió en ese momento.

1. Luché para resolver el problema.
2. Me culpé a mí mismo.
3. Deje salir mis sentimientos para reducir el estrés.
4. Deseé que la situación nunca hubiera empezado.
5. Encontré alguien que escuchó mi problema.
6. Repasé el problema una y otra vez en mi mente y al final vi las cosas de una forma diferente.
7. No dejé que me afectara; evité pensar en ello demasiado.
8. Pasé algún tiempo solo.
9. Me esforcé para resolver los problemas de la situación.

10. Me di cuenta de que era personalmente responsable de mis dificultades y me lo reproché.
11. Expresé mis emociones, lo que sentía.
12. Deseé que la situación no existiera o que de alguna manera terminase.
13. Hablé con una persona de confianza.
14. Cambié la forma en que veía la situación para que las cosas no parecieran tan malas.
15. Traté de olvidar por completo el asunto.
16. Evité estar con gente.
17. Hice frente al problema.
18. Me critiqué por lo ocurrido.
19. Analicé mis sentimientos y simplemente los deje salir.
20. Deseé no encontrarme nunca más en esta situación.
21. Dejé que mis amigos me echaran una mano.
22. Me convencí de que las cosas no eran tan malas como parecían.
23. Quité importancia a la situación y no quise preocuparme más.
24. Oculté lo que pensaba y sentía.
25. Supe lo que había que hacer, así que doble mis esfuerzos y traté con más ímpetu de hacer que las cosas funcionaran.
26. Me recriminé por permitir que esto ocurriera.
27. Dejé desahogar mis emociones.
28. Deseé poder cambiar lo que había sucedido.
29. Pasé algún tiempo con mis amigos.
30. Me pregunté qué era realmente importante y descubrí que las cosas no estaban tan mal después de todo.
31. Me comporté como si nada hubiera pasado.
32. No dejé que nada supiera como me sentía.
33. Mantuve mi postura y luché por lo que quería.
34. Fue un error mío, así que tenía que sufrir las consecuencias.
35. Mis sentimientos eran abrumadores y estallaron.
36. Me imaginé que las cosas podrían ser diferentes.
37. Pedí consejo a un amigo o familiar que respeto.

38. Me fijé en el lado bueno de las cosas.

39. Evité pensar o hacer nada.

40. Traté de ocultar mis sentimientos.

Me considere capaz de afrontar la situación.