



**FACULTAD DE HUMANIDADES**  
**ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

Programa Cognitivo Conductual en la Adaptación de la Conducta en  
Víctimas de Maltrato de un Albergue de la ciudad de Piura.

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:**

**LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

**AUTOR:**

Br. TALLEDO TRONCOS, Giulliana del Carmen

**ASESOR:**

Lic. LIZANO VILLALTI, Richard

**LINEA DE INVESTIGACIÓN:**

**VIOLENCIA**

**PIURA – PERÚ**

**2014**

**PROGRAMA COGNITIVO CONDUCTUAL EN LA  
ADAPTACIÓN DE LA CONDUCTA EN VÍCTIMAS DE  
MALTRATO DE UN ALBERGUE DE LA CIUDAD DE  
PIURA.**

**JURADO**

---

**MG. OSCAR VELA MIRANDA**  
**PRESIDENTE**

---

**LIC. GREGORIO DIOSES PEÑA**  
**SECRETARIO**

---

**MG. LUZ ÁNGELICA ATOCHE SILVA**  
**VOCAL**

## DEDICATORIA

A Dios y abuelo Juan Talledo por brindarme fortaleza,  
constancia y dedicación en mi vida.

A mis Padres Jaime y Cecilia, por estar presente  
en todo momento de mi vida dándome  
apoyo y confianza.

A José Luis por apoyarme en mis decisiones  
tomadas, palabras de motivación y apoyo  
incondicional.

## AGRADECIMIENTO

A Dios y abuelo Juan que son los seres que me protegen, permitiéndome lograr lo con unas de mis metas.

De manera especial a las personas que me dieron la vida por transmitirme energías, en aquellos momentos de debilidad y por el apoyo incondicional que me brindaron en momentos difíciles y sobre todo por su confianza brindada en todo instante, a mis hermanos y enamorado por seguir alentándome, a seguir adelante, por brindarme la confianza y el apoyo necesario.

Mi profundo agradecimiento a los profesores Gregorio Dioses Peña, Noé Herrera Gabancho y asesora Angélica Atoche, por la confianza y sabiduría que me ofrecieron a lo largo de mi formación profesional.

Al director y alumnos del Hogar, que participan y colaboran de una u otra forma de esta investigación.

## DECLARACIÓN JURADA

Yo Giulliana del Carmen Talledo Troncos con DNI N° 45103502, a efecto de cumplir con las disposiciones vigentes consideradas en el Reglamento de Grados 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 también 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.

Piura, Febrero del 2015.

---

Br. Giulliana del Carmen Talledo Troncos

## **PRESENTACIÓN**

Señores miembros de Jurado, presento ante ustedes la Tesis titulada “Programa Cognitivo Conductual en Adaptación de la Conducta con adolescentes Víctimas de Maltrato de un Alberge en la Ciudad de Piura, 2014”, con la finalidad de Determinar las diferencias significativas antes y después de la aplicación de un Programa Cognitivo - Conductual en la reducción de conductas inadaptativas en adolescentes víctimas de maltrato, en cumplimiento del reglamento de Grados y Títulos de la Universidad César Vallejo para obtener el Título Profesional de Licenciada en Psicología.

Esperando cumplir con los requisitos de aprobación.

La Autora

## INDICE

<b>DEDICATORIA</b>	<b>4</b>
<b>AGRADECIMIENTO</b>	<b>5</b>
<b>DECLARACIÓN JURADA</b>	<b>6</b>
<b>PRESENTACIÓN</b>	<b>7</b>
<b>RESUMEN</b>	<b>9</b>
<b>ABSTRACT</b>	<b>10</b>
<b>I. INTRODUCCIÓN</b>	<b>11</b>
1.2. Problema	24
1.3. Hipótesis	24
1.3.1. General	24
1.3.2. Específicas	25
1.4. Objetivos	25
1.4.1. General	25
<b>II. MARCO METODOLÓGICO</b>	<b>27</b>
2.1. Variables	27
2.2. Operacionalización de Variables	28
2.3. Metodología	31
2.4. Tipos de Estudio	31
2.5. Diseño	31
2.6. Población	32
2.7. Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos	32
2.8. Métodos de análisis de datos	33
2.9. Aspectos Éticos	34
<b>III. RESULTADOS</b>	<b>35</b>
<b>IV. DISCUSION</b>	<b>37</b>
<b>V. CONCLUSIONES</b>	<b>42</b>
<b>VI. RECOMENDACIONES</b>	<b>43</b>
<b>VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b>	<b>44</b>

