



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA
EDUCACIÓN**

CARRERA DE PSICOPEDAGOGÍA

MODALIDAD PRESENCIAL

Proyecto de Investigación o Titulación previo a la obtención del Título de Licenciada en
Psicopedagogía

TEMA: “Adaptación Escolar y Habilidades de Afrontamiento en los
estudiantes de 5to, 6to y 7mo de E.G.B de la Unidad Educativa San Alfonso”

Autora: Natasha Lizbeth Barona Vallejo

Tutor: Psc. Edu. Luis René Indacochea Mendoza, Mg.

AMBATO-ECUADOR 2020-202

APROBACION DEL TUTOR

CERTIFICA

Yo, Psc. Edu. Luis Rene Indacochea Mendoza, Mg, C.I. 130884207-7, en mi calidad de Tutor del trabajo de graduación o Titulación, sobre el tema: **“Adaptación Escolar y Habilidades de Afrontamiento en los estudiantes de 5to, 6to y 7mo de E.G.B de la Unidad Educativa San Alfonso”**, desarrollado por la estudiante Natasha Lizbeth Barona Vallejo, considero dicho informe investigativo, reúne los requisitos técnicos, científicos, y reglamentarios, por lo que autorizo la presentación del mismo ante el Organismo pertinente, para que sea sometido a evaluación por parte de la comisión calificadora designada por el Honorable Consejo Directivo.

Psc. Edu. Luis Indacochea Mg.

C.I: 130884207-7

TUTOR

APROBACION DEL TRIBUNAL DE GRADO

La comisión de estudio y calificación del informe del trabajo de titulación sobre el tema “Adaptación Escolar y Habilidades de Afrontamiento en los estudiantes de 5to, 6to y 7mo de E.G.B de la Unidad Educativa San Alfonso”, presentado por la señorita Natasha Lizbeth Barona Vallejo, egresada de la carrera de Psicopedagogía, una vez revisada y calificada la investigación, se APRUEBA debido a que cumple con los principios básicos, técnicos, científicos y reglamentarios establecidos. Por lo tanto, se autoriza la presentación ante el organismo pertinente.

LA COMISION

Psc. Carolina Elizabeth Manzano Vinueza MSc.

C.I: 1804312500

MIEMBRO DEL TRIBUNAL

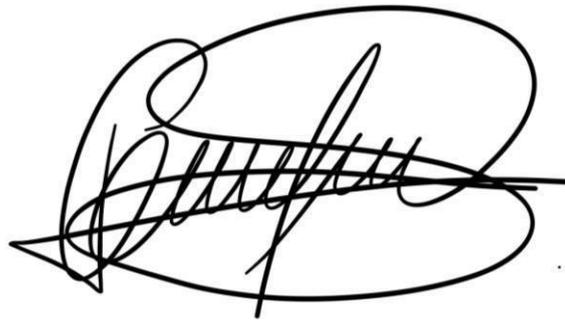
Ing. Wilma Lorena Gavilanes López, Mg

C.I: 1802624427

MIEMBRO DEL TRIBUNAL

AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Yo, Natasha Lizbeth Barona Vallejo, con CI: 1805027370 mediante el presente trabajo de titulación con el tema: “Adaptación Escolar y Habilidades de Afrontamiento en los estudiantes de 5to, 6to y 7mo de E.G.B de la Unidad Educativa San Alfonso”, dejo constancia que, el trabajo de investigación, la cual está basada en estudios realizados durante la carrera, revisiones bibliográficas y de campo, se ha obtenido las conclusiones y recomendaciones descritas en la investigación. Las ideas, opiniones y recomendaciones son exclusiva responsabilidad del autor.

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Natasha Lizbeth Barona Vallejo', enclosed within a large, loopy oval shape.

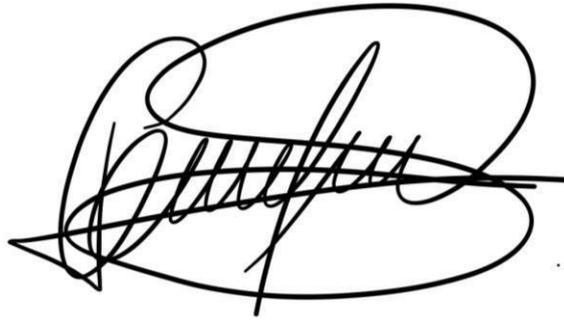
NATASHA LIZBETH BARONA VALLEJO

C.I: 1805027370

AUTORA

GESTIÓN DE DERECHOS DE AUTOR

Yo, Natasha Lizbeth Barona Vallejo, con CI: 1805027370 cedo los derechos en líneas patrimoniales del presente Trabajo “Adaptación Escolar y Habilidades de Afrontamiento en los estudiantes de 5to, 6to y 7mo de E.G.B de la Unidad Educativa San Alfonso”, autorizo parte de la reproducción de ella, siempre que esté dentro de las regulaciones de la Universidad Técnica de Ambato, respetando mis derechos de autor y no se utiliza con fines de lucro.

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Natasha Lizbeth Barona Vallejo', enclosed within a large, loopy oval shape.

NATASHA LIZBETH BARONA VALLEJO

C.I: 1805027370

AUTORA

AGRADECIMIENTO

Primero agradezco a Dios por darme la vida, y las fuerzas de vivirla. A mi mami Vero por la vida y el apoyo, por enseñarme a ser fuerte. A mi papi Ángel por la educación y por enseñarme que siempre se puede ser mejor.

A mis hermanos, Angelo, Nicole, Josafat y Angie, a cada uno cerca o lejos por el granito de ayuda, por acompañarme en este camino que ha sido muy difícil, pero me han llevado a la meta

A mis amigos que hicieron esta etapa universitaria mas llevadera, por no dejarme en las bajas y compartir las altas, y ahora colegas de esta maravillosa profesión.

A mi hija Sarita por recordarme que cada día luchare por ella y que su amor es incondicional, que todo los días de esfuerzo y las noches de desvelo no fueron en vano y a las personas maravillosas que estuvieron conmigo en esta trayectoria, con su amor, cariño, apoyo y la fe puesta en mi.

A mis docentes y tutor por todos los conocimientos impartidos. Para poder llegar a ser buenos profesionales.

Natasha L. Barona Vallejo

DEDICATORIA

El gran amor que despiertan los hijos en los padres es incomparable es por eso que principalmente este logro se lo dedico a mi hija Sarita, el regalo que Dios me entrego para entender que tengo un motor que me impulsa a llegar a este punto y querer seguir soñando y cumpliendo mas metas. Para poder ser un ejemplo para ti querida hija. Por los momentos que sacrifique para culminar esta etapa y brindarte un mejor futuro. Con Amor Mamá

A Dios por cada día de vida, de enseñanza y de construcción, y a mis padres que con mucho esfuerzo me han apoyado para entregarles este orgullo.

A mis hermanos porque sin ellos no podría estar a un paso de completar este logro.

A mis amigos que no me han dejado desde el primer día que formamos nuestra maravillosa amistad.

Natasha L. Barona Vallejo

INDICE GENERAL.

APROBACION DEL TUTOR.....	I
APROBACION TRIBUNAL CALIFICADOR.....	II
AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN	III
GESTIÓN DE DERECHOS DE AUTOR.....	IV
AGRADECIMIENTO	V
DEDICATORIA.....	VI
RESUMEN EJECUTIVO	XI
EXECUTIVE SUMMARY	XII
CAPITULO I.....	- 1 -
1. MARCO TEÓRICO	- 1 -
1.1. Antecedentes Investigativos	- 1 -
VARIABLE INDEPENDIENTE	- 6 -
Adaptación Escolar.....	- 6 -
Tipos de trastornos de adaptación.....	- 10 -
VARIABLE DEPENDIENTE.....	12
Habilidades de Afrontamiento.....	12
1.2. Objetivo General	16
1.3. Objetivos Específicos	16
CAPITULO II	18
2. METODOLOGIA	18
2.1. Materiales	18
2.2. Recursos	19
2.3. Métodos.....	20
2.4. Tipos de Investigación	20
2.5. Modalidad.....	21
2.6. Niveles de Investigación.....	21
2.7. Población.....	21
CAPITULO III.....	23
3. RESULTADOS Y DISCUSIÓN.....	23
3.1. Análisis y discusión de resultados.....	23
3.2. Análisis de Confiabilidad del Instrumento.	23
3.3. Resultados.....	24

3.4.	Resultados de la Encuesta de Adaptación Escolar.....	24
3.5.	Resultados de la Escala de Afrontamiento en Niños (EAN).....	45
3.6.	Verificación de hipótesis utilizando la Tau-b de Kendall.....	57
3.7	Combinación de Frecuencias.....	57
3.8	Planteamiento de la Hipótesis.....	59
3.9	DISCUSION.....	59
CAPITULO IV.....		60
4.	CONCLUSIONES.....	60
4.1.	RECOMENDACIONES.....	60
5.	BIBLIOGRAFÍA.....	62
6.	Anexos.....	67
6.1.	ENCUESTA DE ADAPTACION ESCOLAR.....	67
6.2.	ESCALA DE ADAPTACION EN NIÑOS EAN.....	68
6.3.	MANUAL DE ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO.....	69

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1.	Adaptacion e Inadaptacion por Hernandez.....	- 8 -
Tabla 2.	Fases de Adaptación escolar.....	- 8 -
Tabla 3.	Recursos Económicos.....	20
Tabla 4.	Población.....	22
Tabla 5.	Plan de Recolección.....	22
Tabla 6.	Alpha de Cronbach Encuesta de Adaptación Escolar.....	23
Tabla 7.	Resultados de la 1ra pregunta.....	25
Tabla 8.	. Resultados de la 2da pregunta.....	26
Tabla 9.	. Resultados de la 3ra pregunta.....	27
Tabla 10.	. Resultados de la 4ta pregunta.....	28
Tabla 11.	. Resultados de la 5ta pregunta.....	29
Tabla 12.	Resultados de la 6ta pregunta.....	30
Tabla 13.	Resultados de la 7ma pregunta.....	31
Tabla 14.	Resultados de la 8va pregunta.....	32
Tabla 15.	Resultados de la 9na pregunta.....	33
Tabla 16.	Resultados de la 10ma pregunta.....	34
Tabla 17.	Resultados de la 11va pregunta.....	35
Tabla 18.	Resultados de la 12va pregunta.....	36
Tabla 19.	Resultados de la 13va pregunta.....	37
Tabla 20.	Resultados de la 14va pregunta.....	38
Tabla 21.	Resultados de la 15va pregunta.....	39
Tabla 22.	Resultados de la 16va pregunta.....	40
Tabla 23.	Resultados de la 17va pregunta.....	41
Tabla 24.	Resultados de la 18va pregunta.....	42
Tabla 25.	Resultados de la 19va pregunta.....	43

Tabla 26. Resultados de la 20va pregunta.....	44
Tabla 27. Categorías de la Escala de Afrontamiento en Niños.	45
Tabla 28. Resultados de la 1ra Dimensión (EAN)	46
Tabla 29. Resultados de la 2Da Dimensión (EAN).....	47
Tabla 30. Resultados de la 3ra Dimensión (EAN)	48
Tabla 31. Resultados de la 4ta Dimensión (EAN)	49
Tabla 32. Resultados de la 5ta Dimensión (EAN)	50
Tabla 33. Resultados de la 6ta Dimensión (EAN)	51
Tabla 34. Resultados de la 7ma Dimensión (EAN)	52
Tabla 35. Resultados de la 8va Dimensión (EAN)	53
Tabla 36. Resultados de la 9na Dimensión (EAN)	54
Tabla 37 Resultado Total de la Escala de Afrontamiento en Niños.....	55
Tabla 38. Codificación de resultados para Tau-b de Kendall	58
Tabla 39. Correlación entre la adaptación escolar y las habilidades de Afrontamiento.	59

INDICE DE GRAFICOS.

Gráfico 1. División del afrontamiento centrado en el problema.....	13
Gráfico 2. Me siento feliz de ir a la escuela	25
Gráfico 3. Me gusta como se ve mi escuela.....	26
Gráfico 4. Le doy el uso correcto a los muebles escolares.....	27
Gráfico 5. Mantengo ordenado y limpio mi espacio.....	28
Gráfico 6. Pinto, rayo o destruyo las paredes.....	29
Gráfico 7. Cumpro con las nuevas normas de la escuela.	30
Gráfico 8. Trato con respeto a los docentes de mi escuela.....	31
Gráfico 9. Me gusta hablar con mis docentes	32
Gráfico 10. Mis docentes me llaman la atención.	33
Gráfico 11. Ayudo a mis compañeros si tienen alguna dificultad dentro o fuera del aula.	34
Gráfico 12. Molesto a mis compañeros.....	35
Gráfico 13. Hablo con mis compañeros y espero mi turno para hablar	36
Gráfico 14. Realizo trabajos en equipo con animo	37
Gráfico 15. Me gusta jugar con mis compañeros.....	38
Gráfico 16. Organizo juegos para incluir a todos mis compañeros.....	39
Gráfico 17. Las clases son divertidas	40
Gráfico 18. Participo seguidamente en clases.....	41
Gráfico 19. Las tareas me resultan fáciles y entretenidas.	42
Gráfico 20. Los exámenes son muy difíciles	43
Gráfico 21. Cuando tengo un examen, copio o hago trampa.	44
Gráfico 22. Resultados 1ra Dimensión (EAN)	46
Gráfico 23 Resultados 2ra Dimensión (EAN)	47
Gráfico 24. Resultados 3ra Dimensión (EAN)	48
Gráfico 25. Resultados 4ta Dimensión (EAN).....	49
Gráfico 26. Resultados 5ta Dimensión (EAN).....	50
Gráfico 27. Resultados 6ta Dimensión (EAN).....	51
Gráfico 28. Resultados 7ma Dimensión (EAN).....	52
Gráfico 29. Resultados 8va Dimensión (EAN).....	53

Gráfico 30. Resultados 9na Dimensión (EAN).....	54
Gráfico 31. Resultado Total del EAN.....	55
Gráfico 32. Resultado por dimensiones del EAN.....	56

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOPEDAGOGÍA

TEMA: “Adaptación Escolar y Habilidades de Afrontamiento en los estudiantes de 5to, 6to y 7mo de E.G.B de la Unidad Educativa San Alfonso”

Autora: Natasha Lizbeth Barona Vallejo

Tutor: Psc. Edu. Luis René Indacochea Mendoza, Mg.

RESUMEN EJECUTIVO

La infancia es una etapa importante para el desarrollo psicológico, ya que en los primeros años de vida se forma nuestra visión del mundo y las personas que lo rodean, una perspectiva que definirá nuestra vida de adultos por lo que es importante el manejo de habilidades de afrontamiento, por lo que los niños desde pequeños deben enfrentarse a la adaptación principalmente escolar, y en la misma desarrollar estrategias que les permitan resolver problemas de manera productiva. Es por esto que esta investigación se ha centrado en identificar la relación que tiene la adaptación escolar y las habilidades de afrontamiento en niños de 9 a 12 años, para lo cual se ha tomado en cuenta a 65 estudiantes de la Unidad Educativa “San Alfonso”, los mismos que necesitan mejorar sus habilidades de afrontamiento frente a la adaptación escolar que sufrirían este año lectivo debido al regreso a la presencialidad escolar. Para esto se ha aplicado la Escala de Afrontamiento en Niños (EAN) y la Encuesta para medir el grado de adaptación escolar la misma que fue validada. Finalmente, para apoyar la solución de esta problemática se ha propuesto un Manual de Estrategias de Afrontamiento el cual brinda una guía para la intervención y desarrollo de estas, que apoyen a la calidad de educación de los estudiantes.

Palabras claves: habilidades de afrontamiento, adaptación.

TECHNICAL UNIVERSITY OF AMBATO
FACULTY OF HUMAN SCIENCES AND EDUCATION

PSYCHOPEDAGOGY DEGREE

TOPIC: "School Adaptation and Coping Skills in 5th, 6th, and 7th grade students of E.G.B of the San Alfonso Educational Unit".

Author: Natasha Lizbeth Barona Vallejo

Tutor: Psc. Edu. Luis René Indacochea Mendoza, Mg.

EXECUTIVE SUMMARY

Childhood is an important stage for psychological development, since in the first years of life our vision of the world and the people around us is formed, a perspective that will define our life as adults, so it is important to manage coping skills, so that children from an early age must face mainly school adaptation, and in the same develop strategies that allow them to solve problems productively. This is why this research has focused on identifying the relationship between school adaptation and coping skills in children from 9 to 12 years old, for which 65 students from the "San Alfonso" Educational Unit have been taken into account, who need to improve their coping skills in the face of the school adaptation that they will suffer this school year due to the return to school attendance. For this purpose, the Children's Coping Scale (EAN) and the Survey to measure the degree of school adaptation were applied and validated. Finally, to support the solution of this problem, a Coping Strategies Manual has been proposed, which provides a guide for the intervention and development of coping strategies that support the quality of education of students.

Key words: coping skills, adaptation

CAPITULO I

1. MARCO TEÓRICO

1.1. Antecedentes Investigativos

Morales y Trianes (2010) en su investigación “Estrategias de afrontamiento e inadaptación en niños y adolescentes” en España, revela que el empleo de estrategias de aproximación se asocia a un mayor ajuste y adaptación mientras que un mayor empleo de estrategias de tipo evitativo se asocia con menos ajuste y comportamientos más desadaptativos, los resultados de esta investigación fueron realizados con la prueba estandarizado EAN (Escala de Afrontamiento en Niños)

También Arrieta et al. (2015) explica en su metodología que las estrategias de afrontamiento más utilizadas en su investigación fueron las de tipo activas tales como búsqueda de información, de apoyo y emocionales para reducir el estrés que se aplicaron en una población entre 8 a 12 años donde se encontraron diferencias en la utilización de estrategias de afrontamiento.

En Perú se realizaron estudios donde Enfoque cuantitativo, no experimental, se observaron los fenómenos en su contexto natural, para después analizarlos. El diseño es el transversal descriptivo – comparativo, porque recolectamos los datos en un solo momento en el tiempo, es descriptivo, porque indagamos la incidencia y los valores en una a más variables dentro de una muestra, para describir lo que se investiga, además es comparativo, porque comparamos los datos sobre un mismo fenómeno recogidos de varias muestras (Lanchipa et al, 2019).

Richaud y Iglesias (2013) en la investigación “Evaluación del afrontamiento en niños pequeños” explica que en el caso de los niños mas pequeños, se ratifico la convivencia del apoyo gráfico en las pruebas de evaluacion infantil y se concluyó que al niño le resulta mas cómodo pensar sobre si mismo cuando se contextualizan y especifican las diferentes situaciones. La prueba que ha resultado más eficaz con los niños pequeños, de acuerdo con los resultados obtenidos, ha sido el auto reporte en la versión Pictórica Abierta, dado que sorteas la dificultad de reducir la gama de respuestas de los niños al permitirles dar más de una respuesta por cada estrategia de afrontamiento. Se recomienda en las edades más pequeñas la utilización de formas no verbales que favorezcan la comprensión y el sostenimiento de la atención.

