



UCV
UNIVERSIDAD
CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE HUMANIDADES
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

Efectos de un Programa cognitivo conductual en los niveles de Resiliencia en Estudiantes del nivel Secundario de una I.E. Palta

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

AUTOR:

Br. Silva Arevalo Carlos Alberto

ASESOR:

Msc. Toro Reque Rubén Gustavo

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Psicología Social

PIURA – PERÚ

2014

**Efectos de un Programa Cognitivo Conductual en
los Niveles de Resiliencia en Estudiantes del Nivel
Secundario de una I.E. Paita**

PAGINA DEL JURADO

Mag. Oscar Vela Miranda
Presidente

Mag. Luz Angélica Atoche Silva
Secretaria

Lic. Noe Adriano Herrera Gabancho
Vocal

DEDICATORIA

En la presente investigación quiero hacer un humilde reconocimiento a Todos los Estudiantes que brindaron su apoyo, esfuerzo y dedicación a través de las diferentes actividades realizadas. Han logrado demostrar el cambio y así, mismo darle mejor sentido a sus vidas. Que con el corto tiempo ellos han experimentado cosas nuevas en su vida, que les servirá de su vida.

He aprendido mucho de ellos y viceversa, muy agradecido por conocerlos más, y experimentar momentos únicos que sé que no se borrarán fácilmente.

Le dedico a Nuestro Padre celestial, que nos Guía y orienta día a día para ser mejores como seres humanos. Gracias a él vivenciamos muchas cosas en nuestro camino, apoyo y obstáculos, retos y desafíos, que solo nosotros con nuestra fe y voluntad logramos salir adelante.

Le dedico a mi madre, que me da su apoyo incondicional y su cariño. Ella que como madre se preocupa por nuestra felicidad y salud de toda mi familia.

A mi Padre, quien ya no se encuentra en vida, pero siempre me brindó su apoyo durante mi carrera y sé que aún lo hace desde allá arriba junto a Dios.

AGRADECIMIENTO

Tengo el deseo de agradecer infinitamente a mis padres, que con el esfuerzo de su trabajo, su apoyo y perseverancia que me han brindado siempre para continuar realizando mi proyecto de vida, a pesar de las circunstancias adversas.

Quiero agradecer a mi Asesor Rubén Toro Reque, por su paciencia y apoyo incondicional. Por ser persistentes, acompañarme constantemente en todo el proceso de realización del trabajo y enriquecerme tanto académica como personalmente.

Agradecimiento a la Universidad Cesar Vallejo por el buen servicio que brinda, para la enseñanza y formación de profesionales de éxito para el futuro.

Agradecimiento a la Escuela de Psicología, que ha demostrado un impecable trabajo en la preparación de Psicólogos, conformado por los mejores especialistas en temas de enseñanza y formación. Así, mismo por brindarme la oportunidad de aprender y ser escuchado por ellos, para inculcar el mejor servicio, calidad y desempeño, incluyendo los valores éticos y morales que se puede brindar por cada miembro quien lo conforma.

EL AUTOR

DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD

Yo, Carlos Alberto Silva Arévalo con DNI N° 70060848, a efecto de cumplir con las disposiciones vigentes consineradas en el reglamento de Grado y Títulos de la Universidad César Vallejo, Facultad de Humanidades, Escuela de Psicología, declaro bajo juramento que toda la documentación que acompaño es veraz y auténtica.

Así mismo, declaro bajo juramento que todos los datos e información que se presenta en la presente tesis son auténticos y veraces.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas de la Universidad César Vallejo.

Plura, 16 de Agosto del 2014

Dr. Carlos Alberto Silva Arevalo

PRESENTACIÓN

Señores miembros del Jurado Calificador:

En cumplimiento del Reglamento de Grado y Títulos de la Universidad César Vallejo Plura, Facultad de Humanidades, Escuela de Psicología, presento ante ustedes la Tesis titulada "Efecto de un Programa Cognitivo Conductual en los niveles de resiliencias de los estudiantes nivel secundario de una I. E. - Paíta.", la misma que someto a vuestra consideración y espero que cumpla con los requisitos de aprobación para obtener el título Profesional de Licenciado en Psicología.