## RESUMEN

Se efectuó el estudio con la finalidad de determinar los efectos de un programa cognitivo conductual en la reducción de conductas inadaptativas en los adolescentes que han sufrido maltrato en el Hogar de Cristo de Piura; tratándose de un estudio experimental de 10 adolescentes con las edades entre 12 y 18 años, los cuales se trabajó como Grupo Único para el Programa Cognitivo Conductual en Adaptación de la Conducta en adolescentes víctimas de maltrato de un albergue, 2014. El instrumento usado fue el Inventario de Adaptación de la Conducta (IAC) (María Victoria de la Cruz), para determinar los niveles de Adaptación en las áreas: personal, social, familiar y escolar. Habiéndose encontrado que el grupo al ser sometido al programa cognitivo conductual disminuyeran las conductas inadaptativas.

Los resultados fueron analizados mediante la fórmula de T. Student, encontrándose una diferencia significativa antes y después de la aplicación del programa cognitivo conductual en las áreas Personal, familiar, escolar y social; es decir, el programa propicio efectos positivos en la actitud de los adolescentes.

**Palabras claves:** Adaptación de la conducta, Cognitivo Conductual.

## **ABSTRACT**

The study was conducted in order to determine the effects of a cognitive behavioral program in reducing maladaptive behaviors in adolescents who have suffered child abuse in the Hogar de Cristo de Piura; in the case of a pilot study of 10 adolescents with ages between 12 and 18 years, who worked as a single group for Cognitive Behavioral Adaptation Programme of Conduct adolescent victims of abuse of a shelter, 2014. The instrument used was the Inventory Adjustment of Conduct (IAC) (Maria Victoria de la Cruz) to determine levels of Adaptation in the areas: personal, social, family and school. Having found the group to be subjected to cognitive behavioral program eliminates the maladaptive behaviors.

The results were analyzed using the formula T. Student, finding a significant difference before and after application of cognitive-behavioral program at the personal, family, school and social areas; that is, the program enabling positive effects on the attitude of teenagers.

**Keywords:** Adaptation of behavior, Cognitive Behavioral

## I. INTRODUCCIÓN

Sin duda alguna actualmente vivimos una problemática en los adolescentes relacionado con el tema de adaptación, tanto así que me arriesgo a decir que es uno de las mayores problemas que obstaculizan el desarrollo de nuestro país y de cualquier otro estado. Lastimosamente esta problemática cada vez va en aumento y nos deja una amarga y triste realidad con respecto a la falta de investigaciones, tratamientos y prevenciones ya que conforme va pasando el tiempo pasa a conformar un porcentaje amplio de la población peruana. En esta investigación no se encontraron antecedentes, ya que tiene el criterio de ser única y novedosa, puesto que con esto pruebo la falta de investigaciones que hay con respecto a este tema, ya que es muy importante para todos porque nos sirve en los diversos ámbitos de la vida (personal, familiar, escolar, social).

En el ámbito nacional encontramos que un 49 % de adolescentes hombres y mujeres reciben golpizas por parte de los padres, siendo considerada esta práctica por los propios padres como un método natural de disciplina y educación. Se estima que 8 de cada 10 casos de abuso sexual tienen como victimario a un miembro del entorno familiar y que 6 de cada 10 embarazos en niños de 11 – 14 años, son producto de incesto o violación.

La realidad del adolescente se percibe envuelto en un medio social donde se aprecia el pandillaje, el consumo de alcohol y drogas como fuente de diversión y olvido de sus problemas la depresión, baja autoestima, influencia negativa de los medios de comunicación, las inadecuadas forma de relacionarse (adaptación social), los problemas personales (adaptación personal), la falta de límites de parte de los padres de familia (adaptación familiar ) y dificultades con las reglas establecidas por sus profesores o escuela (adaptación escolar); son algunas complicaciones dentro de la sociedad.