Por otra parte, en Colombia Lewis et al, (2004) nos explica que este estudio concibe la

adaptación desde una perspectiva psicosocial, en respuesta a las exigencias personales y sociales del ambiente, y en el que se utilizan como instrumentos el TAMAI: Test evaluativo multifactorial de adaptación infantil, en el cual se encontró diferencias significativas estadística y conductualmente entre los niños con TDAH y los niños sin TDAH en cuanto a los niveles de adaptación social y escolar; y se presentó una mayor presencia de inadaptación en niños que tienen TDAH tipo combinado. Podemos concluir que los niveles de inadaptación escolar en los niños sin TDAH no son significativos, tanto en inadaptación escolar externa como en la aversión al aprendizaje. Aspecto que también se resalta en cuanto a los niveles de inadaptación social en la población de niños sin trastorno, en lo que se refiere al auto desajuste social y a la disomía.

De esta manera confirma que la ansiedad se relaciona directamente con la probabilidad de actuación, es decir, si la ansiedad es alta su probabilidad de actuación también lo que por el contrario si el niño es poco ansioso su probabilidad de actuación será también menor.

También se puede enfatizar que los niños que defienden más sus derechos tienen mayores habilidades socioemocionales y cooperan en el trabajo más que el resto de los alumnos, además de que presentan adecuados comportamientos conductuales (Habilidades de actuación) sin embargo, podemos notar una clara desventaja en habilidades emocionales desde el punto de vista cognitivo-emocional Díez et al. (2008)

Se puede afirmar que la repercusión del estado emocional y conductual influyen en su adaptación escolar, también en su relación con iguales y autoridades o docentes, por lo que se debería darle importancia a las habilidades sociales y la forma en la que se adaptan para evitar así problemáticas que están emergiendo hoy en día en la convivencia escolar de los centros.

FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

VARIABLE INDEPENDIENTE

Adaptación Escolar

El proceso de adaptación surge de acuerdo con Urrea (2008), desde la interacción entre el niño y su medio, esto provoca un ajuste de sus condiciones internas a la realidad en la que está inmerso, lo que implica asimilar su espacio, lo que permite el desarrollo junto a la aplicación creativa de las reglas sociales aprendidas.

Cuando el comportamiento que emite el niño es llamado adecuado a los propósitos o las expectativas de las demás, se lo puede dictaminar como adaptación. Por lo tanto, el hablar de inadaptación podría indicar la desviación del comportamiento en relación con las expectativas propias o con las normas en su ambiente. (Hernández y Jiménez, 1983 p. 4).

Debemos tener en cuenta que esta es una actividad muy propia de los primeros años de la educación formal, que por lo general es esperada en cualquier curso que se inicie, no importa la etapa de la vida en que se estudie, se puede tener un período de adaptación apropiado para el nivel en que se está trabajando. (Krumm 2011. p. 2).

Características del Proceso de Adaptación

Existen características que identifican a los niños cuando está en proceso de adaptación las cuales se pueden distinguir en cuanto tiempo más o menos dura este proceso, lo cual nos ayuda a tener un referido de tiempo y sobre todo que los docentes y padres tengan paciencia, además de mostrarse decididos apoyar al niño para que lo supere lo más pronto posible, es por eso por lo que Robert Brooks y Sam Goldstein (2007) mencionan tres principios que los padres y docentes deben formar.

Principio uno: los padres y docentes son socios: Estos deben esforzarse por formar una relación operativa y respetable que destaque el proceso de educar y desarrollar en los niños actitudes mentales de fortaleza de carácter.

Como en toda asociación hay veces en que pueden surgir tensiones dadas las divergentes expectativas y metas que se tiene de los niños. En una atmósfera de colaboración en que los

participantes involucrados muestran un respeto autentico entre ellos, estas tensiones pueden controlarse y conducir a resultados positivos. (p. 352)

Principio dos: practicar la empatía: Resulta fácil ser empáticos con los niños cuando se comportan de manera agradable, por lo contrario, cuando no lo hacen se reconoce el enfado o decepción, así es más probable que padres y educadores sean mutuamente empáticos cuando sus puntos de vista son similares. Por lo que es obvio que esto ocurra cuando el niño disfruta y le va bien en la escuela.

Principio tres: la colaboración padres-docentes: Esta debe mantener la meta de desarrollar en los niños las habilidades de afrontamiento que los ayudaran más tarde: La misma meta se aplica cuando colaboran padres y maestros respecto a un determinado niño. La autoestima y la fortaleza de carácter de los niños se verá reforzada cuando consiguen logros en la escuela y en casa, cuando aprenden a tener éxito por lo que es importante ayudarlos a sentir éxitos reales. (Robert Brooks. 2007 p 358-359)

Tipos de adaptación

La adaptación escolar está caracterizada por conductas como nos dice Hernández (1983), estas son de laboriosidad en el aprendizaje y disciplina, comportamientos de agrado hacia el docente, el espacio físico y la situación escolar en general además de la motivación hacia el aprendizaje.

Conductualmente la adaptación escolar se manifiesta de la siguiente manera.

Tabla 1. Adaptación e Inadaptación por Hernández.

ADAPTACIÓN	INADAPTACIÓN
<i>Adaptación externa:</i> cuando el alumno presenta aplicación al aprendizaje sin revelar comportamientos disruptivos en el aula.	<i>Inadaptación externa:</i> el alumno presenta baja aplicación en el aprendizaje y presenta comportamientos disruptivos en el aula.
<i>Adaptación a la institución:</i> el alumno está satisfecho con el docente, su metodología y trato por lo que la satisfacción se generaliza a la situación escolar en general.	<i>Inadaptación a la Institución:</i> el alumno está insatisfecho con el docente, su metodología y trato por lo que la satisfacción se generaliza a la situación escolar en general.
<i>Adaptación al aprendizaje:</i> el alumno este a gusto con el estudio y motivación por el saber.	<i>Inadaptación al Aprendizaje:</i> indica que el sujeto muestra desagrado hacia el estudio y falta de motivación por el saber.

Nota. Esta tabla muestra los elementos de una lista tabular. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene información necesaria para comprender la tabla, incluidas las definiciones de los subtemas y la atribución de derechos de autor.

Fases de Adaptación escolar.

Tabla 2. Fases de Adaptación escolar

Fase de protesta:	Puede durar una semana o más. Aquí el niño toma conciencia de que está "solo". La protesta se manifiesta con llanto, intentos de huida, ansiedad, conductas regresivas, rechazo de los docentes o negación a participar en las actividades del aula.
Fase de ambivalencia	En esta etapa la protesta pierde fuerza y entra en un periodo donde alterna el rechazo y aceptación en clase con el docente. Puede mostrar todavía ansiedad y angustia con llantos y pataletas, pero comienza la aceptación.
Fase de adaptación:	Aproximadamente en un mes la mayoría de los niños termina por adaptarse a la nueva situación. Supera la ansiedad, acepta al docente y comienza a relacionarse con otros compañeros.

Nota. Esta tabla muestra los elementos de una tabla prototípica. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene información necesaria para comprender la tabla, incluidas las definiciones de los subtemas y la atribución de derechos de autor.

Estrategias para la adaptación

- *Estrategias de aula:* Son un elemento importante para lograr un aprendizaje auto dirigido en el proceso de enseñanza y aprendizaje, lo que implica la práctica de nuevas metodologías, cambio de paradigmas tradicionales en cuanto el papel docente y el estudiante dentro del aula, aprender a aprender, aprender a emprender y aprender a ser, bajo un enfoque integral con visión humanista. Badillo (2007)

Buendía, Expósito, Aguadez, y Sánchez (2015) consideran que es importante plantear ejercicios de adaptación mediante el fortalecimiento de habilidades y destrezas comunicativas para el desarrollo de la capacidad de análisis, crítica y creadora además de la disminución de tareas extraescolares y dinámicas grupales de iniciación y finalización.

- *Estrategias de apoyo* (enfocadas en la motivación, actitud y afecto) además de estrategias cognitivas enfocadas a la repetición, selección y elaboración, las mismas que deben estar asociadas a la integración de nuevos aprendizajes tomando en cuenta los conocimientos previos y estrategias metacognitivas para ayudar al estudiante a conocer lo que sabe acerca de la dificultad y como resolverla (Bustos y Gairin, 2017).
- *Estrategias familiares:* Estas mejoran la adaptación de los estudiantes en un nuevo nivel educativo, puesto que se necesita que expresen fácilmente sus sentimientos, determinen su independencia y autonomía (Mendoza y Barrera, 2018), puesto que es importante identificar la relación entre el desempeño de habilidades sociales y las prácticas educativas familiares (Isaza, 2015).

Acotando al anterior enunciado Valencia (2015) manifiesta que es muy importante analizar la relación entre el desempeño de habilidades sociales y las prácticas educativas familiares ya que deben tener un punto autoritario, equilibrado y permisivo para favorecer los diferentes procesos adaptativos y determinar si la presencia de los padres en el contexto de adaptación beneficia para solucionar los problemas o expresar las emociones y opiniones.

En definitiva, la adaptación evoca un proceso de movimiento hacia el sentido de pertenencia a un lugar significativo donde el contexto está representado tanto por lo sujetos como por los objetos que lo viven y que encuentran en su forma de expresión y su identidad como papel y como función. (Alpi. 2002 pp 20-22).

TRASTORNO ADAPTATIVO

El diagnóstico de los trastornos de adaptación se basa en la identificación de los factores que causan estrés, y los síntomas afectan la capacidad de desenvolvimiento. Por lo que se deben tomar en cuenta los criterios del DSM-5 (Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-5), publicado por la American Psychiatric Association (Asociación Estadounidense de Psiquiatría).

Para el diagnóstico de trastornos de adaptación, presenta estos criterios:

- Mantener síntomas emocionales o conductuales durante al menos tres meses después de que suceso estresante.
- Sufrir más estrés del que normalmente se esperaría como respuesta a un suceso, puesto que provoca problemas significativos en relaciones, trabajo o la escuela
- Los síntomas no son el resultado de otro trastorno de salud mental o parte del duelo normal

Tipos de trastornos de adaptación

El DSM-5 enumera seis tipos diferentes de trastornos de adaptación.

- **Con estado de ánimo depresivo.** Los síntomas comprenden llanto, sensaciones de tristeza y desesperanza, falta de placer en las cosas que disfrutaba.
- **Con ansiedad.** Se presenta nerviosismo, preocupación, sensación de agobio y dificultad para concentrarse, en los niños se presenta como miedo de que los separen de sus padres y seres queridos.
- **Combinado ansiedad y estado de ánimo depresivo.** Comprenden una mezcla de depresión y ansiedad.
- **Con alteración de la conducta.** Presentan problemas conductuales, como peleas. Los jóvenes pueden faltar a la escuela o vandalizar propiedades.
- **Combinado de alteración de las emociones y de la conducta.** Aparte de depresión y ansiedad, se presentan problemas conductuales.

- **Sin especificar.** Los síntomas no corresponden a los demás tipos, pero comprenden problemas físicos, problemas con la familia o amigos, o problemas en el trabajo o la escuela.

La duración de los síntomas también puede variar. Los trastornos de adaptación pueden ser los siguientes:

- **Agudo.** Duran seis meses o menos. Deberían aliviarse una vez que el factor que causa el estrés se elimine.
- **Persistentes (crónicos).** Duran más de seis meses, afectan a la vida diaria

La mayoría de las personas solo requieren un tratamiento breve. Otras pueden beneficiarse de tratamientos más prolongados que comprenden psicoterapia, medicamentos o ambos.

VARIABLE DEPENDIENTE

Habilidades de Afrontamiento.

Lazarus y Folkman (1986) nos han definido el 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. 164)

El afrontamiento en los niños evoluciona desde formas remotas a otras más refinadas. Los niños pequeños utilizan formas de afrontamiento centrado en la emoción como se puede evidenciar cuando se chupan el dedo, balancean o abrazan objetos. Estas formas abren paso a formas verbales de reaseguramiento y a medida que los niños aprenden cómo tranquilizarse, levantarse el ánimo y manejar sus emociones de una manera culturalmente adecuada, aparecen estrategias cognitivas (Aldwin, 1994).

Según Barrio (1997) refiere que las conductas de afrontamiento y los procesos básicos como el habla, las manifestaciones afectivas o la socialización, son aprendidas desde temprano. Aquí es importante el entorno familiar ya que los padres influyen en el afrontamiento de los niños, puesto que proveen de apoyo, recursos y el aprendizaje vicario. Mediante este aprendizaje las estrategias centradas en el problema son fácilmente aprendidas ya que son fáciles de copiar por observación porque generalmente son estrategias conductuales.

Proceso de afrontamiento

El proceso de afrontamiento según (Lazarus, 86) divide en tres grandes etapas: anticipatoria o de aviso, impacto o de confrontación, post-impacto o post-confrontación.

- ✓ Etapa de aviso: el problema aún no está realizado. Cuando el sujeto espera una amenaza, los pensamientos sobre estos afectan sus reacciones ante el conflicto y la forma en como los enfrenta
- ✓ Etapa de impacto, la persona recibe la presencia y efecto del conflicto, el sujeto pierde el valor de pensamientos y acciones y por ende el control de la situación, la persona está inmersa en el problema. En esta etapa se hace una evaluación o chequeo de la gravedad de lo esperado. Puede que el sujeto se estanque o redefinir la situación.
- ✓ Etapa post-impacto o post confrontación. Según el contexto tiene tres aspectos: primero, el que hace referencia a las valoraciones con lo que el sujeto piensa o hace,

en antagonismo con lo que hace o haría; segundo, lo que el sujeto piensa es analizado dentro de un contexto específico y tercero, referirse a un cambio en los pensamientos y acciones a medida que la interacción va produciéndose.

Estilos de afrontamiento

Los estilos de afrontamiento se constituyen una importante variable mediadora en la adaptación de los sujetos a eventos estresantes.

Según Fernández (1997) se pueden identificar tres dimensiones básicas; estas son:

- a) el método empleado en el afrontamiento, dentro de este se diferencia el estilo de afrontamiento ya sea activo, pasivo y evitativo.
- b) el enfoque del afrontamiento puede estar dirigido al problema, o a la respuesta emocional (López, Riu y Bscheid, 2005) y dirigido a modificar la evaluación inicial de la situación.
- c) la actividad movilizada en el afrontamiento, donde se diferencia el estilo de afrontamiento cognitivo y el conductual.

Lazarus y Folkman (1984), dividen estas estrategias en dos grandes grupos, el primero centrado en el problema y el segundo centrado en las emociones.

El afrontamiento centrado en el problema

tiene como función el manejo de las demandas internas o ambientales que suponen una amenaza y desequilibran la relación entre la persona y su entorno, mediante la modificación de las circunstancias problemáticas, o la aportación de nuevos recursos que neutralicen el efecto aversivo de las condiciones ambientales.

Las estrategias centradas en el problema se dividen en Afrontamiento Activo y Afrontamiento Demorado.

Gráfico 1. División del afrontamiento centrado en el problema



Nota. Esta figura muestra los elementos de una figura prototípica.

Afrontamiento Activo: Evoca los pasos activos para tratar de cambiar las situaciones o disminuir sus efectos, incrementando los esfuerzos personales. Afrontamiento Demorado: se considera como una respuesta que busca la oportunidad adecuada para actuar de forma no prematura (Lazarus y Folkman, 1986).

El Afrontamiento centrado en las emociones

En este tipo de afrontamiento se busca la regulación emocional que incluye esfuerzos por modificar el malestar y manejar los estados emocionales ocasionados por el problema. Estos se pueden conseguir evitando la situación estresante, revaluando cognitivamente el suceso o atendiendo aspectos positivos de uno mismo o del entorno (Lazarus y Folkman 1986).

Estas estrategias centradas en las emociones incluyen varias categorías:

1) El apoyo social emocional se centra en la búsqueda de apoyo moral y comprensión. La aceptación de la respuesta ocurre cuando la persona tiende a aceptar la realidad de la situación e intenta afrontar o tratar la situación.

2) El apoyo en la religión es visto como apoyo emocional, de tal manera que (Vasconcelles, 2005) lo denomina afrontamiento religioso y ajuste psicológico, las personas realizan obras de beneficencia, buscan crecimiento espiritual y esto hace que disminuya la tensión causada por el problema, además de aumentar su autoestima hace que se adapten de manera adecuada a las circunstancias

Por otro lado, Sacia (2003) demuestra que la religión fue definida como otra dimensión donde se construye sentido de vida, otorgándole un carácter divino ya que, partiendo de una doctrina se cree fielmente en que nunca estarán desprotegidos.

3) La reinterpretación positiva y crecimiento buscar manejar el estrés emocional en vez de tratar con el problema; de modo que debería llevar al sujeto a intentar acciones de afrontamiento más centradas en el problema.

4) La concentración y desahogo se centra en las experiencias negativas y exteriorizar esos sentimientos. Esto está bien visto en un momento adecuado de mucha tensión sin embargo centrarse en esas emociones por largos periodos de tiempo, impide la adaptación.

5) La liberación cognitiva consiste en hacer un conjunto de actividades para distraerse y hacer evitación conductual.

6) La negación: implica ignorar el problema que puede reducir el estrés y favorecer el

afrontamiento y ser útil en un periodo de transición, pero si se mantiene puede impedir una aproximación activa. (Calvanese y Cols, 2004).

7) Liberación Conductual: esta se puede dar hacia las drogas, lo que implica el uso de alcohol o drogas para evitar pensar en el problema (Lazarus y Folkman, 1986).

Snyder (1999) nos demuestra que las estrategias de afrontamiento son eficaces cuando auxilian al bienestar fisiológico, psicológico y social. Estas dan la habilidad para manejar y reducir el malestar y sus efectos a largo plazo, en cuanto a salud física y mental.

Se puede resaltar que la utilización de los dos tipos de afrontamiento, el centrado en el problema y el centradas en las emociones no son excluyentes, puesto que una misma conducta puede servir para varias funciones. La resolución exitosa de cualquier hecho vital implica aplicar estrategias cognitivas y afectivas que conduzcan a modificar la situación problemática planteada (Figuroa y cols., 2005).

Estrategias de Afrontamiento

Las estrategias de afrontamiento se han visto denominadas como recursos psicológicos que el sujeto aplica para enfrentar situaciones estresantes. Aunque no siempre garanticen el éxito contra el problema, estas sirven para generar, evitar o disminuir conflictos en los seres humanos, ofreciendo beneficios personales y contribuyendo a su fortalecimiento.

Adicionalmente, McCubbin, Cauble y Patterson (1982) refieren que los procesos de afrontamiento también aparecen como mediadores en el ámbito social. Por lo que se puede observar que dentro del núcleo familiar se extiende el uso de estrategias para afrontar crisis de tipo normativas o no-normativas para mantener o recuperar el equilibrio ya que esto garantiza el bienestar de los miembros de la familia.

Por otra parte, McCubbin (1993) revelan la diferencia que puede haber en procesos individuales que, aunque tiene influencia social, el sujeto es quien define su disposición para manejar problemas y elegir el tipo de estrategia para afrontar los eventos en su realidad. Por otra parte, el afrontamiento familiar hace referencia a una dinámica de grupo, que busca regular las tensiones que enfrentan y garantizar la salud de sus miembros.

Lazarus y Folkman (1986) denominan a las reevaluaciones cognitivas como formas de afrontamiento que buscan cambiar el significado de la situación sin cambiarla objetivamente.