El Autor

INDICE

| | Pág. |
|---|------|
| Caratula..... | i |
| Dedicatoria..... | v |
| Agradecimiento..... | vi |
| Declaratoria de Autenticidad..... | vii |
| Presentación..... | viii |
| Índice..... | ix |
| Índice de Tablas..... | x |
| Resumen..... | xi |
| Abstract..... | xii |
| I. INTRODUCCIÓN..... | 14 |
| 1.1. Problema..... | 31 |
| 1.2. Hipótesis..... | 31 |
| 1.2.1. Hipótesis Específicas..... | 33 |
| 1.3. Objetivo..... | 34 |
| 1.3.1. Objetivos Específicos..... | 34 |
| II. MARCO METODOLÓGICO..... | 37 |
| 2.1. Variables..... | 37 |
| 2.2. Operacionalización de Variables..... | 38 |
| 2.3. Metodología..... | 41 |
| 2.4. Tipos de Estudio..... | 41 |
| 2.5. Diseño..... | 41 |
| 2.6. Población, muestra y muestreo..... | 42 |
| 2.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos..... | 43 |
| 2.8. Métodos de análisis de datos..... | 45 |
| 2.9. Aspectos éticos..... | 48 |
| III. RESULTADOS..... | 49 |
| IV. DISCUSIÓN..... | 73 |
| V. CONCLUSIÓN..... | 75 |
| VI. RECOMENDACIONES..... | 77 |
| VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS..... | 78 |
| ANEXO..... | 81 |

INDICE DE TABLAS

| | |
|--|-----------|
| Tabla 1: Análisis comparativo Antes de la Aplicación del Programa Cognitivo Conductual en el Grupo Experimental y Grupo Control en los niveles de resiliencia..... | 48 |
| Gráfico 1: Comparación Antes de la Aplicación del Programa Cognitivo Conductual en el Grupo Experimental y Grupo Control en los niveles de resiliencia..... | |
| Tabla 2: Análisis comparativo Antes de la Aplicación del Programa Cognitivo Conductual en el Grupo Experimental y Grupo Control en los niveles de Competencia personal..... | 49 |
| Gráfico 2: Comparación Antes de la Aplicación del Programa Cognitivo Conductual en el Grupo Experimental y Grupo Control en los niveles de Competencia personal..... | |
| Tabla 3: Análisis comparativo Antes de la Aplicación del Programa Cognitivo Conductual en el Grupo Experimental y Grupo Control en los niveles de Aceptación de uno mismo y de la vida..... | 50 |
| Gráfico 3: Comparación Antes de la Aplicación del Programa Cognitivo Conductual en el Grupo Experimental y Grupo Control en los niveles de Aceptación de uno mismo y de la vida..... | |
| Tabla 4: Análisis comparativo después de la Aplicación del Programa Cognitivo Conductual en el Grupo Experimental y Grupo Control en los niveles de resiliencia..... | 51 |
| Gráfico 4: Comparación después de la Aplicación del Programa Cognitivo Conductual en el Grupo Experimental y Grupo Control en los niveles de resiliencia..... | |
| Tabla 5: Análisis comparativo Antes de la Aplicación del Programa Cognitivo Conductual en el Grupo Experimental y Grupo Control en los niveles de Competencia personal..... | 52 |
| Gráfico 5: Comparación Antes de la Aplicación del Programa Cognitivo Conductual en el Grupo Experimental y Grupo Control en los niveles de Competencia personal..... | |
| Tabla 6: Análisis comparativo Antes de la Aplicación del Programa Cognitivo Conductual en el Grupo Experimental y Grupo Control en los niveles de Aceptación de uno mismo y de la vida..... | 53 |
| Gráfico 6: Comparación Antes de la Aplicación del Programa Cognitivo Conductual en el Grupo Experimental y Grupo Control en los niveles de Aceptación de uno mismo y de la vida..... | |

| | |
|--|-----------|
| Tabla 7: Análisis comparativo antes y después de la aplicación del Programa Cognitivo Conductual en el Grupo Experimental en los niveles de resiliencia | 54 |
|--|-----------|