A Nivel Regional, cada día es común ver adolescentes que son partícipes en actos delictivos como: robos, psicariatos, pandillaje, parricidio, venta y consumo de sustancias psicoactivas. Agregando a los problemas anteriormente mencionados están los de adaptación personal (baja autoestima, control de impulsos, falta de afecto, etc.); adaptación familiar (familias disfuncionales, maltrato, violencia familiar, etc) adaptación escolar (problemas de lenguaje, desacuerdo con las normas de la institución educativa, falta de habilidades sociales etc).

Es por ello que se ha creído conveniente realizar un programa Cognitivo – Conductual para disminuir conductas inadaptativas en adolescentes víctimas de maltrato infantil de un albergue en la ciudad de Piura. Cabe señalar que un programa cognitivo conductual tiene como objetivo identificar aquellas conductas inapropiadas que interfieren con sus actividades cotidianas y sociales, y poder modificarlas para una adecuada integración social, este programa puede beneficiar a personas con conductas inapropiadas, niños y/o adolescentes.

El término de adaptación se utiliza varias situaciones, pero sin precisar el sentido exacto del mismo. En la revisión bibliográfica efectuada se ha encontrado las siguientes definiciones sobre adaptación:

Berecia, Mara Ana (2004), cita a Jiménez, 1979 al prestigioso que nos muestra que adaptación, en psicología, “Es el proceso de comportamiento por el cual los hombres así como también los animales mantienen un equilibrio entre sus variadas necesidades y los obstáculos de su ambiente”, complementando según García Pérez (1998), considerando la adaptación como un proceso doble: ajuste de la conducta del individuo sus propio deseos, gustos, preferencias, necesidades y ajuste de tal conducta a las circunstancias del entorno en que vive o interactúa habitualmente”.

Mientras que en el diccionario Sopena (1978), que cita Brecia (2006), y la describe como la acción y efecto de adaptar o adaptarse. Lo detalla como un proceso que permite a un órgano u organismo resistir las condiciones del medio en que se halla y acomodarse a ellas, adaptar dicho de personas, es acomodarse a circunstancias o condiciones.

Etimológicamente la palabra Adaptación proviene del latín “adaptarse” (Ad, a y optare) que significa acomodar. Coincide con el diccionario de la Real Académica Española (2001), que lo indica como acomodar, ajustar una cosa a otra.

Bergeron. C. (1995) refieren que adaptación es la capacidad de flexibilidad comportamental de ajustarse personalmente en función de diversas situaciones.

Varios autores sustentan que la adaptación es un proceso de dos partes donde interaccionan la continuidad de los esquema existentes y la posibilidad de alterarlos, lo que según el reconocido Psicólogo J. Piaget (1970) citado por Flores, Jessica (2006), refiere que la adaptación es un proceso de dos partes (Asimilación y Acomodación) donde interacciona la continuidad de los esquemas existentes y la posibilidad de alterarlos; las asimilaciones es la continuidad de conocer; Piaget, cree que el

conocimiento es resultado de adaptación, o sea, una modificación gradual, del esquema existente que toma o encuentra la novedad o exclusividad de cada experiencia. El autor da mucha importancia al factor maduración al del niño pero también da crédito ambiental. Asimismo opina Howard Warren (1996) definiendo a la adaptación como cualquier cambio en un organismo ya sea de su forma o funciones que lo hace más capaz para conservar su vida o perpetuar su especie.

Asimismo, indica que ajuste es cualquier operación por la cual in organismo se relaciona de modo más favorable con el medio o con toda la situación externa o interna (usado con frecuencia como sinónimo de adaptación y acomodación). Acomodación denota del cambio en sí, ajuste al conocimiento de una nueva relación. Adaptación la mejora por el cambio.