EDUCACION Y AFRONTAMIENTO

Actualmente la educación formal está basada en el paradigma de transmitir conocimientos con un sentido vertical donde el docente expone y el alumno recibe. Es por esto por lo que Coloma (1995), concibe al estudiante en un punto de inferioridad en cuanto a aprender, y sobre estimar la enseñanza, ya que pasará del desconocimiento total al manejo del conocimiento impartido en un período de tiempo.

El estudiante debe afrontar el educarse utilizando sus propias estrategias para desenvolverse en diferentes situaciones, es decir en el ámbito escolar en el cual le toca adaptarse. Varios fracasos escolares aluden a que el docente no ha desarrollado formas de aprender válidas y la capacidad de afrontar estratégicamente que disponen docentes y alumnos se ha aprendido por ensayo y error, observando modelos, o por propia experiencia.

Se puede manifestar que el proceso de afrontamiento y el de aprendizaje van fuertemente ligados, ya que el estudiante al afrontar está adquiriendo experiencias nuevas, está aprendiendo por lo que se considera la hipótesis que si el estudiante auto descubriera sus capacidades y habilidades reales podría afrontar las situaciones de aprendizaje de mejor forma. Por ello, cuando el estudiante opta por estrategias de afrontamientos acordes al contexto y a si mismo optimiza sus resultados escolares.

1.2. Objetivo General

- Determinar la relación entre la adaptación escolar y las habilidades de afrontamiento de los estudiantes de básica media de la Unidad Educativa San Alfonso.

Para el cumplimiento de este objetivo en la investigación se desarrolló de manera exitosa los objetivos específicos planteados, para lo cual también se apoyó de manera teórica en documentos bibliográficos y estadísticos, además de la validación y aplicación de los instrumentos con lo cual se pudo aprobar la hipótesis alternativa

1.3. Objetivos Específicos.

- Fundamentar de manera teórica - científica la adaptación escolar y su impacto en las habilidades de afrontamiento.

Se realizo la búsqueda de material bibliográfico científico para dar apoyo a la investigación en base a la Adaptación Escolar y las Habilidades de Afrontamiento de los niños.

- Evaluar el nivel de adaptación de los estudiantes de básica medica de la Unidad

Educativa

Para la obtención de estos datos, primero se realizó la validación de una encuesta, la misma que permitió conocer el nivel de adaptación escolar que mantiene los estudiantes mediante 20 preguntas que evalúan 4 diferentes dimensiones como el Ambiente escolar, la relación con sus docentes, con sus pares y las metodologías aplicadas

- Identificar los tipos de habilidades de afrontamiento que presentan los estudiantes del nivel básica media.

En este punto se ejecutó la aplicación de una escala estandarizada llamada Escala de Afrontamiento en Niños (EAN) compuesta por 35 preguntas, la misma que evalúa 9 tipos de afrontamiento lo que nos permitió cumplir con este objetivo.

- Establecer la relación de la adaptación escolar y las habilidades de afrontamiento de los estudiantes del nivel básica media.

Para cumplir con este objetivo se realizó la Correlación mediante el método de Spearman, e identificar si la variable dependiente: Adaptación Escolar tiene relación con la variable independiente: Habilidades de Afrontamiento.

- Proponer un manual de estrategias de afrontamiento en niños que permita potenciar las habilidades de afrontamiento en los estudiantes.

Se tiene como fin la entrega de este manual en el que constan estrategias de afrontamiento para niños del nivel básico, este ayudara de manera psicopedagógica al departamento de consejería estudiantil de la institución y así confrontar este problema existente, al mismo tiempo orientar también a los docentes para el desarrollo de habilidades psicoemocionales significativas dentro del aula.

CAPITULO II

2. METODOLOGIA

2.1. Materiales

Para la evaluación de los niveles de adaptación de los estudiantes del nivel básica media de la Unidad Educativa San Alfonso, se aplicó una encuesta validada por docentes profesionales de la Universidad Técnica de Ambato

La misma que consta de 21 preguntas, que están divididas en 4 dimensiones que valoran principalmente el Ambiente Escolar es decir el espacio físico en el que se desarrolla el estudiante, La relación con sus pares y con sus docentes para verificar la conducta que mantiene de manera social con los que le rodean y finalmente las Metodologías aplicadas que refleja el trabajo del docente en el aula y como lo percibe el estudiante. Esta mantiene un formato de escala de Likert con respuestas fijas, en donde se puntúan de la siguiente manera; Siempre con un valor de 5, A veces con un valor de 3 y Nunca con un valor de 1.

Para identificar los tipos de afrontamiento que mantienen los estudiantes del nivel básica media de la Unidad Educativa San Alfonso, se aplicó la ESCALA DE AFRONTAMIENTO EN NIÑOS (EAN).

Esta escala consta de 35 ítems referentes a estrategias de afrontamiento de problemas en el contexto familiar, salud, tareas escolares y relaciones sociales, de esta se adquiere 2 puntuaciones globales referidas al Afrontamiento centrado en el problema y Afrontamiento Improductivo, a la vez se obtiene 9 puntuaciones específicas que se dividen en

Solución activa que hace referencia a la solución del problema por todos los medios posibles, **Comunicar el problema a otros** refleja la comunicación con otros para solventar el problema, **Búsqueda de información y guía** indica si busca consejos para su forma de actuar, **Actitud positiva** revela que piensa que el problema se solucionara, **Indiferencia** que muestra hacia el problema, **Conducta agresiva** manifiesta posibles conductas agresivas (peleas, golpes) como respuesta al problema, **Reservarse el problema para sí mismo** ocultación de sus sentimientos a otras personas , **Evitación cognitiva** búsqueda de distracciones cognitivas para evitar el problema, **Evitación conductual** .

Esta también mantiene un formato de escala de Likert en el que se obtienen con la suma de las puntuaciones de los respectivos ítems codificadas con 1 (nunca), 2 (algunas veces) y 3 (muchas veces).

Estos instrumentos fueron seleccionados debido a la relación que mantiene con las variables de estudio de la investigación.

2.2. Recursos

Recursos Institucionales:

- Biblioteca UTA
- Biblioteca FCHE
- U. E. “San Alfonso”

Recursos Humanos:

- Tutor de tesis
- Estudiantes
- Profesores Revisores
- Profesionales DECE
- Autor

Recursos Materiales:

- Material de oficina
- Laptop

Tabla 3. Recursos Económicos.

Recursos Económicos	Detalle/ Cantidad	Valor
Impresiones/Copias	60.00\$	60.00\$
Laptop	400.00\$	400.00\$
Hojas	10.00\$	10.00\$
Transporte	40.00\$	40.00\$
Alimentación	40.00\$	40.00\$
Material de Oficina	10.00\$	10.00\$
Imprevistos	10.00\$	10.00\$
Presupuesto total		560.00\$

Nota. Esta tabla muestra los elementos de una lista tabular. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene información necesaria para comprender la tabla, incluidas las definiciones estadísticas y la atribución de derechos de autor.

2.3. Métodos

Para la realización de la investigación con el tema “Adaptación Escolar y Habilidades de Afrontamiento en los estudiantes de 5to, 6to y 7mo Año de E.G.B de la Unidad Educativa San Alfonso” se utilizó la siguiente metodología propuesta a continuación:

2.4. Tipos de Investigación

La investigación está compuesta de un enfoque mixto; de un lado cualitativo ya que se busca analizar y describir como el nivel de adaptación escolar tiene relación con las habilidades de afrontamiento en los niños, estudiantes de básica media de la Unidad Educativa “San Alfonso”.

Por otro lado, cuantitativo, debido a la aplicación de un instrumento estandarizado que refiere el tipo de afrontamiento manejado por los estudiantes en relación con su nivel de adaptación escolar.

2.5. Modalidad

Esta investigación presenta una modalidad **bibliográfica**, ya que está basada en la búsqueda, recuperación, análisis, crítica e interpretación de información acerca de las variables en cuestión, la adaptación escolar y las habilidades de afrontamiento en niños, mismos datos que fueron registrados por otros investigadores en fuentes documentales: impresas, audiovisuales o electrónicas. Como en toda investigación, el propósito de este diseño es el aporte de nuevos conocimientos. (Arias ,2012).

De campo, tomando en cuenta que se recolectaron datos que provienen directamente de los estudiantes investigados. Tomando en cuenta que este tipo de investigación también se emplean datos secundarios, los cuales pueden provenir de fuentes bibliográficas mencionadas anteriormente para poder hallar soluciones palpando la realidad de la problemática a la que se busca dar solución. (Arias, 1999)

2.6. Niveles de Investigación.

Los niveles o tipos de investigación que se utilizaron fueron:

Descriptiva ya que el objetivo de la presente investigación es describir algunas características fundamentales de **adaptación escolar** que permiten establecer el comportamiento de la variable a investigar, la misma que permite establecer la estructura o el comportamiento de los fenómenos en estudio, proporcionando información sistemática y comparable con la de otras fuentes”. (Martínez, 2018)

Correlacional debido a que se buscó describir o aclarar la relación que existe entre las variables de **adaptación escolar y habilidades de afrontamiento**, mediante el uso de coeficientes de correlación. Para así determinar como una variable influye en la otra. (Cancela y Otros, 2010).

2.7. Población

Para la realización de esta investigación se tomó como sujetos de estudio a los estudiantes de 5to, 6to y 7mo Año de E.G.B de la Unidad Educativa “San Alfonso”, este grupo lo conforman 65 niños, los cuales manejan una edad de 10-12 años.

Tabla 4. Población

Tabla de Población		
5to Año	23	36%
6to Año	20	20%
7mo Año	22	34%
Total	65	100%

Nota. Esta tabla muestra los elementos de una lista tabular. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene información necesaria para comprender la tabla, incluidas las definiciones estadísticas y la atribución de derechos de autor.

2.8. Plan de Recolección de Información

Tabla 5. Plan de Recolección

Tabla de Plan de Recolección de Información	
Preguntas	Respuestas
¿Para qué?	Para alcanzar los objetivos planteados en esta investigación.
¿A quiénes?	Estudiantes de 5to, 6to y 7mo Año de E.G.B
¿Sobre qué aspecto?	Adaptación Escolar Habilidades de Afrontamiento
¿Quiénes?	Autora: Natasha Lizbeth Barona Vallejo
¿Cuándo?	Periodo Abril- Septiembre 2022
¿Dónde?	Unidad Educativa “San Alfonso”
¿Cuántas veces?	Única vez
¿Con que técnicas e instrumentos?	Escala estandarizada y Cuestionario estructurado validado

Nota. Esta tabla muestra los elementos de una lista tabular. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene información necesaria para comprender la tabla y la atribución de derechos de autor.

CAPITULO III

3. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

3.1. Análisis y discusión de resultados.

En este proceso de investigación se ha tomado en cuenta la aplicación de instrumentos para la recolección de información a la población conformada por 65 estudiantes mencionados en el capítulo anterior, iniciando con la aplicación de la Escala de Afrontamiento en Niños (EAN), que consta de 35 ítems que se dividen en 9 puntuaciones, la misma que ayudara a valorar la variable dependiente de Habilidades de Afrontamiento. Consecuentemente esta la aplicación de un cuestionario estructurado y validado de 20 preguntas que del mismo modo se desglosa en 4 dimensiones.

3.2. Análisis de Confiabilidad del Instrumento.

Para medir la confiabilidad de la Encuesta de Adaptación Escolar se ha utilizado el coeficiente de Alpha de Cronbach que nos indica que el coeficiente va del 0 y el 1. Cuanto más se acerque esté a 1, más consistentes serán los ítems serán entre sí. Por lo que consideramos una validez alta en esta encuesta al obtener un $\alpha= 0,822$.

Tabla 6. Alpha de Cronbach Encuesta de Adaptación Escolar

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,822	20

Resumen del procesamiento de los casos

	N	%
Válidos	65	100,0
Casos Excluidos	0	,0
Total	65	100,0

Nota. Esta tabla muestra los elementos de una lista tabular. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene información necesaria para comprender la tabla, incluidas las definiciones estadísticas y la atribución de derechos de autor.

3.3. Resultados.

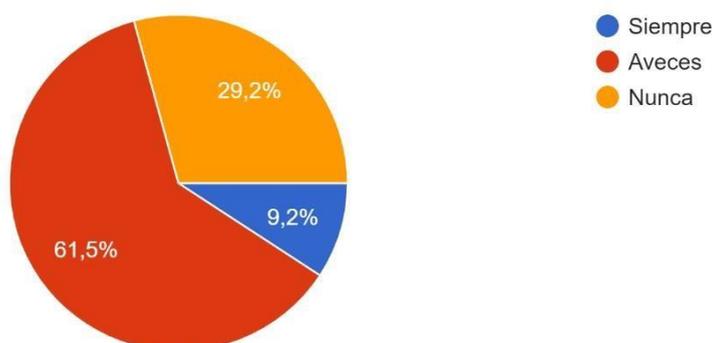
3.4. Resultados de la Encuesta de Adaptación Escolar.

Esta encuesta es un instrumento de recolección de información confiable, que está validado para asegurar la veracidad de los resultados que se exponen a continuación, propone 20 preguntas dentro de 4 dimensiones que evalúan el Ambiente Escolar, la Relación con sus docentes y sus pares, y las Metodologías Aplicadas.

Gráfico 2. Me siento feliz de ir a la escuela

1) Me siento feliz de ir a la escuela

65 respuestas



Nota. Esta figura muestra los elementos de un diagrama de porcentajes. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene la información necesaria para comprenderla, incluida la información estadística de la Encuesta de Adaptación Escolar.

Tabla 7. Resultados de la 1ra pregunta

<u>Alternativas</u>	<u>Frecuencia</u>	<u>Porcentaje</u>
Siempre	6	9,2%
A veces	40	61,5 %
Nunca	19	29,2%
Total	65	100%

Nota. Esta tabla muestra los elementos de una lista tabular. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene información necesaria para comprender la tabla, incluidas las definiciones estadísticas y la atribución de derechos de autor.

ANÁLISIS.

En la primera pregunta de este cuestionario podemos observar que el 9,2% siempre sienten felicidad de ir a la escuela, el 61,5% lo hace en ocasiones nada más y el 29,2% nunca siente emoción por ir a la escuela.

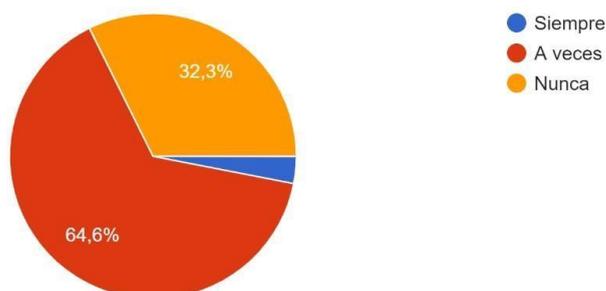
INTERPRETACION.

En esta pregunta podemos resaltar que más de la mitad de los estudiantes no mantienen una reacción emotiva de alegría o felicidad para ir a la escuela lo que hace notar que no tienen un incentivo por asistir a la unidad educativa.

Gráfico 3. Me gusta como se ve mi escuela

2) Me gusta como se ve mi aula

65 respuestas



Nota. Esta figura muestra los elementos de un diagrama de porcentajes. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene la información necesaria para comprenderla, incluida la información estadística de la Encuesta de Adaptación Escolar.

Tabla 8. Resultados de la 2da pregunta

<u>Alternativas</u>	<u>Frecuencia</u>	<u>Porcentaje</u>
Siempre	2	3,1%
A veces	42	64,6%
Nunca	21	32,3%
Total	65	100%

Nota. Esta tabla muestra los elementos de una lista tabular. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene información necesaria para comprender la tabla, incluidas las definiciones estadísticas y la atribución de derechos de autor.

ANALISIS

Tenemos al 3,1% de estudiantes a los que cuales les agrada el aspecto de su escuela o de su aula, luego tenemos al 64,6% de estudiantes a los que en ocasiones les parece agradable el espacio físico que comparten y otro 32,3% a los cuales no les agrada en lo absoluto dicho espacio.

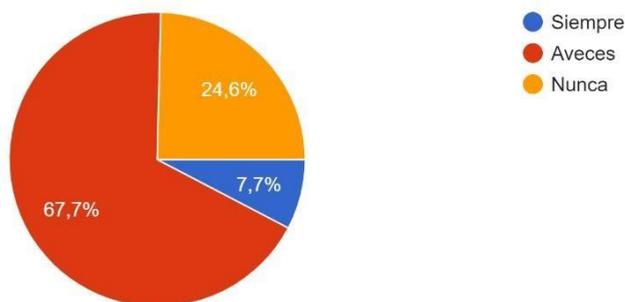
INTERPRETACION

Aquí podemos observar la vacilación de la mayoría de los estudiantes en cuanto al espacio escolar que mantienen, ya que en algunas ocasiones si les agrada y en otras no.

Gráfico 4. Le doy el uso correcto a los muebles escolares

3) Le doy el uso correcto a los muebles escolares

65 respuestas



Nota. Esta figura muestra los elementos de un diagrama de porcentajes. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene la información necesaria para comprenderla, incluida la información estadística de la Encuesta de Adaptación Escolar.

Tabla 9. Resultados de la 3ra pregunta

<u>Alternativas</u>	<u>Frecuencia</u>	<u>Porcentaje</u>
Siempre	5	7,7%
A veces	44	67,7%
Nunca	16	24,6%
Total	65	100%

Nota. Esta tabla muestra los elementos de una lista tabular. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene información necesaria para comprender la tabla, incluidas las definiciones estadísticas y la atribución de derechos de autor.

ANALISIS

El 7,7% de los estudiantes les dan siempre el uso correcto a los muebles escolares, mientras que el 67,7% lo hace en ocasiones, es decir en ocasiones los cuida y en otras les da mal uso, pero el 24,6% nunca les da el uso adecuado a estos muebles.

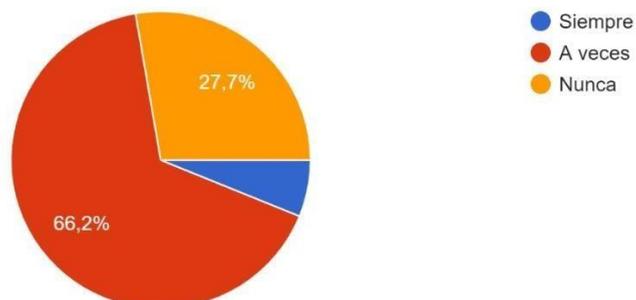
INTERPRETACION

Se puede manifestar que la mayoría de los estudiantes no tienen cuidado por los muebles escolares que ocupan, lo que hace que se deterioren de manera más rápida y solo un pequeño porcentaje de ellos busca cuidar de los mismos.

Gráfico 5. Mantengo ordenado y limpio mi espacio.

4) Mantengo ordenado y limpio mi espacio.

65 respuestas



Nota. Esta figura muestra los elementos de un diagrama de porcentajes. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene la información necesaria para comprenderla, incluida la información estadística de la Encuesta de Adaptación Escolar.