Gráfico 7: Comparación antes y después de la aplicación del Programa Cognitivo Conductual en el Grupo Experimental en los niveles de resiliencia

| | |
|--|-----------|
| Tabla 8: Análisis comparativo antes y después de la aplicación del Programa Cognitivo Conductual en el Grupo Experimental en los niveles de Competencia personal y Aceptación de uno mismo y de la vida | 55 |
|--|-----------|

Gráfico 8: Comparación antes y después de la aplicación del Programa Cognitivo Conductual en el Grupo Experimental en los niveles de Competencia personal y Aceptación de uno mismo y de la vida

| | |
|--|-----------|
| Tabla 9: Análisis comparativo antes y después de la aplicación del Programa Cognitivo Conductual en el grupo Experimental en la dimensión de Aceptación de uno mismo y de la Vida | 56 |
|--|-----------|

Gráfico 9: Comparación antes y después de la aplicación del Programa Cognitivo Conductual en el grupo Experimental en la dimensión de Aceptación de uno mismo y de la Vida

| | |
|---|-----------|
| Tabla 10: Análisis comparativo antes y después de la aplicación del Programa Cognitivo Conductual en el grupo Control en la dimensión de Resiliencia | 57 |
|---|-----------|

Gráfico 10: Comparación antes y después de la aplicación del Programa Cognitivo Conductual en el grupo Control en la dimensión de Resiliencia

| | |
|--|-----------|
| Tabla 11: Análisis comparativo antes y después de la aplicación del Programa Cognitivo Conductual en el grupo Control en la dimensión de Competencia Personal | 58 |
|--|-----------|

Gráfico 11: Comparación antes y después de la aplicación del Programa Cognitivo Conductual en el grupo Control en la dimensión de Competencia Personal

| | |
|--|-----------|
| Tabla 12: Análisis comparativo antes y después de la aplicación del Programa Cognitivo Conductual en el grupo Control en la dimensión de Aceptación de uno mismo y de la vida | 59 |
|--|-----------|

Gráfico 12: Comparación antes y después de la aplicación del Programa Cognitivo Conductual en el grupo Control en la dimensión de Aceptación de uno mismo y de la vida

RESUMEN

Esta investigación ha tenido como finalidad determinar los niveles de resiliencia que presenta como indicadores a los factores de competencias personales y Aceptación de uno mismo y de la vida. Se trata de un estudio Cuasi Experimental, donde se aplicó un programa Cognitivo conductual, que a través de técnicas adecuadas se ha logrado mejorar y desarrollar algunas características relacionadas a esos factores. Se seleccionó a 15 estudiantes del nivel secundario de la I.E – Palta, siendo partícipes en el grupo experimental. Y 15 estudiantes que continuaron con sus actividades normales, participando como grupo control, para ello previamente se les aplicó a los 30 estudiantes un pre test antes de iniciar el programa y un post test después. Dentro de los resultados obtenidos encontramos que existe diferencia altamente significativa en los indicadores de Competencia Personal y Aceptación de uno mismo y de la vida en los estudiantes del nivel secundario del grupo control y el grupo experimental, después de la aplicación del programa Cognitivo Conductual.

Palabras claves: Resiliencia, Cognitivo Conductual, Competencia personal, Aceptación de uno mismo y de la vida.

ABSTRACT

This research has been aimed at determining levels of resilience indicators presented as factors of personal competence and acceptance of self and life. It is a Quasi-Experimental study, where a cognitive behavioral program, through appropriate techniques has improved and develop some features regarding these factors was applied. 15 secondary students El was selected – Paiza, being partakers in the expermental group. And 15 students who continued their normal activities, participating as a control group for this previously was applied to 30 students a pretest before starting the test program and post later. Among the results we found that there are significant differences in indicators of personal Jurisdiction and Acceptance of self and life in secondary student in the control group and the experimental group, after application of Cognitive Behavioral Program.

Keywords: Resilience, Cognitive Behavioral, personal competence, acceptance of self and life.