Por su parte el psicólogo Davidoff (1979), citado por Berecia (2006), tras efectuar una extensa revisión del concepto, concluye que la persona bien adaptada se caracteriza por: Tener sentimientos positivos sobre sí mismo y considerarse competente y con éxito en la vida, mostrar un sentido de autonomía e independencia, ser activa, laboriosa y enérgica en la consecución de sus intereses, relacionarse armónicamente con los demás; y sentirse satisfecha de su vida, disfrutar de ella y no abrumarse por los problemas.

Mientras que el prestigioso Whitaker (1984), señala que adaptación es sinónimo de ajuste y este es usado a menudo para describir "salud mental". Admite que no existe una demarcación clara y definida para indicar individuos "ajustado" o "desajustados"; sostiene que hay un continuo subyacente entre salud mental y enfermedad mental.

Se habla de una Adaptación Personal cuando el adolescente muestra preocupación por el desarrollo de su organismo. También tiene que ver con los sentimientos de inferioridad, satisfecho con su propio cuerpo, su familia y sus recursos personales; creen su valía personal; tiene una visión positiva de su pasado; se ve capaz de enfrentarse a retos y dificultades y no tiene miedo al futuro; se considera razonablemente apreciado por sus profesores y compañeros; y se ve contento con su desempeño en situaciones de interacción social.

Es así que para Pedro Hernández (1991) citado por Berecia (2006), sostiene que la adaptación constituye por un lado un criterio operativo de la personalidad en el sentido

que recoge la idea de observar hasta qué punto los individuos logran estar satisfechos consigo mismo y por otro lado un criterio funcional en la medida que sus comportamientos son adecuados a los requerimientos de las distintas circunstancias en que tiene que vivir dentro de un ambiente específico. El término "adaptación" es usado en el vocabulario habitual cuando nos referimos a un adolescente que ingresa a una escuela secundaria y obtienen en el primer bimestre, calificaciones aceptables y su comportamiento no varía mucho, se dice entonces, que es consecuencia entre otras, de su buen nivel de adaptación. Si un adolescente sabe acatar las reglas internas y respeta las autoridades de su hogar estaremos hablando de un buen nivel de adaptación familiar. Y así el adolescente acepta sus habilidades y limitaciones siendo consciente de su realidad, entonces entendemos que tiene un buen nivel de adaptación personal o consigo mismo. Y coincide esta definición con la Ps. Ma. Victoria de la Cruz y Cordero Agustín (1990), manifestando que la adaptación de un sujeto es lo que se refieren a la aceptación de su aspecto físico, consecución de su independencia emocional respecto a los padres, relación con sus compañeros y, en general, con los sujetos del entorno social en que vive, es decir, pauta de comportamiento aceptada por un grupo de referencia: familia, amigos , profesores, etc.

La mayoría de los autores coinciden que la conducta de la adolescencia es generalmente negativa y crea dificultades en la relación con los padres y los profesores. Muchas veces este tipo de conducta aparece en forma repentina y esto hace pensar que una parte de su origen es fisiológico y otra parte es ambiental. Entre las áreas de Adaptación tenemos las siguientes:

Goleman (1980), sostiene que lo que origina todos estos desajustes es el brote de las pulsiones que tienes lugar durante la pubertad. Lo cual implica considerar que se deshace "el equilibrio psíquico alcanzando finales de la infancia, ocasionando una conmoción interna y dando lugar a una vulnerabilidad de la personalidad".

La adolescencia se caracteriza por ser la de la configuración de la identidad personal de cambios en el YO: identidad que no se consigue sin confrontación y desequilibrios con el exterior y con uno mismo.

La Ps. Hurlock Elizabeth (1994): manifiesta que los adolescentes con el afán de adaptarse a situaciones nuevas se preocupan sin razón porque ignoran que el programa de la

naturaleza difiere según los individuos mientras que el famoso Bronw J. M y otros (1996) citado por Berecia (2006): afirma que los cambios físicos en los alumnos conlleva a alterar su conducta y emociones preocupándole el desarrollo de las funciones sexuales contribuyendo a la ansiedad de asumir su masculinidad y feminidad.