Tabla 10.. Resultados de la 4ta pregunta

<u>Alternativas</u>	<u>Frecuencia</u>	<u>Porcentaje</u>
Siempre	4	6,2%
A veces	43	66,2%
Nunca	18	27,7%
Total	65	100%

Nota. Esta tabla muestra los elementos de una lista tabular. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene información necesaria para comprender la tabla, incluidas las definiciones estadísticas y la atribución de derechos de autor.

ANALISIS

Solo el 6,2% de los estudiantes mantienen ordenado y limpio su espacio, mientras que el 66,2% lo hace solo en ocasiones, y el 27,7% de los estudiantes nunca mantienen un espacio limpio para su mismo uso.

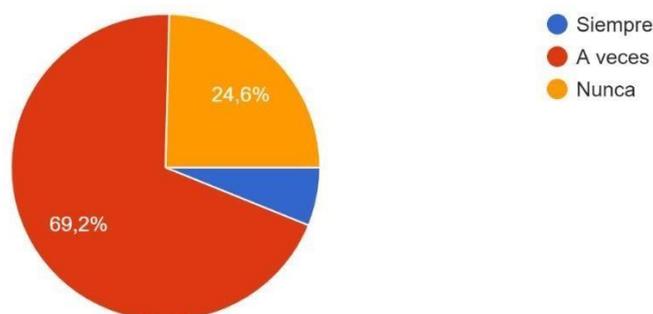
INTERPRETACION

Se puede observar que la mayoría de los estudiantes no se preocupan por mantener limpia y ordenada el área en donde van a trabajar la jornada estudiantil, o solo lo hacen cuando se les da una orden para mantener limpia el aula como tal.

Gráfico 6. Pinto, rayo o destruyo las paredes.

5) Pinto, rayo o destruyo las paredes

65 respuestas



Nota. Esta figura muestra los elementos de un diagrama de porcentajes. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene la información necesaria para comprenderla, incluida la información estadística de la Encuesta de Adaptación Escolar.

Tabla 11.. Resultados de la 5ta pregunta

<u>Alternativas</u>	<u>Frecuencia</u>	<u>Porcentaje</u>
Siempre	4	6,2%
A veces	45	69,2%
Nunca	16	24,6%
Total	65	100%

Nota. Esta tabla muestra los elementos de una lista tabular. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene información necesaria para comprender la tabla, incluidas las definiciones estadísticas y la atribución de derechos de autor.

ANALISIS

El 6,2% de estudiantes mencionan que siempre destruyen los enseres escolares, mientras que el 69,2% lo hace en ocasiones, y un 24,6% de ellos no lo hacen nunca, es decir buscan cuidar los espacios escolares.

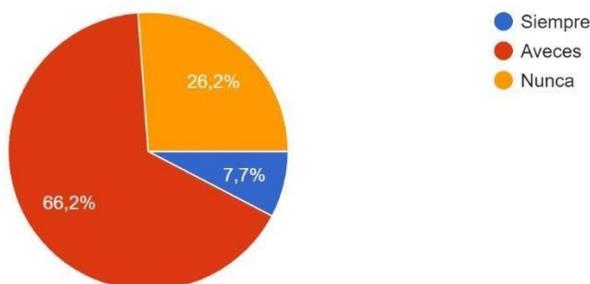
INTERPRETACION

Se puede ver aquí que la mayoría de los estudiantes descuidan y destruyen los espacios escolares como tal, no les interesa el mantenimiento de estos y solo un pequeño porcentaje busca no agravar más los daños que los demás compañeros ocasionan.

Gráfico 7. Cumplimiento con las nuevas normas de la escuela.

6) Cumplimiento con las nuevas normas de la escuela. (usar mascarilla, gel o alcohol)

65 respuestas



Nota. Esta figura muestra los elementos de un diagrama de porcentajes. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene la información necesaria para comprenderla, incluida la información estadística de la Encuesta de Adaptación Escolar.

Tabla 12. Resultados de la 6ta pregunta

<u>Alternativas</u>	<u>Frecuencia</u>	<u>Porcentaje</u>
Siempre	5	7,7%
A veces	43	66,2%
Nunca	17	26,2%
Total	65	100%

Nota. Esta tabla muestra los elementos de una lista tabular. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene información necesaria para comprender la tabla, incluidas las definiciones estadísticas y la atribución de derechos de autor.

ANÁLISIS

Tenemos el 7,7% quienes cumplen siempre con las normas de la escuela y de bioseguridad, pero también al 66,2% que lo hace solo en ocasiones, y un 26,2% quienes hacen caso omiso a estas indicaciones y no las cumplen.

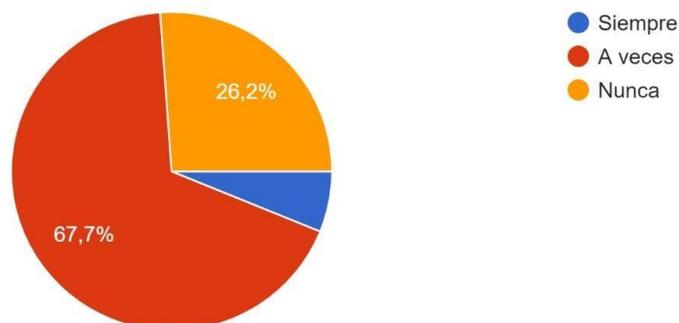
INTEPRETACION

La mayoría de los estudiantes no cumplen con las normas de la escuela tanto como con las de bioseguridad implementadas en el regreso a clases debido a la pandemia que afecto, y en esto solo un pequeño porcentaje como en las demás preguntas realizan a cabalidad las instrucciones dadas.

Gráfico 8. Trato con respeto a los docentes de mi escuela.

7) Trato con respeto a los docentes de mi escuela.

65 respuestas



Nota. Esta figura muestra los elementos de un diagrama de porcentajes. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene la información necesaria para comprenderla, incluida la información estadística de la Encuesta de Adaptación Escolar.

Tabla 13. Resultados de la 7ma pregunta

<u>Alternativas</u>	<u>Frecuencia</u>	<u>Porcentaje</u>
Siempre	4	6,2%
A veces	44	67,7%
Nunca	17	26,2%
Total	65	100%

Nota. Esta tabla muestra los elementos de una lista tabular. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene información necesaria para comprender la tabla, incluidas las definiciones estadísticas y la atribución de derechos de autor.

ANALISIS

El 6,2% de los estudiantes siempre tratan con respeto a sus docentes, mientras que el 67,7% de los mismos lo hace en ocasiones, pero el 26,2% nunca lo hace y por eso mantienen llamados de atención repetitivos.

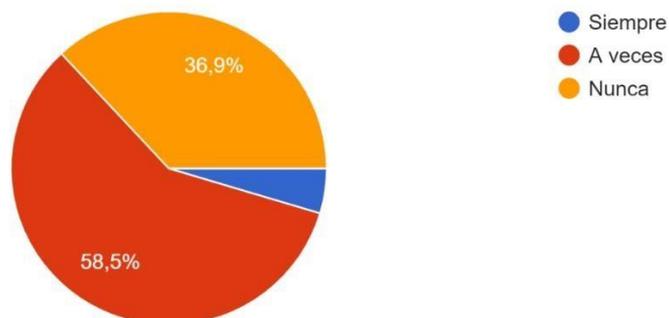
INTERPRETACION

Se puede observar que la mayoría de los estudiantes no tratan con respeto a los docentes ya sean sus docentes o demás docentes que laboran en la institución, y solo un pequeño porcentaje se mantiene en el margen del respeto a los mayores.

Gráfico 9. Me gusta hablar con mis docentes.

8) Me gusta hablar con mis docentes

65 respuestas



Nota. Esta figura muestra los elementos de un diagrama de porcentajes. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene la información necesaria para comprenderla, incluida la información estadística de la Encuesta de Adaptación Escolar.

Tabla 14. Resultados de la 8va pregunta

<u>Alternativas</u>	<u>Frecuencia</u>	<u>Porcentaje</u>
Siempre	3	4,6%
A veces	38	58,5%
Nunca	24	36,9%
Total	65	100%

Nota. Esta tabla muestra los elementos de una lista tabular. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene información necesaria para comprender la tabla, incluidas las definiciones estadísticas y la atribución de derechos de autor.

ANALISIS

Tenemos el 4.6% quienes siempre gustan de mantener comunicación con sus docentes, el 58,5% quienes lo hace eventualmente de acuerdo con la situación, lo hace o no, y el 36,9% a quienes les parece mejor no tener comunicación con sus docentes más que la necesaria.

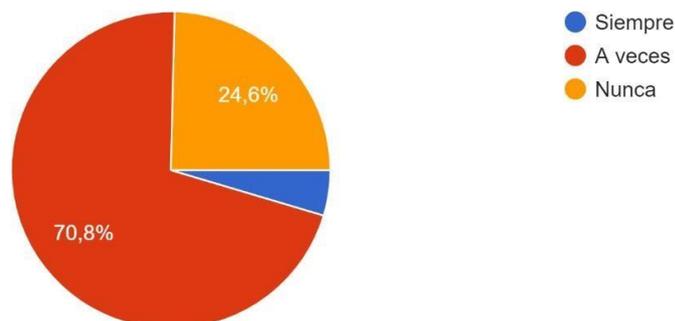
INTERPRETACION

Vemos a la mayoría de los estudiantes se les hace un poco ambiguo hablar con los docentes, por lo que la mayoría mantiene conversaciones en ocasiones nada más, y un pequeño porcentaje lo hace de manera espontánea y de agrado.

Gráfico 10. Mis docentes me llaman la atención.

9) Mis docentes me llaman la atención

65 respuestas



Nota. Esta figura muestra los elementos de un diagrama de porcentajes. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene la información necesaria para comprenderla, incluida la información estadística de la Encuesta de Adaptación Escolar.

Tabla 15. Resultados de la 9na pregunta

<u>Alternativas</u>	<u>Frecuencia</u>	<u>Porcentaje</u>
Siempre	3	4,6%
A veces	46	70,8%
Nunca	16	24,6%
Total	65	100%

Nota. Esta tabla muestra los elementos de una lista tabular. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene información necesaria para comprender la tabla, incluidas las definiciones estadísticas y la atribución de derechos de autor.

ANALISIS

EL 4,6% de los estudiantes siempre son llamados la atención, mientras que el 70,8% lo son en ocasiones, pero tenemos el pequeño grupo de 24,6% que nunca ha sido llamado la atención debido a su buen comportamiento.

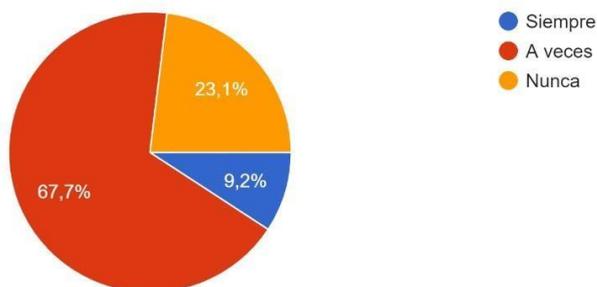
INTERPRETACION

Se puede inferir que la gran mayoría de estudiantes han recibido al menos una vez un llamado de atención, lo que corrobora que hace falta de disciplina en estos grados. Ya que solo un pequeñísimo porcentaje nunca ha tenido llamados de atención.

Gráfico 11. Ayudo a mis compañeros si tienen alguna dificultad dentro o fuera del aula.

10) Ayudo a mis compañeros si tienen alguna dificultad dentro o fuera del aula

65 respuestas



Nota. Esta figura muestra los elementos de un diagrama de porcentajes. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene la información necesaria para comprenderla, incluida la información estadística de la Encuesta de Adaptación Escolar.

Tabla 16. Resultados de la 10ma pregunta

<u>Alternativas</u>	<u>Frecuencia</u>	<u>Porcentaje</u>
Siempre	6	9,2%
A veces	44	67,7%
Nunca	15	23,1%
Total	65	100%

Nota. Esta tabla muestra los elementos de una lista tabular. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene información necesaria para comprender la tabla, incluidas las definiciones estadísticas y la atribución de derechos de autor.

ANALISIS

Tenemos un 9,2 % al que siempre le gusta colaborar a sus compañeros quienes lo necesitan, también tenemos un 67,7% quien en su mayoría lo hace y en ocasiones deja de hacerlo, y un 23,1% a quien no le gusta ser solidario y ayudar en lo absoluto a sus compañeros.

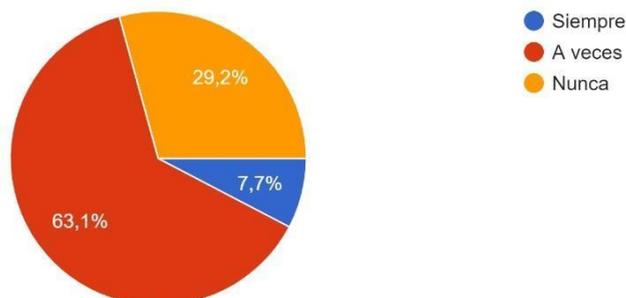
INTERPRETACION

La gran mayoría de estudiantes no están prestos para ayudar a sus demás compañeros, unos lo hacen en ocasiones y otros se niegan rotundamente a brindar esta ayuda lo que refleja la falta de empatía en los mismos.

Gráfico 12. Molesto a mis compañeros.

11) Molesto a mis compañeros (uso apodos, interrumpo su trabajo)

65 respuestas



Nota. Esta figura muestra los elementos de un diagrama de porcentajes. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene la información necesaria para comprenderla, incluida la información estadística de la Encuesta de Adaptación Escolar.

Tabla 17. Resultados de la 11va pregunta

<u>Alternativas</u>	<u>Frecuencia</u>	<u>Porcentaje</u>
Siempre	5	7,7%
A veces	41	63,1%
Nunca	19	29,2%
Total	65	100%

Nota. Esta tabla muestra los elementos de una lista tabular. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene información necesaria para comprender la tabla, incluidas las definiciones estadísticas y la atribución de derechos de autor.

ANALISIS

Tenemos un 7,7% de estudiantes que dicen molestar siempre a sus compañeros ya sea poniendo apodos o interrumpiendo el trabajo que se encuentran realizando, también un 63,1% que lo hace en ocasiones esporádicas cuando la mayoría también se encuentra inquieto y tenemos un 29,2% que prefieren no molestar a nadie para evitar ser molestados también.

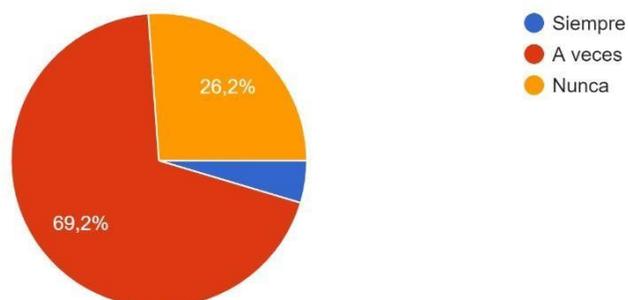
INTERPRETACION

La gran mayoría de los estudiantes buscan la manera de molestar o interrumpir a otro compañero con el fin de jugar o distraerse de las actividades que están realizando, sin embargo, un porcentaje muy pequeño trata de llevar a cabalidad sus tareas en los tiempos establecidos y prefieren no molestar para no ser molestados.

Gráfico 13. Hablo con mis compañeros y espero mi turno para hablar.

12) Hablo con mis compañeros y espero mi turno para hablar.

65 respuestas



Nota. Esta figura muestra los elementos de un diagrama de porcentajes. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene la información necesaria para comprenderla, incluida la información estadística de la Encuesta de Adaptación Escolar.

Tabla 18. Resultados de la 12va pregunta

<u>Alternativas</u>	<u>Frecuencia</u>	<u>Porcentaje</u>
Siempre	3	4.6%
A veces	45	69,2%
Nunca	17	26,2%
Total	65	100%

Nota. Esta tabla muestra los elementos de una lista tabular. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene información necesaria para comprender la tabla, incluidas las definiciones estadísticas y la atribución de derechos de autor.

ANALISIS

Tenemos un 4.6 % quien habla con sus compañeros y espera respetuosamente su turno para hablar, otro 69,2% que lo hace en ocasiones, en ocasiones no se respetan estos turnos, y un 26,2% que nunca respeta los turnos para hablar, lo hace cuando desea y en el tono de voz más alto.

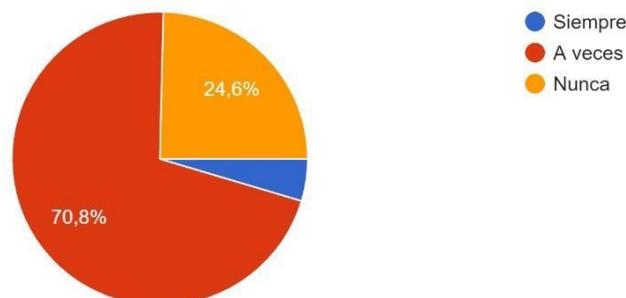
INTERPRETACION

La mayoría de las estudiantes no respetan sus turnos para hablar, si se comunican entre ellos, pero muy pocos esperan que el uno haya terminado de hablar para empezar el otro y cada uno lo hace más alto para poder ser escuchado, de manera que no hay control para tomar la palabra.

Gráfico 14. Realizo trabajos en equipo con ánimo.

13) Realizo trabajos en equipo con animo

65 respuestas



Nota. Esta figura muestra los elementos de un diagrama de porcentajes. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene la información necesaria para comprenderla, incluida la información estadística de la Encuesta de Adaptación Escolar.

Tabla 19. Resultados de la 13va pregunta

<u>Alternativas</u>	<u>Frecuencia</u>	<u>Porcentaje</u>
Siempre	3	4,6%
A veces	46	70,8%
Nunca	16	24,6%
Total	65	100%

Nota. Esta tabla muestra los elementos de una lista tabular. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene información necesaria para comprender la tabla, incluidas las definiciones estadísticas y la atribución de derechos de autor.

ANALISIS

Es visible un 4,6% de estudiantes quienes trabajan en equipo y con ánimo, se muestran entusiasmados. También un 70,8% que lo hace en ocasiones, en otras ocasiones lo hacen con desgano, y un 24,6% que no les gusta trabajar de esta manera, se niegan a trabajar en equipo.

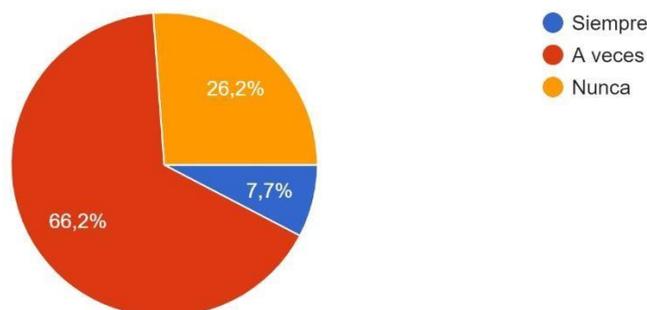
INTERPRETACION

La mayoría de estudiante oscilan entre el ánimo con el que trabajan en equipo, en algunas ocasiones con todo el ánimo y en otras solo para cumplir con las tareas asignadas. Lo que refiere mayor motivación entre el grupo

Gráfico 15. Me gusta jugar con mis compañeros.

14) Me gusta jugar con mis compañeros

65 respuestas



Nota. Esta figura muestra los elementos de un diagrama de porcentajes. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene la información necesaria para comprenderla, incluida la información estadística de la Encuesta de Adaptación Escolar.

Tabla 20. Resultados de la 14va pregunta

<u>Alternativas</u>	<u>Frecuencia</u>	<u>Porcentaje</u>
Siempre	5	7,7%
A veces	43	66,2%
Nunca	17	26,2%
Total	65	100%

Nota. Esta tabla muestra los elementos de una lista tabular. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene información necesaria para comprender la tabla, incluidas las definiciones estadísticas y la atribución de derechos de autor.

ANALISIS

El 7,7% de los estudiantes afirman que siempre están dispuestos a jugar con sus compañeros, mientras que el 66,2% prefiere hacerlo en ocasiones de muy buena manera, y en otras ocasiones no jugar con sus compañeros mismo sino otros. El 26,2% se niega a jugar con ninguno de sus compañeros.

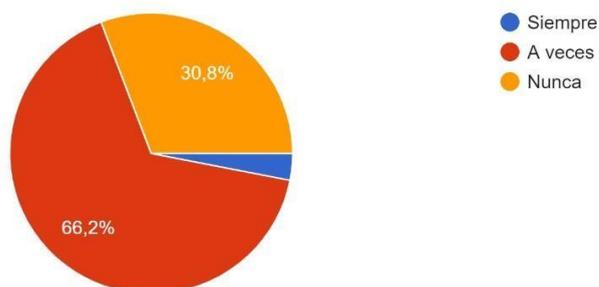
INTERPRETACION

La mayoría de los estudiantes varían entre jugar con sus compañeros unas ocasiones y en otras no hacerlo, mientras que un pequeño porcentaje se niega rotundamente a compartir el juego con sus mismos compañeros.

Gráfico 16. Organizo juegos para incluir a todos mis compañeros.

15) Organizo juegos para incluir a todos mis compañeros.

65 respuestas



Nota. Esta figura muestra los elementos de un diagrama de porcentajes. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene la información necesaria para comprenderla, incluida la información estadística de la Encuesta de Adaptación Escolar.

Tabla 21. Resultados de la 15va pregunta

<u>Alternativas</u>	<u>Frecuencia</u>	<u>Porcentaje</u>
Siempre	2	3,1%
A veces	43	66,2%
Nunca	20	30,8%
Total	65	100%

Nota. Esta tabla muestra los elementos de una lista tabular. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene información necesaria para comprender la tabla, incluidas las definiciones estadísticas y la atribución de derechos de autor.

ANALISIS

El 3.1% de los estudiantes siempre buscan la manera de organizar juegos e incluir a todos sus compañeros, mientras que el 66,2% varían entre hacerlo en ocasiones y en otras ocasiones no, pero el 30,8% se niega a organizarse y compartir con absolutamente todos sus compañeros.

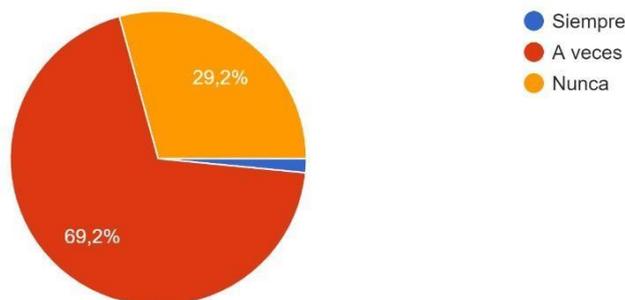
INTERPRETACION

La mayoría de los estudiantes varían entre organizar e incluir a todos sus compañeros en los juegos y en otras ocasiones no hacerlo, mientras que un pequeño porcentaje se niega a compartir estas actividades por lo que se ve que no existe una relación a fin entre todos los estudiantes, lo que debería mejorar la integración áulica,

Gráfico 17. Las clases son divertidas.

16) Las clases son divertidas

65 respuestas



Nota. Esta figura muestra los elementos de un diagrama de porcentajes. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene la información necesaria para comprenderla, incluida la información estadística de la Encuesta de Adaptación Escolar.

Tabla 22. Resultados de la 16va pregunta

<u>Alternativas</u>	<u>Frecuencia</u>	<u>Porcentaje</u>
Siempre	1	1,5%
A veces	45	69,2%
Nunca	19	29,2%
Total	65	100%

Nota. Esta tabla muestra los elementos de una lista tabular. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene información necesaria para comprender la tabla, incluidas las definiciones estadísticas y la atribución de derechos de autor.

ANALISIS

Tenemos nada más que el 1,5 % de estudiantes a quienes las clases les parecen divertidas, tenemos el 69,2% a quienes en ocasiones les parecen divertidas las clases, El 29,2% a quienes nunca les han parecido divertidas las clases expuestas por sus docentes.

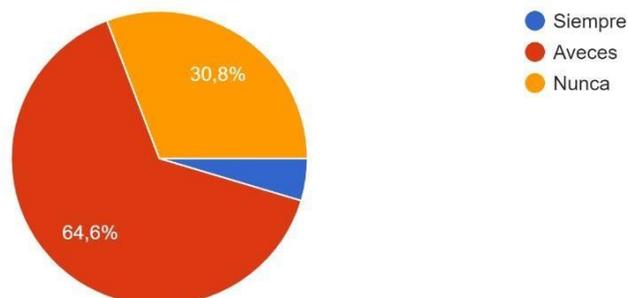
INERPRETACION

A la gran mayoría de los estudiantes no les parecen divertidas las clases impartidas por sus docentes por lo que se sugeriría que tomen mayor iniciativa para motivar a los estudiantes aprender.

Gráfico 18. *Participo seguidamente en clases.*

17) Participo seguidamente en clases

65 respuestas



Nota. Esta figura muestra los elementos de un diagrama de porcentajes. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene la información necesaria para comprenderla, incluida la información estadística de la Encuesta de Adaptación Escolar.

Tabla 23. *Resultados de la 17va pregunta*

<u>Alternativas</u>	<u>Frecuencia</u>	<u>Porcentaje</u>
Siempre	3	4,6%
A veces	42	64,6%
Nunca	20	30,8%
Total	65	100%

Nota. Esta tabla muestra los elementos de una lista tabular. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene información necesaria para comprender la tabla, incluidas las definiciones estadísticas y la atribución de derechos de autor.

ANALISIS

Tenemos el 4.6% de estudiantes quienes siempre participan en clases, luego tenemos el 64,6% de quienes lo hacen en ocasiones, unas veces si otras no, y un 30,8% quienes no participan en clases,

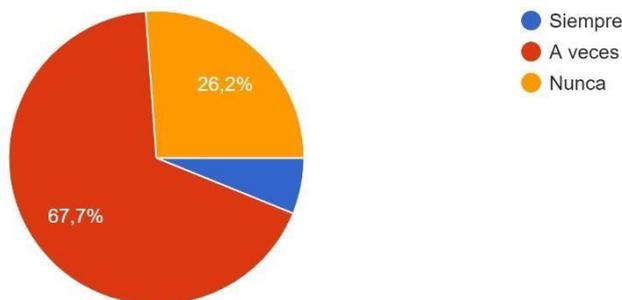
INTERPRETACION

La mayoría de los estudiantes vacilan entre la participación en clases hay quienes lo hacen en ocasiones repetidas y otros quienes no, pero también un grupo minoritario quien no busca la participación en efecto.

Gráfico 19. Las tareas me resultan fáciles y entretenidas.

18) Las tareas me resultan fáciles y entretenidas

65 respuestas



Nota. Esta figura muestra los elementos de un diagrama de porcentajes. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene la información necesaria para comprenderla, incluida la información estadística de la Encuesta de Adaptación Escolar.

Tabla 24. Resultados de la 18va pregunta

<u>Alternativas</u>	<u>Frecuencia</u>	<u>Porcentaje</u>
Siempre	4	6,2%
A veces	44	67,7%
Nunca	17	26,2%
Total	65	100%

Nota. Esta tabla muestra los elementos de una lista tabular. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene información necesaria para comprender la tabla, incluidas las definiciones estadísticas y la atribución de derechos de autor.

ANALISIS

Tenemos un 6,2% de los estudiantes a los que las tareas les resultan fáciles y entretenidas y otros 67,7% al que en ocasiones les parece divertidas las tareas y en otras no, pero también tenemos un 26,2% a quien nunca les han parecido las tareas divertidas o entretenidas.

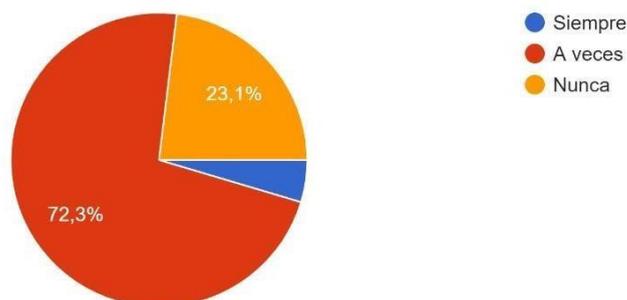
INTERPRETACION

La mayoría de las estudiantes no disfrutan de hacer tareas, tampoco les parecen entretenidas o divertidas, lo que buscaría cambiar la metodología para las tareas que se llevan a casa.

Gráfico 20. Los exámenes son muy difíciles.

19) Los exámenes son muy difíciles

65 respuestas



Nota. Esta figura muestra los elementos de un diagrama de porcentajes. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene la información necesaria para comprenderla, incluida la información estadística de la Encuesta de Adaptación Escolar.

Tabla 25. Resultados de la 19va pregunta

<u>Alternativas</u>	<u>Frecuencia</u>	<u>Porcentaje</u>
Siempre	3	4,6%
A veces	47	72,3%
Nunca	15	23,1%
Total	65	100%

Nota. Esta tabla muestra los elementos de una lista tabular. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene información necesaria para comprender la tabla, incluidas las definiciones estadísticas y la atribución de derechos de autor.

ANALISIS

El 4,6% de los estudiantes refieren que los exámenes tienen dificultad siempre, otro 72,3% manifiesta que solo en ocasiones se tornan difíciles estos exámenes y en otras ocasiones no tanto, pero el 23,1% nos dice que los exámenes para ellos no son problema, nunca son difíciles.

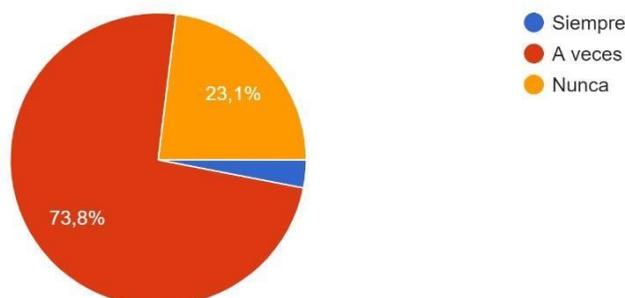
INTERPRETACION

A la mayoría de los estudiantes no se les torna difíciles los exámenes y a unos cuantos del mismo grupo solo en ocasiones, lo que quiere decir que a pesar de las metodologías aplicadas el aprendizaje está siendo efectivo.

Gráfico 21. Cuando tengo un examen, copio o hago trampa.

20) Cuando tengo un examen, copio o hago trampa.

65 respuestas



Nota. Esta figura muestra los elementos de un diagrama de porcentajes. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene la información necesaria para comprenderla, incluida la información estadística de la Encuesta de Adaptación Escolar.

Tabla 26. Resultados de la 20va pregunta

<u>Alternativas</u>	<u>Frecuencia</u>	<u>Porcentaje</u>
Siempre	2	3.1%
A veces	48	73,8%
Nunca	15	23,1%
Total	65	100%

Nota. Esta tabla muestra los elementos de una lista tabular. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene información necesaria para comprender la tabla, incluidas las definiciones estadísticas y la atribución de derechos de autor.

ANALISIS

Tenemos un 3,1 % de estudiantes quienes refieren siempre hacen trampa en sus exámenes ya que se tornan difíciles, un 73,8% a quienes solo en ocasiones comete este tipo de infracción, y un 23,1% que nunca lo han hecho.

INTERPRETACION

Aquí se puede ver reflejado que la mayoría de los estudiantes realizan lo que es la deshonestidad académica al menos una vez o en varias ocasiones, y solo un pequeño porcentaje de los estudiantes es real con los resultados de sus evaluaciones.

3.5. Resultados de la Escala de Afrontamiento en Niños (EAN)

Dentro de esta escala se cuenta con 4 dimensiones diferentes que se basan en los problemas en el contexto familiar, salud, escolar y de relaciones sociales. A su vez esta se desglosa en 9 diferentes puntuaciones que se dividen en categorías por lo que cada una tiene su interpretación a continuación:

Tabla 27. Categorías de la Escala de Afrontamiento en Niños.

Categoría	Ítems	Resultados Esperados
Solución activa	3, 10, 19 y 28	Puntuaciones altas son indicativas de que se intenta solucionar el problema utilizando todos los medios disponibles.
Comunicar el problema a otros	4, 15, 22 y 31	Refleja si se utiliza la comunicación con otras personas (e.g., familiares, amigos/as, profesores/as, etc.) para solventar el problema.
Búsqueda de información y guía	5, 12, 20 y 27	Indica si se pide consejo a otras personas (e.g., familiares, amigos/as, profesores/as, etc.) sobre la forma de actuar.
Actitud positiva	8, 14, 25 y 34	Puntuaciones altas indican que el escolar piensa que el problema se va a solucionar.
Indiferencia	1, 13, 18 y 33	Refleja una actitud de indiferencia hacia el problema.
Conducta agresiva	7, 16, 24 y 32	Indica la utilización de conductas de tipo agresivo, como peleas o discusiones, como reacción al problema.
Reservarse el problema para sí mismo	9, 17, 26 y 30	Refleja si se ocultan a otras personas los sentimientos sobre el problema.
Evitación cognitiva	2, 21 y 35	Refleja la búsqueda de distracciones cognitivas para no pensar en el problema.
Evitación conductual	6, 11, 23 y 29.	Indica la realización de otras acciones para no pensar en el problema.

Nota. Esta tabla muestra los elementos de una lista tabular. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene información necesaria para comprender la tabla e incluidas las definiciones de la Escala de Afrontamiento en Niños (EAN).

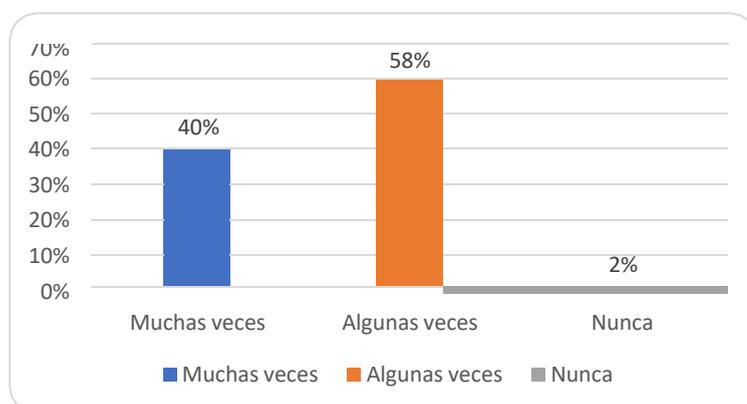
Solución Activa

Tabla 28. Resultados de la 1ra Dimensión (EAN)

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Muchas veces	26	40%
Algunas veces	30	46%
Nunca	9	14%
Total	65	100%

Nota. Esta tabla muestra los elementos de una lista tabular. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene información necesaria para comprender la tabla, incluidas las definiciones estadísticas y la atribución de derechos de autor.

Gráfico 22. Resultados 1ra Dimensión (EAN)



Nota. Esta figura muestra los elementos de un diagrama de porcentajes. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene la información necesaria para comprenderla e incluida la información estadística de la EAN.

ANÁLISIS

La Escala de Afrontamiento en Niños (EAN) tiene como primera categoría la **Solución Activa** que responde a una misma pregunta en las 4 diferentes dimensiones que es; *Intento solucionar el problema utilizando todos los medios posibles*. Para lo cual el 40% de los estudiantes mencionan que muchas de las veces tratan de resolver los problemas, el 46% de los estudiantes también lo hacen en ocasiones y el 14% no lo hace nunca.

INTERPRETACIÓN

La mayoría de los estudiantes busca resolver el problema que mantienen por todos los medios posibles que tienen a su alcance, mientras un pequeño porcentaje se desinteresa y prefiere no resolverlos.

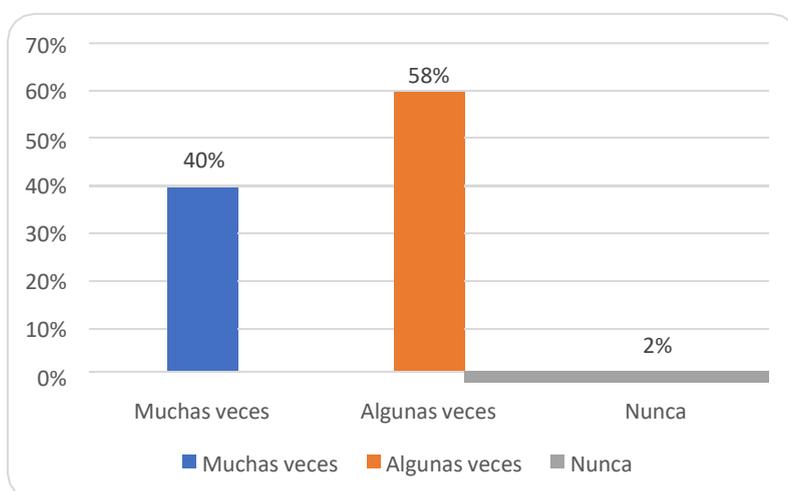
Comunicar el problema a otros

Tabla 29. Resultados de la 2Da Dimensión (EAN)

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Muchas veces	15	23%
Algunas veces	36	55%
Nunca	14	22%
Total	65	100%

Nota. Esta tabla muestra los elementos de una lista tabular. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene información necesaria para comprender la tabla, incluidas las definiciones estadísticas y la atribución de derechos de autor.

Gráfico 23 Resultados 2ra Dimensión (EAN)



Nota. Esta figura muestra los elementos de un diagrama de porcentajes. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene la información necesaria para comprenderla e incluida la información estadística de la EAN.

ANALISIS

EL 23% de los estudiantes muchas de las veces buscan comunicar el problema a otros para recibir ayuda, el 55% lo hace en ocasiones, es decir en algunas ocasiones lo comunican y en otras no lo hacen, mientras que el 22% de los mismos no buscan comunicar este problema a nadie.

INTERPRETACION

La mayoría de los estudiantes busca comunicar el problema a otras personas para así recibir ayuda o consejos sobre la solución del problema que los aqueja, mientras que un pequeño porcentaje prefiere no comunicar nada y hacerle frente al problema por si solos.