Complementado por la Ps. Ma. Victoria de la Cruz y Agustín Cordero (1998), afirman que los adolescentes muestran preocupación por las transformaciones de su organismo provocando en ellos sentimientos de inferioridad y falta de aceptación por los cambios que sufre su cuerpo y es así que el reconocido Castillo Henry (2003) citado por Berecia (2006): refiere que en la adolescencia se produce un rápido desarrollo físico así como profundos cambios emocionales que aún pueden ser excitantes, no obstante también puede resultar confusos e incómodos tanto para el adolescente como para sus padres.

Con lo que respecta Adaptación Familiar la Ps. De la Cruz Victoria y Cordero Agustín (1998) citado por Ruiz Alva, Cesar (2004): Manifiesta que en la adolescencia aparecen actitudes críticas hacia su familia, dificultades en la convivencia, falta de aceptación en las normas y deseos de huir e incluso físicamente del ambiente familiar. Lo mismo opina Ps. Papalia, Diane y Wendkos, Sally (1991), afirmando que los conflictos de los adolescentes con sus padres, surgen cuando quieren tener identidad y ser independientes; pero al mismo tiempo mantener cerca a sus padres. Esto no es por valores económicos, religiosos, sociales y políticos las discusiones sino por asuntos como el trabajo en la escuela, oficios, amigos, citas y apariencia personal. Frente a esto los padres emiten dobles mensajes, diciendo una cosa y actuando de otra manera. La tensión aumenta si los padres tratan de presionar a su hijo a que se comporten como ellos quieren y producen desadaptación en el adolescente. Y la Ps. Hurlock B. Elizabeth (1994), manifiesta que la adaptación familiar es el ajuste del adolescente con cada uno de sus padres, es decir, el comportamiento del adolescente de acuerdo a las normas del padre. Para una adecuada relación padre – hijo debe existir sobre todo la comunicación; el respeto que haya en las opiniones del adolescente va a permitir éxito en su comunicación. La ruptura de comunicación ente el adolescente y sus padres se debe con más frecuencia a la falta de experiencias compartidas, complementando el PS. Papalia, Diane (1997), manifestando que los conflictos son más acentuados con el progenitor que con la madre, así al formular la siguiente pregunta ¿Por qué los conflictos con el padre causan tanta inestabilidad? La autora responde: quizás los adolescentes y la madre riñen a menudo por cosas rutinarias que los jóvenes no toman en serio, mientras que los conflictos con los padres pueden ser

sobre temas importantes o simplemente tiene más impacto porque son menos frecuentes. Es posible que la madre pueda seguir manteniendo la cercanía con sus hijos mejor que con el padre a pesar de estar disgustada con ellos. Señalando que la esfera de la familia juega un rol muy importante en la socialización, y por ende en la adaptación personal del adolescente.

Por otro lado el sonado Gottman y De Claire (1997): manifiestan que los adolescentes emprenden un viaje de auto descubrimiento y cambian constantemente de dirección, tratando de encontrar un camino verdadero, experimentan con nuevas identidades, nuevas realidades. Esta exploración entre adolescentes es sana. Sin embargo su forma de emprenderla no siempre carece de complicaciones, es así que completa el psicólogo García Pérez Manuel (1998) manifestando que los desacuerdos de la adolescencia se inicia cuando estos empiezan a desarrollar sus propios puntos de vista con el afán de buscar su propia identidad e independencia, creándose de esta manera conflicto en el ámbito familiar porque los padres no comparten sus mismas ideas y opiniones.

En Adaptación Escolar la Dr. Márquez María (1994) citado por el psicólogo García Manuel (1998), señala que en la escuela se debe garantizar una educación en condiciones adecuadas, subraya que la escuela ha de ser, pues un lugar útil y agradable”, complementa la Ps. Hurlock Elizabeth h(1994): refiriendo que cuando no hay adaptación por parte del alumno el adolescente muestra una característica de aversión al trabajo. Hace lo menos posible en el hogar y la escuela descuidando los deberes asignados tanto el seno familiar como en la escuela, ya que según el Ps. Uculmana Chares (1995), manifiesta que el alumno al enfrentarse con su centro de estudios encuentra muchos cuestionamientos, debiendo aceptar y respetar las normas establecidas, guardar el orden en formación, entrar a las aulas en completo orden y sin correr, durante el desarrollo de las clases no se deberá ni conversar con otro compañero si el permiso de su maestro y se le exige atención; así mismo deberá estar listo para obedecer las normas de sus profesores y callar mientras ellos hablan, al mismo tiempo tendrá que vencer constantes obstáculos académicos: las tareas, trabajos de grupo, exámenes, exposiciones, entre otras y para muchos cumplir con todo lo mencionado anteriormente es un gran reto y es así que para el PS. Aguirre Baztan (1996) afirma que la escuela es el lugar donde el educando permanece muchos años de su vida, tiene la función específica al socializarlo al inculcarle los conocimientos, habilidades, actitudes e intereses a fin de que pueda tener éxito en su