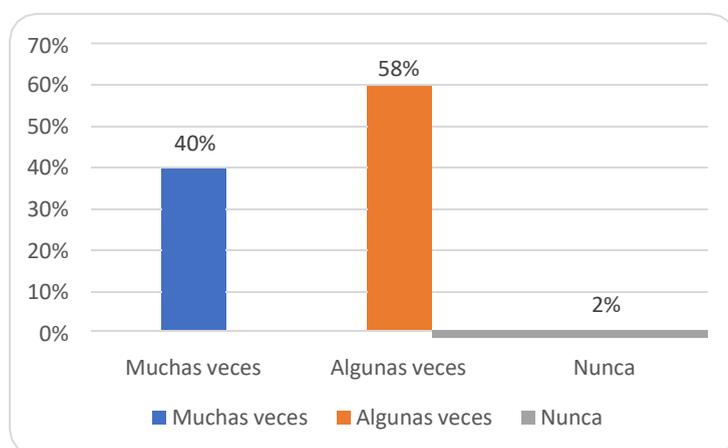
Búsqueda de información y Guía

Tabla 30. Resultados de la 3ra Dimensión (EAN)

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Muchas veces	22	34%
Algunas veces	35	54%
Nunca	8	12%
Total	65	100%

Nota. Esta tabla muestra los elementos de una lista tabular. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene información necesaria para comprender la tabla, incluidas las definiciones estadísticas y la atribución de derechos de autor.

Gráfico 24. Resultados 3ra Dimensión (EAN)



Nota. Esta figura muestra los elementos de un diagrama de porcentajes. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene la información necesaria para comprenderla e incluida la información estadística de la EAN.

ANALISIS

Para la tercera categoría tenemos la **Búsqueda de Información y Guía** donde se puede observar que el 34% de estudiantes muchas de las veces buscan información y/o personas quienes les guíen a la solución del problema que tienen, el 54% lo hace en ocasiones, y el 12% prefiero no hacerlo nunca.

INTERPRETACION

La mayoría de los estudiantes buscan información acerca del problema para entender como poder resolverlo, así como también buscan la guía ya sea de docentes o familiares para tener una idea de cómo llegar a la solución de sus problemas, mientras que un pequeño porcentaje prefiero no buscar fuentes exteriores para resolver su problema.

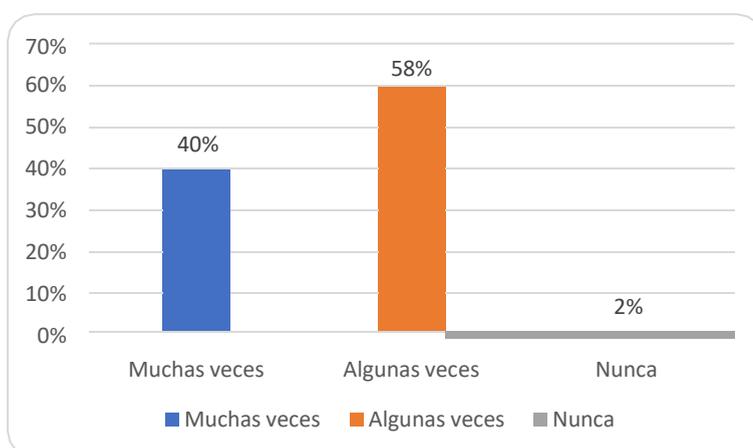
Actitud Positiva

Tabla 31. Resultados de la 4ta Dimensión (EAN)

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Muchas veces	19	29%
Algunas veces	29	45%
Nunca	17	26%
Total	65	100%

Nota. Esta tabla muestra los elementos de una lista tabular. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene información necesaria para comprender la tabla, incluidas las definiciones estadísticas y la atribución de derechos de autor.

Gráfico 25. Resultados 4ta Dimensión (EAN)



Nota. Esta figura muestra los elementos de un diagrama de porcentajes. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene la información necesaria para comprenderla e incluida la información estadística de la EAN.

ANALISIS

Para esta categoría tenemos la Actitud Positiva, por lo cual el 29% de los estudiantes muchas de las veces mantienen este tipo de actitud frente a los problemas, el 45% lo hace en ocasiones en ciertas ocasiones se deja vencer de cierto modo, y el 26% reniega y no mantiene una actitud positiva hacia los problemas

INTERPRETACION

Como se puede observar la Mayoría de los estudiantes muchas de las veces mantienen una actitud positiva frente al problema, es decir son optimistas y saben que encontrarán una solución mientras que un pequeño porcentaje de estudiantes no tienen esta actitud y prefieren darlo por perdido con ese problema.

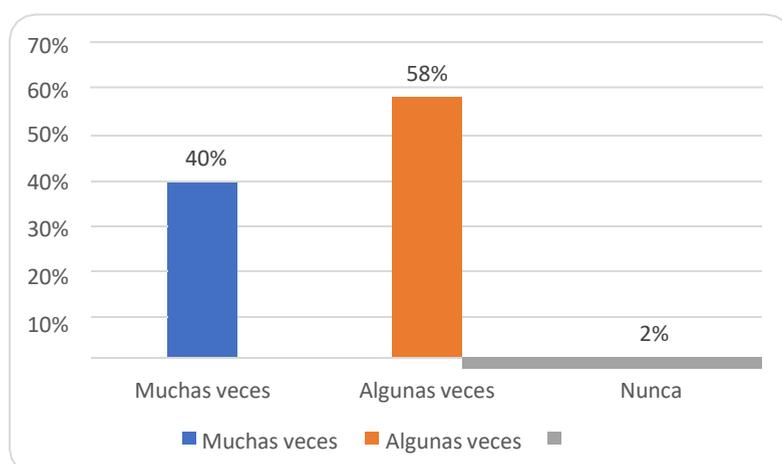
Indiferencia

Tabla 32. Resultados de la 5ta Dimensión (EAN)

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Muchas veces	21	32%
Algunas veces	26	40%
Nunca	18	28%
Total	65	100%

Nota. Esta tabla muestra los elementos de una lista tabular. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene información necesaria para comprender la tabla, incluidas las definiciones estadísticas y la atribución de derechos de autor.

Gráfico 26. Resultados 5ta Dimensión (EAN)



Nota. Esta figura muestra los elementos de un diagrama de porcentajes. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene la información necesaria para comprenderla e incluida la información estadística de la EAN.

ANALISIS

En la categoría de Indiferencia podemos observar que el 32% de estudiantes muchas de las veces muestran este cierto desinterés por los problemas, mientras que el 40% de los demás estudiantes lo hace en ocasiones, es decir en ciertas ocasiones no se despreocupan del problema, mientras que el 28% nunca se muestra impasible con el problema siempre debe actuar.

INTERPRETACION

La mayoría de los estudiantes se muestran indiferentes en ocasiones hacia los problemas dependiendo del ámbito del que sea este problema, es decir pueden preocuparse por los

problemas en casa o de salud y no de los problemas escolares como en cualquier otro ámbito, mientras que más de la cuarta parte de los estudiantes prefieren no dejar pasar esto y buscarle la solución, le ponen el interés necesario para poder salir de esa situación.

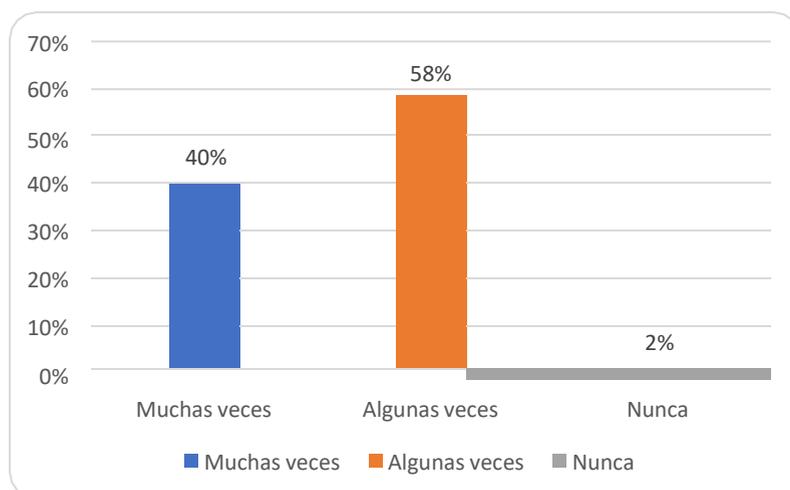
Conducta Agresiva.

Tabla 33. Resultados de la 6ta Dimensión (EAN)

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Muchas veces	10	15%
Algunas veces	32	49%
Nunca	23	35%
Total	65	100%

Nota. Esta tabla muestra los elementos de una lista tabular. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene información necesaria para comprender la tabla, incluidas las definiciones estadísticas y la atribución de derechos de autor.

Gráfico 27. Resultados 6ta Dimensión (EAN)



Nota. Esta figura muestra los elementos de un diagrama de porcentajes. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene la información necesaria para comprenderla e incluida la información estadística de la EAN.

ANALISIS

En esta categoría de Conducta Agresiva podemos ver que solo el 15% de los estudiantes reaccionan de manera violenta, tenemos al 49% es decir casi la mitad de los estudiantes que

lo hacen en algunas ocasiones y el 35% que favorablemente reaccionan de buena manera y prefieren nunca tener este tipo de conducta.

INTERPRETACION

Podemos observar que menos de la mitad de los estudiantes han reaccionado de manera agresiva como respuesta a los problemas al menos una vez en su vida, en otras ocasiones han logrado mantener la calma y buscar otra manera de resolución mientras que mas de un tercio de los estudiantes nunca han utilizado la violencia como réplica a los problemas que se les presentan.

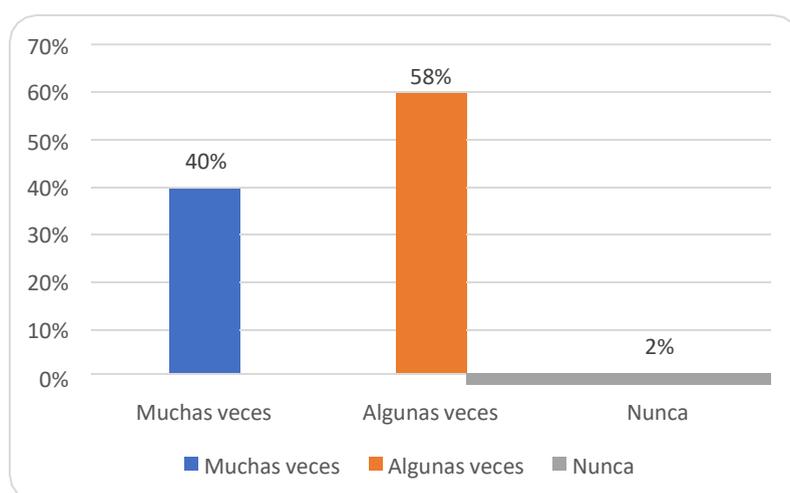
Reservarse el problema para sí mismo.

Tabla 34. Resultados de la 7ma Dimensión (EAN)

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Muchas veces	19	29%
Algunas veces	35	54%
Nunca	11	17%
Total	65	100%

Nota. Esta tabla muestra los elementos de una lista tabular. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene información necesaria para comprender la tabla, incluidas las definiciones estadísticas y la atribución de derechos de autor.

Gráfico 28. Resultados 7ma Dimensión (EAN)



Nota. Esta figura muestra los elementos de un diagrama de porcentajes. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene la información necesaria para comprenderla e incluida la información estadística de la EAN.

ANALISIS

Dentro de esta categoría que es Reservarse el problema para sí mismo vemos que el 29% de estudiantes prefieren hacerlo en muchas de las ocasiones, y un 54% es decir más de la mitad solo en ocasiones, mientras que el 17% nunca se reserva el problema y prefiere contárselo a alguien más cercano.

INTERPRETACION

Podemos observar que más de la mitad de los estudiantes en ocasiones se reservan el problema por miedo a ser castigados o reprendidos, mientras que en otras ocasiones buscan la ayuda de alguien cercano para poder hallarle solución al problema que mantienen, Y un pequeño porcentaje nunca se lo reserva solo y siempre busca ayuda de otras personas.

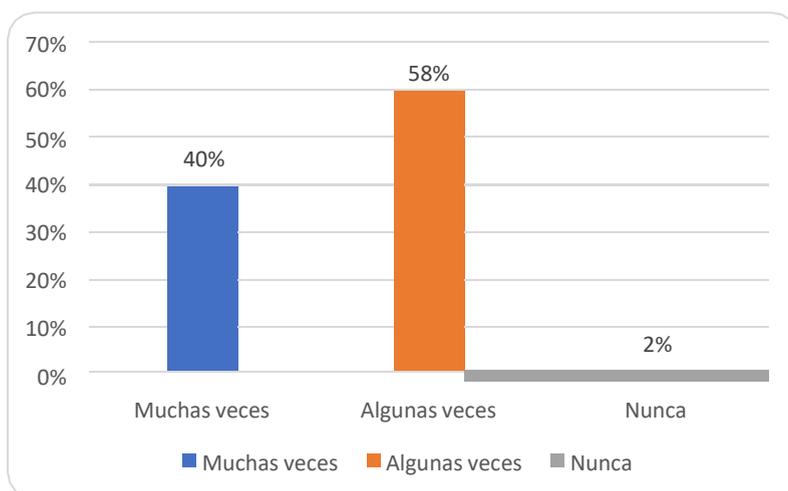
Evitación Cognitiva

Tabla 35. Resultados de la 8va Dimensión (EAN)

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Muchas veces	25	38%
Algunas veces	29	45%
Nunca	11	17%
Total	65	100%

Nota. Esta tabla muestra los elementos de una lista tabular. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene información necesaria para comprender la tabla, incluidas las definiciones estadísticas y la atribución de derechos de autor.

Gráfico 29. Resultados 8va Dimensión (EAN)



Nota. Esta figura muestra los elementos de un diagrama de porcentajes. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene la información necesaria para comprenderla e incluida la información estadística de la EAN.

ANALISIS

En esta categoría de Evitación cognitiva podemos ver que el 38% de los estudiantes muchas de las veces prefieren evitar estos problemas dentro de su mente, mientras que el 45% prefiere hacerlo solo en ocasiones de acuerdo con la gravedad del problema, y el 17% prefieren evitar el problema hacerlo frente y buscarle la solución lo más pronto posible.

INTERPRETACION

Podemos observar que un promedio menos de la mitad de los estudiantes evita cognitivamente los problemas en ocasiones, esto dependerá de la gravedad del problema y los recursos que tengan para poder evitarlo, mientras que un pequeño porcentaje prefiere no evitar nada y resolver lo mas pronto posible esos problemas.

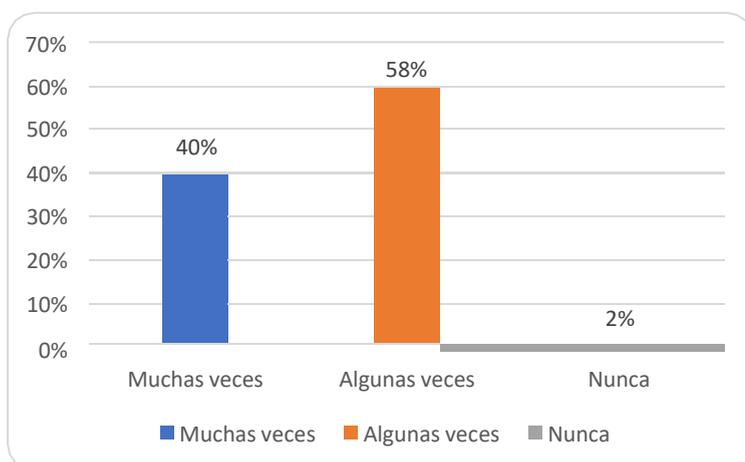
Evitación Conductual

Tabla 36. Resultados de la 9na Dimensión (EAN)

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Muchas veces	16	25%
Algunas veces	37	57%
Nunca	12	18%
Total	65	100%

Nota. Esta tabla muestra los elementos de una lista tabular. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene información necesaria para comprender la tabla, incluidas las definiciones estadísticas y la atribución de derechos de autor.

Gráfico 30. Resultados 9na Dimensión (EAN)



Nota. Esta figura muestra los elementos de un diagrama de porcentajes. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene la información necesaria para comprenderla e incluida la información estadística de la EAN.

ANALISIS

Dentro de la última categoría que es la de Evitación Conductual podemos ver que el 25% de los estudiantes muchas de las veces prefieren evitar los problemas de esta manera, mientras que el 57% lo realiza en ocasiones, buscan otras actividades y maneras para evitar el problema, y solo el 18% de los estudiantes buscan no evitar nada y resolver el problema,

INTERPRETACION

Se puede evidenciar que la mayoría de los estudiantes prefieren en ocasiones evitar de manera conductual los problemas ya sea dejando de realizar algún tipo de deporte o actividades que realizaban diario, mientras que un pequeño porcentaje busca no evitar nada y resolver el problema lo más pronto posible.

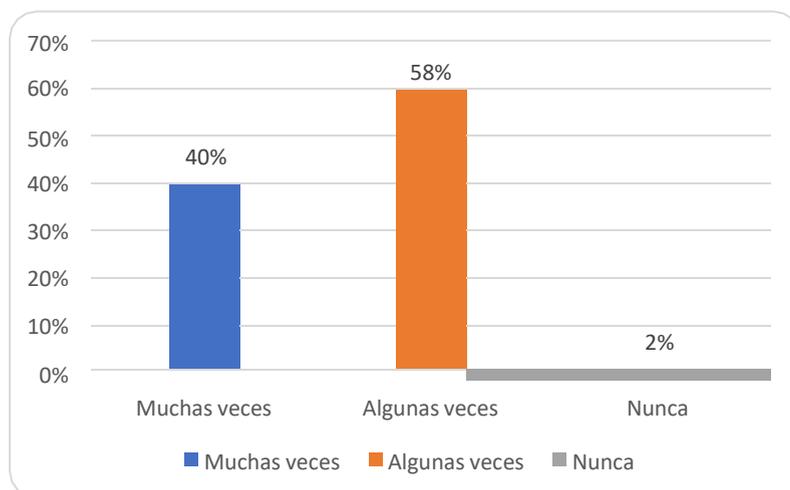
INTERPRETACION GENERAL DE LA ESCALA DE AFRONTAMIENTO EN NIÑOS

Tabla 37 Resultado Total de la Escala de Afrontamiento en Niños

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Muchas veces	26	40%
Algunas veces	38	58%
Nunca	1	2%
Total	65	100%

Nota. Esta tabla muestra los elementos de una lista tabular. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene información necesaria para comprender la tabla, incluidas las definiciones estadísticas y la atribución de derechos de autor.

Gráfico 31. Resultado Total del EAN.



Nota. Esta figura muestra los elementos de un diagrama de porcentajes. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene la información necesaria para comprenderla e incluida la información estadística de la EAN.