vida futura. Es el lugar donde la gran mayoría de personas pasan horas sobre horas que cada vez se incrementan con el pasar del tiempo. Pero cuando los tiempos en la escuela se convierten en un calvario afirman los Psicólogos De la Cruz Victoria y Cordero Agustín (1998): surgen posturas de censura o rebeldía frente a la organización o institución educativa y a la tensión de los profesores y compañeros. Y complementa Castillo Henry (2003) citado por Brexia (2006): manifestando que los problemas emocionales con frecuencia también afectan el rendimiento escolar y produciéndose desconcentración así como despreocupación por sus labores escolares generando de esta manera discordancia entre profesor – alumno. Del misma forma opina el sonado Riback citado por Ponce (2003) manifestando que las emociones desempeñan un papel importante en el ámbito escolar, de la frustración a la satisfacción, de la ira al entusiasmo, cada día nos enfrentamos a emociones propias y más aún en la adolescencia.

En Adaptación Social el Ps. Goleman (1980) y Gecas (1990), coinciden que no es de extrañar que los adolescentes quieran pasar su tiempo con los adolescentes. El grupo de compañeros es una fuente de afecto, simpatía y comprensión, un lugar para experimentar y un punto de apoyo para lograr la autonomía e independizarse de los padres. También es un espacio para establecer relaciones estrechas, que son la base para la intimidad de la edad adulta , así mismo el sonado Gottman y De Claire (1997): afirman que los adolescentes se separan de sus padres e incrementan sus amistades, prefieren pasar más tiempo con ellos ayudarlos y demostrarles afecto; si los padres no los comprenden entonces adoptarían una actitud negativa hacia ellos y hacia todo lo que dicen o hacen.

Por otro lado Crockett, Losofft y Petersen (1993), manifiestan que los amigos y compañeros son cada vez más importantes en la vida de un niño durante la adolescencia. Su contribución al desarrollo social del joven puede ser especialmente importante durante la primera etapa de la misma. Cuando están empezando aceptar los cambios físicos y emocionales en su vida. En la mayoría de los casos, el creciente apego hacia los compañeros, no interfiere en su relación con los padres , más bien las complementa. Sin embargo los Ps. De la Cruz Victoria y Cordero Agustín (1998): aparecen conductas negativas, deseos de aislamiento, actitudes críticas e inseguridad. Y finalmente Riback citado por Ponce (2003): los hijos de familias en se han cultivado bien las emociones, son más sociables y mejores estudiantes. Asimismo nos dice que la clave del éxito está en utilizar las emociones de forma inteligente: hacer debidamente que nuestras emociones

trabajen en beneficio propio, de modo que nos ayuden a controlar nuestra conducta y nuestros pensamientos para obtener mejores resultados.

De este modo, y considerando las diferentes consecuencias y cambios que tienen los adolescentes maltratados, se hace necesario contar con un Programa Cognitivo Conductual que permita reducir las conductas inadaptativas de la conducta, denominado "Me Adapto y soy Mejor".

El doctor Aaron T. Beck, de la Universidad de Pensilvania, citado por Beck (2000), a comienzos de los años sesenta, desarrolló la terapia cognitiva como un tratamiento para la depresión, estructurado y breve, centrado en la problemática presente y destinado a resolver problemas actuales y a modificar el pensamiento y las conductas disfuncionales (Beck, 1964). A partir de ese momento, tanto Beck como otros profesionales adaptaron exitosamente esta terapia para su aplicación a un conjunto sorprendentemente amplio de trastornos psiquiátricos y a distintas poblaciones.