ANALISIS

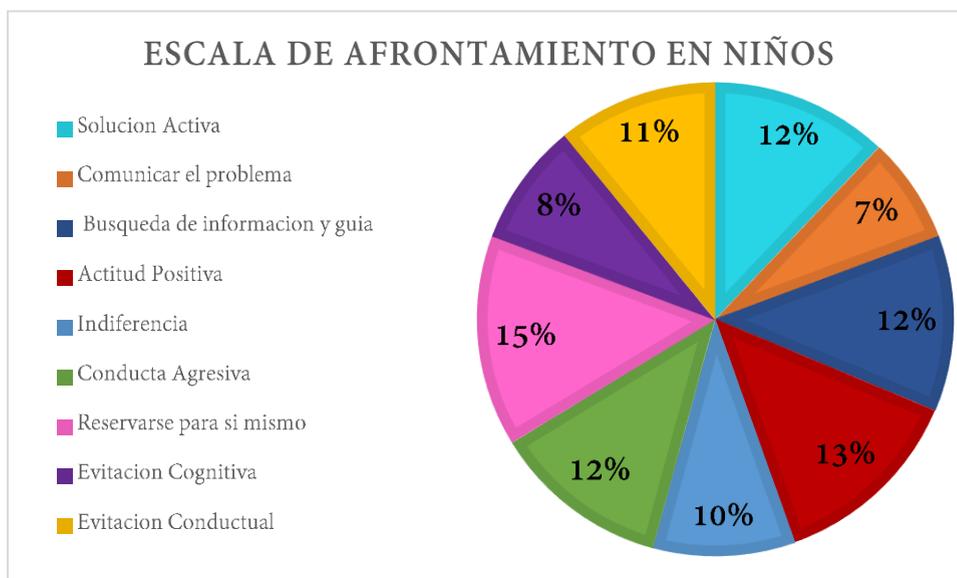
Podemos observar que en 40% de los estudiantes muchas de las veces buscan ayuda para resolver sus problemas, es decir siempre buscan una guía o consejo de personas externas, también que el 58% es decir mas de la mitad ha buscado ayuda en ocasiones para resolver sus problemas y un 2% que reniega y prefiere no buscar ayuda, puede resolverlo solo sus problemas.

INTERPRETACION

Podemos concluir que la mayoría, o aproximadamente todos los estudiantes buscan ayuda

o necesitan de otros factores para resolver sus problemas es decir no tienen habilidades de afrontamiento bien desarrolladas para resolverlos por sí mismos dentro de cada ámbito, o buscan evadir de alguna manera los problemas que mantienen.

Gráfico 32. Resultado por dimensiones del EAN.



Nota. Esta figura muestra los elementos de un diagrama de porcentajes. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene la información necesaria para comprenderla e incluida la información estadística total de la EAN.

ANALISIS

A nivel general se puede decir que el 12% de estudiantes se inclinan por la categoría de Solución Activa, un 7% prefiere optar por Comunicar el problema, otro 12% se inclina por la búsqueda de información y guía, el 13% prefiere utilizar la actitud Positiva, un 10% manifiesta la indiferencia, de nuevo un 12% evoca la conducta agresiva, un 15% prefiere el reservarse para sí mismo, el 8% hace uso de la evitación cognitiva y un 11% prefiere la evitación conductual.

INTERPRETACION

Se puede resaltar que las 5 categorías que mayor porcentaje tienen son las de Reservarse para sí mismo el problema que lidera esta lista, es decir los estudiantes prefieren mantenerse reservados ante los problemas, seguido de esto tenemos la actitud positiva por lo que otro porcentaje de los estudiantes manifiestan el hecho de que podrán resolver el problema que se les enfrenta, pero es alarmante como 3 categorías mantienen el mismo porcentaje y en esta inmersa la conducta agresiva que refiere el mantener la violencia como respuesta al problema, sin embargo otros si hacen uso de la búsqueda y guía de información para tener idea de cómo resolver el problema que se les presento y otros buscan por todos los medios

posibles resolverlo. Por lo que se debe hacer énfasis en que los estudiantes comuniquen sus problemas ya que la mayoría busca guardarlos para sí mismo.

3.6. Verificación de hipótesis utilizando la Tau-b de Kendall

Para la verificación de hipótesis de la presente investigación se utilizó el coeficiente de correlación Tau-b de Kendall con el fin de determinar la correlación que tienen las dos variables presentadas, es decir la adaptación escolar mantiene relación con las habilidades de afrontamiento. Por lo que por la misma se verificara la hipótesis para ser aceptada o rechazada.

3.7 Combinación de Frecuencias

Para la realización de este estadístico no paramétrico se realizó la codificación de los resultados de ambas variables para hacer uso del programa SPSS y obtener la covarianza mediante la Tau-b de Kendall

Variable independiente.

Para este se realizó una encuesta validada que mantiene 3 respuestas las mismas que se remplazan de la siguiente manera; Siempre con el número 3, A veces con el numero 2 y Nunca con el número 1. Para posterior obtener la media del total de respuestas.

Variable Dependiente.

Para la obtención de los resultados sobre las habilidades de afrontamiento también se remplazó las respuestas de la siguiente manera; Muchas veces por el número 3, Algunas veces por el numero 2 y Nunca por el número 1, para posterior obtener la media del total de respuestas

Codificación

Tabla 38. Codificación de resultados para Tau-b de Kendall

Nro.	Adaptación Escolar	Habilidades de Afrontamiento	Nro.	Adaptación Escolar	Habilidades de Afrontamiento
1	2	2	33	2	2
2	2	2	34	2	2
3	2	2	35	2	2
4	2	2	36	2	2
5	2	2	37	2	3
6	2	2	38	2	2
7	1	2	39	2	2
8	2	2	40	2	2
9	2	2	41	2	2
10	2	2	42	2	2
11	2	2	43	2	2
12	1	2	44	2	2
13	2	3	45	1	2
14	2	2	46	2	2
15	2	2	47	2	2
16	2	2	48	1	2
17	2	3	49	1	3
18	2	3	50	2	2
19	2	2	51	1	3
20	2	2	52	1	2
21	2	2	53	2	3
22	2	2	54	2	2
23	1	2	55	1	3
24	2	2	56	2	2
25	2	2	57	2	3
26	2	2	58	2	2
27	1	2	59	2	3
28	2	2	60	2	2
29	1	1	61	2	2
30	1	2	62	2	3
31	2	3	63	2	3
32	2	3	64	2	3
33	2	2	65	2	3

Nota. Esta tabla muestra los elementos de una lista tabular. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene información necesaria para comprender la tabla, incluidas las definiciones estadísticas y la atribución de derechos de autor.

3.8 Planteamiento de la Hipótesis

Hipótesis Nulo H0: La adaptación Escolar **NO** influye en las habilidades de afrontamiento de los estudiantes de 5to, 6to y 7mo Año de E.G.B de la Unidad Educativa “San Alfonso”.

Hipótesis Alternativa H1: La adaptación escolar **SI** influye en las habilidades de afrontamiento de los estudiantes de 5to, 6to y 7mo Año de E.G.B de la Unidad Educativa “San Alfonso”.

Especificación del estadístico

Para comprobar la relación de la hipótesis se utilizó Tau-b de Kendall los cuales arrojaron el siguiente resultado.

Tabla 39. Correlación entre la adaptación escolar y las habilidades de Afrontamiento.

Correlaciones			Adaptación	Afrontamiento
		Coeficiente de correlación	1,000	-,016
	Adaptación	Sig. (bilateral)	.	,897
		N	65	65
Tau_b de Kendall		Coeficiente de correlación	-,016	1,000
	Afrontamiento	Sig. (bilateral)	,897	.
		N	65	65

Nota. Esta tabla muestra los elementos de una lista tabular. En primer lugar, aparece una *nota general*, que contiene información necesaria para comprender la tabla, incluidas las definiciones estadísticas y la atribución del SPSS.

3.9 DISCUSION

Gracias a la obtención de los resultados en la prueba estadística Tau-b de Kendall se acepta la hipótesis alternativa, la cual nos refiere que la Adaptación Escolar si influye en las Habilidades de Afrontamiento en los estudiantes de 5to, 6to y 7mo Año de E.G.B de la Unidad Educativa “San Alfonso” y por lo tanto se rechaza la hipótesis nula, tomando en cuenta los valores de significancia siendo menores a 1.

CAPITULO IV

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

4. CONCLUSIONES

- Tomando en cuenta la base teórico- científica en la adaptación escolar y las habilidades de afrontamiento de los estudiantes de 5to, 6to y 7mo Año de E.G.B. de la Unidad Educativa “San Alfonso” por medio de la Encuesta para Adaptación Escolar, y la Escala de Afrontamiento en Niños (EAN) se ha concluido que alrededor del 65% mantienen una buena adaptación escolar y el 40% de los estudiantes necesitan desarrollar habilidades de afrontamiento.
- Mediante los resultados obtenidos tras la aplicación de la Encuesta de Adaptación Escolar se puede inferir que más de la mitad de los estudiantes se encuentran adaptados a las normas escolares tanto como con autoridades como entre compañeros. Esto también hace referencia a los resultados de la Escala de Afrontamiento en Niños (EAN) en la cual de manera similar se puede observar que aproximadamente menos de la mitad de los estudiantes cuentan con ciertas habilidades de afrontamiento que están desarrollando sin embargo necesitan desarrollar otras, y un pequeño grupo necesita mayor apoyo en el área emocional relacionada al afrontamiento de problemas en todo ámbito.
- En la presente investigación se planteó identificar el impacto de la Adaptación Escolar en las Habilidades de Afrontamiento, para lo cual se utilizó Tau- b de Kendall y se logró determinar que, si existe una relación entre estas variables, por lo que se puede identificar que el 65% de los estudiantes necesitan de las habilidades de afrontamiento para desarrollar una mejor adaptación escolar, y al mismo tiempo desarrollar estas habilidades para la vida cotidiana.
- Se puede concluir que es necesario el desarrollo de las habilidades de afrontamiento desde la infancia para el desarrollo de la adaptación escolar, además de que se puede interpretar que estas habilidades les servirán para toda la vida, y así poder encaminar estos estudiantes hacia una adultez con mayor enfoque en la resolución de conflictos de manera productiva.

4.1. RECOMENDACIONES

- Se puede recomendar hacer énfasis en evaluar las habilidades de afrontamiento de los niños en todos los niveles de Educación General Básica, para tomar en cuenta el desarrollo de habilidad productivas centradas a resolver un problema impuesto.
- Aplicar estrategias para el desarrollo de las habilidades de afrontamiento en todos los niveles de educación
- Optimizar la relación alumno- docente para facilitar la detección de problemas en estas áreas.
- Mantener la conexión entre la comunidad educativa (docentes, alumnos y padres de familia) para mejorar la calidad de la intervención en la adaptación y las habilidades de afrontamiento en los estudiantes.

5. BIBLIOGRAFÍA:

- Aldwin, C.M. (1994). *Stress, coping and development*. New York: The Guilford Press.
- Alpi, L. (2002). *Adaptación a la escuela infantil*. España: Narcea, S.A. de ediciones,
- American Psychiatric Association (2013). *Guía de Consulta de los Criterios Diagnósticos de los Trastornos Mentales DSM-5 TM*. Primera Edición. Nueva York: Editorial Médica Panamericana.
- Arias, F. (1999). *El Proyecto de Investigación: Guía para su elaboración*. (3ª edición), Caracas – Venezuela. Editorial Episte
- Arias, F. (2012). *El proyecto de investigación, introducción a la metodología científica*. Venezuela: Editorial Episteme.
- Arrieta, G.; López, G.; y Albanesi de Nasseta, S. (2015). Estrategias de afrontamiento y estrés en un grupo de niños de la ciudad de San Luis (Argentina). *Pensando Psicología*, 11(18), 97-106. doi: <http://dx.doi.org/10.16925/pe.v11i18.1222>
- Badillo, J. (2007). La tutoría como estrategia viable de mejoramiento de la calidad de la educación superior. Reflexiones en torno al curso. *Revista de Investigación Educativa* 5, 5-6.
- Barrantes, R. (2014). *Investigación, Un camino al conocimiento, Un Enfoque Cualitativo, Cuantitativo y Mixto*. San José, Costa Rica, Editorial EUNED.
- Buendía, L., Expósito, J., Aguadez, E., & Sánchez, C. (2015). Análisis de la convivencia escolar en las aulas multiculturales de Educación Secundaria. *Revista de Investigación Educativa*, 33(2).
- Bustos, R., & Gairin, J. (2017). Adaptación académica de estudiantes migrantes en contexto de frontera. Scielo. *Calidad en la educación*.
- Calvanese, N. & Cols. (2004). Estilos de afrontamiento y adaptación al tratamiento en pacientes sometidos a hemodiálisis. *Revista de Nefrología Latinoamericana*, 89-94.
- Cancela G., Rocío; Cea M., Noelia; Galindo L., Guido; Valilla G., Sara. *Metodología de la Investigación Educativa: Investigación ex post facto*. Universidad Autónoma de Madrid. 2010, p. 8. En línea:

http://www.uam.es/personal_pdi/jmurillo/InvestigaciónEE/Presentaciones/Curso_10/EX-POST-FACTO_Trabajo.pdf Consultado: 07 de abril del 2018.

- COLOMA, C. 1995 ¿Aprendiendo con sentido o aprendizaje significativo? Revista Educación Volumen IV No 7 pp. 61-69. Departamento Educación Pontificia Universidad Católica Lima, Perú.
- Compas, B.E., Malcarne, V.L. y Fondacaro, K.M. (1988). Coping with stressful events in older children and young adolescents. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56, 405-411. Compas, B.E., Orosa
- del Barrio, V. (1997). Estresores infantiles y su afrontamiento. En M. I. Hombrados Mendieta (Ed.), *Estrés y salud* (pp. 351- 375). Valencia: Promolibro.
- Díez González, M^o del Carmen, & Pacheco Sanz, Deilis-Ivonne, & García Sánchez, Jesús-Nicasio (2010). ¿CÓMO INFLUYE LA ADAPTACIÓN ESCOLAR Y LAS HABILIDADES SOCIALES EN LOS ALUMNOS? *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 3(1),871-878. [fecha de Consulta 25 de Agosto de 2022]. ISSN: 0214-9877. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349832326092>
- Fernández Abascal E.G. (1997). *Estilos y Estrategias de Afrontamiento*. Cuaderno de prácticas de motivación y emoción, Madrid: Pirámide.
- Figueroa, M. & Cols. (2005). Los estilos de afrontamiento y su relación con el bienestar psicológico. Un estudio con adolescentes de nivel socio económico bajo. *Anales de Psicología*. 21, 1, 66-72.
- Folkman, S. Lazarus, R., Schetter, C., DeLongis, A. & Gruen, R. (1986). Dynamics of a stressful encounter: Cognitive appraisal, coping, and encounter outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology* 50 (5), 992-1003.
- Frydenberg, E. y Lewis, R. (2000). Teaching coping to adolescents: when and to whom. *American Educational Research Journal*, 37, 727-745.
- Frydenberg, E. y Lewis, R. (2009). Relations among well-being, avoidant coping, and active coping in a large sample of Australian adolescents. *Psychological Reports*, 104, 745-758. Doi: 10.2466/PRO.104.3.745-758.
- Frydenberg, E., y Lewis, R. (1994). Coping with different concerns: consistency and variation in coping strategies used by adolescents. *Australian Psychologist*, 29, 45-48.

- Gage, M. (1992). The Appraisal Model of Coping: An Assessment and Intervention Model for Occupational Therapy, *American Journal of Occupational Therapy*, 46, 353-362. Obtenido de: oi:10.5014/ajot.46.4.353 el 5-24-27.
- García, C. (2009). *El primer año de Escolarización: Cuando el niño de 2 años llega a la Escuela*. Madrid: Narcea.
- Griffith, M.A., Dubow, E. e Ippolito, M.F. (2000). Developmental and cross-situational differences in adolescents 'coping strategies. *Journal of Youth and Adolescence*, 29(2), 183-204.
- Hampel, P. y Petermann, F. (2005). Age and gender effects on coping in children and adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 34, 73-83.
- Hernández, P. & Jiménez, J. E. (1983c): *Intervención Psicoeducativa Adaptación: Una alternativa de salud mental desde /a escuela*. Secretariado de publicaciones de la Universidad de La Laguna,
- Hernández, P. (1983a). *Rendimiento, adaptación e intervención psicoeducativa*. Se'-criteriado de publicaciones Universidad de La Laguna.
- Isaza, L. (2015). *Habilidades sociales en preadolescentes y su relación con las prácticas educativas*. Revista Investigium IRE Ciencias Sociales y Humanas.
- Krumm, S. (11 de noviembre de 2011). *Emagister: grupos*. Obtenido de Emagister: grupos: http://grupos.emagister.com/documento/la_adaptación_escolar/1628-942954
- Lanchipa, Milagrito (2009). "estresores cotidianos y el afrontamiento del estrés en niños de 8 a 11 años de la ciudad de Arequipa". Universidad nacional de san Agustín de Arequipa. Disponible en: <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/9603/psmlatomv.pdf?Sequence=1&isallowed=y>
- Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1984). *El concepto de afrontamiento en estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Martínez Roca.
- Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Martínez Roca.
- Lazarus, RS. & Folkman, S. (1991). *Estrés y procesos cognitivos*. México D.F., (Ed.) Martínez Roca. (Orig. 1984).

- Lewis, Soraya, & Cuesta, Mavenka, & Ghisays, Yolima, & Romero, Lidia (2004). La adaptación social y escolar en niños con y sin trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH) de la ciudad de Barranquilla (Colombia). *Psicología desde el Caribe*, (14),125-149. [fecha de Consulta 24 de Agosto de 2022]. ISSN: 0123-417X. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21301406>
- Lucero, J., Barajas, J., Muñiz, J., González, C., Delgado, R., & Alvarado, I. (2014). Influencia del clima familiar en el proceso. *Psicología desde el Caribe*
- Martínez, C. (24 de enero de 2018). Investigación descriptiva: definición, tipos y características. Obtenido de <https://www.lifeder.com/investigacion-descriptiva>
- McCubbin H., Cauble, E. & Patterson, J. (1982). *Family stress, coping, and social support*. Springfield. Thomas Publisher.
- McCubbin, M. & McCubbin, H. (1993). Family coping with health crises: The resiliency model of family stress, adjustment, and adaptation. In C. Danielson, B. Hamel-Bissell, & P. Winstead-Fry (Eds.), *Families, health, and illness*. New York: Mosby.
- Mendoza, B., & Barrera, A. (2018). Gestión de la convivencia escolar en educación básica: percepción de los padres. *Revista electrónica de investigación educativa*, 20(2).
- Morales, Francisco M., & Trianes, M.^a Victoria (2010). Estrategias de afrontamiento e inadaptación en niños y adolescentes. *European Journal of Education and Psychology*, 3(2),275-286. [fecha de Consulta 21 de Agosto de 2022]. ISSN: 1888-8992. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=129315468010>
- Navarro, J. (2016). *Estrategias de comprensión lectora y expresión escrita en los textos narrativos*. Buenos Aires: LUMEN.
- Olson, D. H. (2011). *Marriage and families: Intimacy, diversity, and strengths* (11th ed.). New York, NY: McGraw-Hill
- PÉREZ SERRANO, Gloria. 2004. *Investigación cualitativa. Retos e interrogantes*. Editorial La Muralla. Madrid (España).
- Rubio, J. F. (06 de octubre de 2012). estrategias para la adaptación de los niños en su primer contacto escolar en un ambiente Montessori de 1.5 a 2.5 años. Obtenido de 200.23.113.59/pdf/28919.pdf
- Sacipa, S. (2003). Lectura de los significados en historias del desplazamiento y de una organización comunitaria por la paz. *Univ. Psicología*. 2, 1, 49-56.

- Sánchez, F. (14 de agosto de 2009). Fundación Eroski Consumer. Obtenido de <http://www.consumer.es/web/es/educacion/escolar/2009/08/14/187259.php>
- Santos, P. d., & Justiniano, M. (2015). Las conductas disruptivas y los procesos de intervención en la educación secundaria obligatoria. *Revista Boletín Redipe*.
- Snyder, C. R. (1999). *Coping. The psychology of what works*. New York: Oxford University Press.
- Urrea, M. (2008). *Adaptación Escolar de Menores con Experiencias Preescolar*. Bogotá: Universidad de Antioquia. Recuperado de http://repository.lasallista.edu.co/dspace/bitstream/10567/652/1/Procesos_adaptacion.pdf
- Valencia, L. (2015). Habilidades sociales en preadolescentes y su relación con las prácticas educativas. *Revista Investigium IRE Ciencias Sociales y Humanas*, 6(1).
- Vasconcelles, E. (2005). Religious coping and psychological adjustment to stress: a meta-analysis. *Journal of Clinical Psychology*. 61, 4, 461-480.
- Vendette, K. y Marcotte, D. (2000). The moderator`s role of social support on the relation between coping and depression during adolescence. *Science et Comportement*, 28(2), 129-144.
- Villegas, E. (2010). *Un enfoque actual de la Adaptación del niño al Centro Infantil*. México: Mc Graw Hill.

6. Anexos

6.1. ENCUESTA DE ADAPTACION ESCOLAR

PREGUNTAS / ÍTEMS	Aspectos		
	Siempre	A veces	Nunca
Ambiente Escolar			
1) Me siento feliz de ir a la escuela			
2) Me gusta como se ve mi aula			
3) Le doy el uso correcto a los muebles escolares			
4) Mantengo ordenado y limpio mi espacio.			
5) Pinto, rayo o destruyo las paredes			
6) Cumpló con las nuevas normas de la escuela. (usar mascarilla, gel o alcohol)			
Relación con docentes			
7) Trato con respeto a los docentes de mi escuela.			
8) Me gusta hablar con mis docentes			
9) Mis docentes me llaman la atención			
Relación con sus pares.			
10) Ayudo a mis compañeros si tienen alguna dificultad dentro o fuera del aula			
11) Molesto a mis compañeros (uso apodos, interrumpo su trabajo)			
12) Hablo con mis compañeros y espero mi turno para hablar.			
13) Realizo trabajos en equipo con animo			
14) Me gusta jugar con mis compañeros			
15) Organizo juegos para incluir a todos mis compañeros.			
Metodologías aplicadas.			
16) Las clases son divertidas			
17) Participo seguidamente en clases			
18) Las tareas me resultan fáciles y entretenidas			
19) Los exámenes son muy difíciles			
20) Cuando tengo un examen, copio o hago trampa.			

Encuesta realizada de manera virtual disponible en:

<https://forms.gle/qCXtPw4TGrHNqjj67>

6.2. ESCALA DE ADAPTACION EN NIÑOS EAN

PREGUNTAS / ÍTEMS	Aspectos		
	Muchas veces	Algunas veces	Nunca
Cuando hay algún problema en casa			
• Me da igual			
• Pienso en otra cosa para no acordarme del problema			
• Intento solucionar el problema utilizando todos los medios posibles			
• Hablo y le cuento el problema a otras personas (por ejemplo, familiares, profesores/as, amigos/as, etc.)			
• Pido consejo a otras personas sobre qué hacer (por ejemplo, familiares, profesores/as, amigos/as, etc.)			
• Busco otra cosa que hacer para no pensar en el problema			
• Me peleo y discuto con mis familiares			
• Pienso que todo se va a arreglar			
• Guardo mis sentimientos para mí solo/a			
Cuando me pongo enfermo/a y tengo que ir al médico			
• Intento solucionar el problema utilizando todos los medios posibles			
• Busco otra cosa que hacer para no pensar en el problema			
• Pido consejo a otras personas sobre qué hacer (por ejemplo, familiares, profesores/as, amigos/as, etc.)			
• Me da igual			
• Pienso que todo se va a arreglar			
• Hablo y cuento el problema a otras personas (por ejemplo, familiares, profesores/as, amigos/as, etc.)			
• Me peleo y discuto con mis familiares			
• Guardo mis sentimientos para mí solo/a			
Cuando tengo problemas con las notas			
• Me da igual			
• Intento solucionar el problema utilizando todos los medios posibles			
• Pido consejo a otras personas sobre qué hacer (por ejemplo, familiares, profesores/as, amigos/as, etc.)			
• Pienso en otra cosa para no acordarme del problema			
• Hablo y cuento el problema a otras personas (por ejemplo, familiares, profesores/as, amigos/as, etc.)			
• Busco otra cosa que hacer para no pensar en el problema			
• Me peleo y discuto con mis familiares, profesores/as, etc.			
• Pienso que todo se va a arreglar			
• Guardo mis sentimientos para mí solo/a			
Cuando tengo problemas con algún compañero/a de clase			
• Pido consejo a otras personas sobre qué hacer (por ejemplo, familiares, profesores/as, amigos/as, etc.)			
• Intento solucionar el problema utilizando todos los medios posibles			
• Busco otra cosa que hacer para no pensar en el problema			
• Guardo mis sentimientos para mí solo/a			
• Hablo y cuento el problema a otras personas (por ejemplo, familiares, profesores/as, amigos/as, etc.)			
• Me peleo y discuto con él o ella			
• Me da igual			
• Pienso que todo se arreglará			
• Pienso en otra cosa para no acordarme del problema			

Escala realizada de manera virtual disponible en: <https://forms.gle/RbVrwrnP1ZfpuMxz9>





INDICE

- Introducción -Objetivo 3
- Definición 4
- Importancia 5
- Técnicas de Relajación 6
- Afrontar Escribiendo 7
- Confrontamiento 8
- Autoafirmaciones 9
- Técnicas Conductuales 10
- Técnica de Solución del Problema 11
- Bibliografía 12



OBJETIVO

Brindar a toda la comunidad educativa un repertorio de estrategias de afrontamiento que guíe a docentes y sirva de apoyo para la intervención de los estudiantes para su bienestar psicológico.

INTRODUCCIÓN

Después de atravesar una pandemia y adaptarnos a una serie de cambios, a una nueva realidad, regresar a la normalidad que conocíamos se torna complicado y los niños no son la excepción. Los niños han tenido que experimentar la frustración, ansiedad y problemas de conducta, además de no saber cómo enfrentar dichas emociones. Para lo que ha sido creado este manual.

Los niños que desarrollan estrategias de afrontamiento positivas es más probable que se conviertan en adultos resilientes, pues aprenderán a manejar sus emociones y a reducir el estrés. Las estrategias de afrontamiento son lo que hacemos y pensamos para superar situaciones difíciles.

En este documento se encuentra recopilado una serie de estrategias para ayudar a desarrollar habilidades de afrontamiento en niños, las mismas que guiarán a los docentes y personal educativo a construir un ambiente que contribuya a la formación de calidad de los estudiantes.



Habilidades de Afrontamiento

Concepto

Características para manejar las dificultades que se nos presentan en la vida.
La manera en como identificamos y tratamos de resolver el problema

TIPOS DE AFRONTAMIENTO

CENTRADO EN EL PROBLEMA

Formas prácticas de reducir o resolver el problema que le causa estrés
Equilibrar el impulso positivo con la autocompasión.

Algunos problemas tienen soluciones muy claras y cualquier cosa que podamos hacer para avanzar hacia nuestro objetivo ayudará a reducir nuestro estrés.

CENTRADO EN LAS EMOCIONES

Las habilidades de afrontamiento centradas en las emociones lo ayudan a manejar los sentimientos causados por la situación en lugar del evento en sí. Puede que no haya un problema que resolver, o es un hecho singular que no se puede evitar

Una habilidad de afrontamiento centrada en las emociones ayuda a nutrir y reparar, recargando para el siguiente paso.

Aprender a manejar nuestras emociones comienza cuando somos jóvenes y continúa a lo largo de nuestras vidas. Al enseñar a tus hijos estrategias de afrontamiento saludables desde el principio y practicarlas con regularidad, estás desarrollando su resiliencia y preparándolos para el éxito.





La Importancia de desarrollar Habilidades de Afrontamiento

La infancia es una etapa esencial para nuestro desarrollo psicológico. Durante los primeros años de la vida comienza a formarse nuestra visión del mundo y de las personas que nos rodean, una perspectiva que determinará nuestra vida como adultos.

Si crecemos en un entorno marcado por la agresividad es muy probable que creamos que el mundo es un sitio hostil y que la mayoría de las personas son violentas. Al contrario, si crecemos en un ambiente lleno de cariño y amor, nuestra visión del mundo y de las personas será mucho más positiva.

Eso no significa que nuestra visión del mundo es inmutable. De hecho, a través de las experiencias que vamos viviendo nuestro sistema de creencias cambia y se enriquece.

Sin embargo, las estrategias de afrontamiento que se instauraron en nuestra infancia para ayudarnos a sobrevivir son difíciles de cambiar y a veces se pueden convertir en un lastre muy pesado que nos impide avanzar.



Los niños necesitan aprender a regular sus respuestas emocionales y físicas (estas se entrelazan) cuando entran en modo de lucha o huida.

Aquí hay algunas técnicas que pueden ayudar:

TECNICAS DE RELAJACION



Respiración Arcoíris.

Respirar lentamente y pensar en cosas que les gusten y que puedan relacionar con cada color, les ayuda a disminuir su ritmo cardíaco y relajar sus músculos. Practica esta estrategia cuando estés tranquilo para aumentar su efectividad cuando estés ansioso.



Relajación muscular progresiva

La mayoría de los niños tensan sus músculos cuando se sienten ansiosos. Muchos incluso aguantan la respiración.

- 1) Tensa un grupo muscular específico (por ejemplo, brazos y manos o cuello y hombros) y mantenlos presionados durante cinco segundos
- 2) libera el grupo muscular y observa cómo te sientes. Trabájalo de pies a cabeza



Crea un kit de relajación

Llena una caja con actividades relajantes,. Este puede incluir música, libros para colorear, juguetes inquietos, un mini cajón de arena, arcilla, libros y animales de peluche.



Escribir sobre las preocupaciones ayuda a los niños a aprender a expresar sus sentimientos de frustración. Los niños tienden a internalizar sus pensamientos por largos períodos de tiempo. A menudo, no quieren que otros carguen con sus preocupaciones. Dedicar tiempo a expresar esos sentimientos durante quince minutos cada día ayuda a los niños a aprender a superar sus preocupaciones.

AFRONTAR ESCRIBIENDO

●●●

ESCRIBIR Y ARRANCAR

Escriba o dibuje sus preocupaciones en un trozo de papel, lea y luego arranque y tirela a la basura por la noche. Esto ayuda a los niños a expresar sus preocupaciones en voz alta y dejarlas ir.



●●●

DIARIO DE PREOCUPACIONES

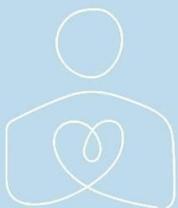
Escribir un diario de preocupaciones ayuda a los niños a ver cómo sus pensamientos mejoran con el tiempo. Escribir las preocupaciones del día seguidas de un pensamiento positivo ayuda a romper el ciclo del pensamiento negativo que puede exacerbar.

●●●

CAJA DE PREOCUPACIONES

Esta es una gran herramienta para usar antes de acostarse. Decore una vieja caja de pañuelos con sus cosas favoritas o cúbrala con pegatinas. Ayúdalos a escribir sus preocupaciones del día y colóquenlas en la caja una por una, después de que las compartan. Lleva la caja a tu habitación por la noche y ofrécete a guardarla para ellos.





AUTO AFIRMACIONES

Repetir frases que devalúen o anulen los pensamientos inadecuados como:

- “No me afecta la situación, son sólo pensamientos”.
- “Qué gratias son estas cosas que me estoy diciendo”.
- “No hay ninguna evidencia de que sea verdad lo que me digo”.
- Autoafirmaciones de autoapreciación o de ánimo. Ejemplo:
- “Siempre he conseguido lo que me he propuesto seriamente”.
- “Mis mejores recursos son...”
- Establecer claves para cambiar la forma de percibir los acontecimientos.
- Cómo puedo interpretar la situación de otra forma.
- Qué aspectos interesantes puede tener esta situación.
- Desarrollar claves para valorar de una forma más positiva la situación.
- Cómo puedo aprovechar esta experiencia.
- Qué cambios me ayudarán a realizar lo que antes no me atrevía.



Quando los niños aprenden que tienen el poder de responderle a sus cerebros preocupados, se sienten capacitados para hacer frente a los factores estresantes. Enséñale que los pensamientos negativos nos hacen sentir impotentes, esforzarse para poder responder nos da control sobre la situación.

CONFRONTAMIENTO

●●● HACERLES SABER QUIEN TIENE EL CONTROL

Convencerlo de que se diga a sí mismo esta frase constantemente:

“¡Mis preocupaciones no me van a controlar! ¡Sé que soy capaz de manejar esto!”.

Ayuda a crear guiones específicos para hacerle batalla a ciertos desencadenantes.

●●●

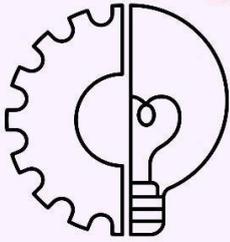
CREAR UN PERSONAJE

Una cosa que ayuda a los niños pequeños es crear un personaje para representar el problema. Es más fácil responder a un personaje que pueden visualizar en el momento.

●●● DETENER LOS PENSAMIENTOS

Quando los pensamientos intrusivos abruma a los niños, entran en modo de lucha o huida. Enséñale a detener los pensamientos negativos antes de que empeoren. Esta técnica interrumpe el ciclo de pensamiento ansioso.

TECNICA DE SOLUCION DEL PROBLEMA



Una situación se constituye en un problema cuando no podemos dar una solución efectiva a esa situación.

El fracaso repetido puede provocar malestar crónico, ansiedad y sensación de impotencia, situación que dificulta la búsqueda de nuevas soluciones. Mediante estas técnicas se intenta ayudar a decidir cuáles son las soluciones más adecuadas a un problema.

1

Identificar y describir el problema de forma clara, rápida y precisa. Esta descripción ha de realizarse en unos términos que impliquen conductas propias para resolver ese problema.

2

Buscar varias posibles soluciones o respuestas que puede tener el problema considerándolo desde distintos puntos de vista; hay que evitar responder impulsivamente al problema.

3

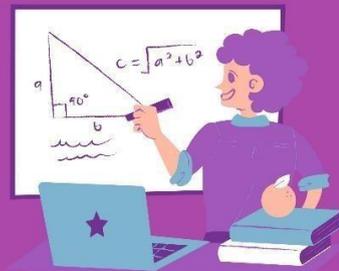
Llevar a cabo un procedimiento de análisis y ponderación de las distintas alternativas de respuesta para decidir la solución más idónea a ese problema y qué vamos a realizar.

4

Elegir los pasos que se han de dar para su puesta en práctica y llevarlos a cabo.

5

Evaluar los resultados obtenidos al realizar la solución elegida. Si no son positivos, es necesario volver a anteriores pasos.



TECNICAS CONDUCTUALES

ENTRENAMIENTO ASERTIVO

Mediante esta técnica se desarrolla la autoestima y se evita la reacción de estrés.

Se trata de instruir para conseguir una mayor capacidad para expresar los sentimientos, deseos y necesidades de manera libre, clara e inequívoca ante los demás, y que esté dirigida al logro de los objetivos del individuo, respetando los puntos de vista del otro. La ejecución de esta técnica se lleva a cabo a través de prácticas de Role Playing.



ENTRENAMIENTO DE H. SOCIALES

Consiste en la enseñanza de conductas que tienen más probabilidad de lograr una meta personal y conducirse con seguridad en situaciones sociales.

Este entrenamiento se realiza a través de prácticas de Role Playing.

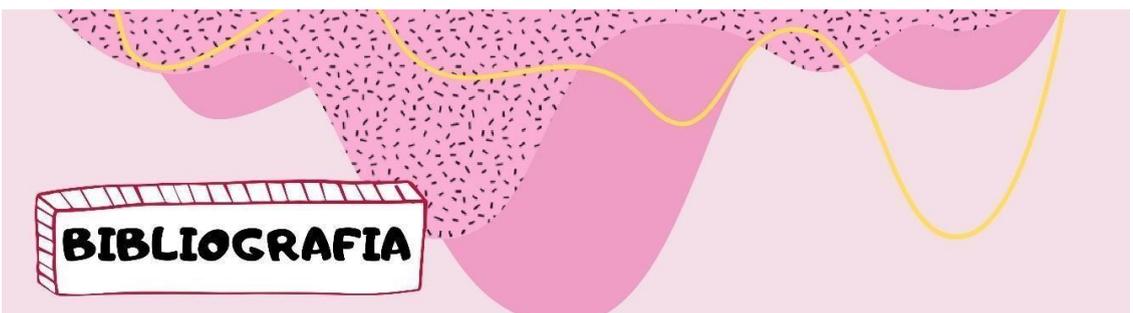
Instauran habilidades sociales mediante la observación de las conductas, escenificación y dramatización de situaciones reales y ejecución habitual en la realidad.



MODELAMIENTO ENCUBIERTO

Está destinada a cambiar secuencias de conductas que son negativas y aprender conductas satisfactorias. Consiste en que el sujeto practica en la imaginación las secuencias de la conducta deseada de forma que cuando adquiera cierta seguridad realizando imaginariamente esa conducta consiga llevarla a cabo en la vida real de una forma eficaz.





BIBLIOGRAFIA

- ·Quevedo, R. (2, Julio de 2021) Estrategias de afrontamiento eficaces vs estrategias de afrontamiento dañinas. El Prado Psicólogos. Recuperado de: <https://www.elpradopsicologos.es/blog/estrategias-de-afrontamiento/>
- ·Benjet, C. (2015). La salud mental del niño y del adolescente. En M.E. Medina-Mora, E. J. Sart & T. Real. La depresión y otros trastornos psiquiátricos. Documento de postura (91-100) México, Academia Nacional de Medicina.
- ·Bulacio, J. M., Vieyra, M. C., Álvarez, C., & Benatuil, D. (2004). Uso de la psicoeducación como estrategia terapéutica. XI Jornadas de Investigación, 1(1), 1-6.
- ·Chacko, A., & Scavenius, Ch. (2018). Bending the curve: a community-bases behavioral parent training model to address ADHD-Related concerns in the voluntary sector in Denmark. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 46(3), 505-517.
- ·Chithrra, S. & Shefaly, S. (2019). Psychological interventons in reducing stress, depression and anxiety among parents of children and adolescents with developmental disabilites: A systematc review and meta-analysis. *Journal of Advanced Nursing*, 75(12), 3316-3330.
- ·García-Méndez, M. (2007). La evaluación e intervención en psicología. En M. GarcíaMéndez (Comp.), *Estrategias de evaluación e intervención en psicología* (11-36). México, Manual Moderno.
- ·Rosas, S. F. J., (2015). Efectos de la psicoeducación y la terapia cognitvo conductual sobre los índices de sobrecarga percibida, afrontamiento y sintomatología asociada al estrés en cuidadores informales de pacientes psiquiátricos. (Tesis inédita de doctorado). México: Universidad Veracruzana.
-