Estas adaptaciones han modificado el objetivo, la tecnología y la duración del tratamiento, pero los postulados teóricos han permanecido sin cambios. Para decirlo en pocas palabras, el modelo cognitivo propone que todas las perturbaciones psicológicas tienen en común una distorsión (el pensamiento, que influye en el estado de ánimo y en la conducta de los pacientes). Una evaluación realista y la consiguiente modificación del pensamiento producen una mejoría en esos estados de ánimo y comportamientos. Esta mejoría permanente resulta de la modificación de las creencias disfuncionales subyacentes.

Es una forma de entender cómo piensa uno acerca de sí mismo, de otras personas y del mundo que lo rodea, y cómo lo que uno hace afecta a sus pensamientos y sentimientos.

La terapia Cognitivo Conductual le puede ayudar a cambiar la forma de cómo piensa (cognitivo), y cómo actúa (conductual) y estos cambios le pueden ayudar a sentirse mejor. A diferencia de algunas de las otras "terapias habladas", la Terapia Cognitivo Conductual, se centra en problemas y dificultades del "aquí y ahora". En lugar de centrarse en las causas de su angustias o síntomas en el pasado, busca maneras de mejorar su estado anímico ahora.

Podemos definir estas terapias como: "Aquellos programas multicomponentes denominados genéricamente terapias cognitivo - conductuales suelen combinar técnicas

de reestructuración cognitiva, de entrenamiento en relajación y otras estrategias de afrontamiento y de exposición". María Paz García Vera, 1998.

Este modelo acepta la tesis conductista de que la conducta humana es aprendida, pero este aprendizaje no consiste en un vínculo asociativo entre estímulos y respuestas sino en la formación de relaciones de significado personales, esquemas cognitivos o reglas. Igualmente los aspectos cognitivos, afectivos y conductuales están interrelacionados, de modo que un cambio en uno de ellos afecta a los otros dos componentes. En esa relación mutua las estructuras de significado (esquemas cognitivos) tendrían un peso fundamental, pues ellas representan la organización idiosincrática que tiene cada persona sobre lo que significa su experiencia, los otros y el sí mismo.

Burns y Perloff (1988), citado por Beck (2000), demostraron que la terapia cognitiva es eficaz para pacientes que cuentan con distintos niveles de educación, ingresos y extracción social. Este abordaje ha sido adaptado para trabajar con pacientes de todas las edades, desde los preescolares (Knell, 1993) hasta los ancianos (Casey y Grant, 1993; Thompson, Davies, Gallagher y Krantz, 1986).

Como reacción frente a las deficiencias de los procedimientos de la terapia conductual en la resolución de los problemas desadaptativos, surge un nuevo modelo alternativo: la psicoterapia cognitiva. Esta centra su interés en el estudio en una serie de variables o procesos mediadores que intervienen en el proceso de condicionamiento clásico.

Estas variables mediadoras o intermedias son las que determinan el proceso individual de atención, percepción y reacciones afectivas o emocionales singulares, respecto de las situaciones o acontecimientos medio-ambientales, de tal modo que no es tan importante la conducta que el sujeto manifiesta sino las cogniciones que acompañan a dicha conducta.

El término cognición procede de la palabra cognitivo, que significa obtener conocimiento, acción y efecto de conocer. Así entendida, la cognición es el acto por el cual la persona logra saber y conocer acerca de sí y del mundo que lo rodea a través de la experiencia. En este sentido, los filósofos griegos de la escuela estoica solían ya decir que "los hombres no se trastornan por los acontecimientos, sino por las opiniones que de ellos tienen". En la actualidad son múltiples las expresiones empleadas para señalar el papel que los factores cognitivos desempeñan en los trastornos emocionales (distorsión cognitiva, creencias irracionales, construcciones alteradas).

Bajo esta perspectiva el hombre vuelve a situarse como un ser activo, capaz de influir decididamente en la realidad que le ha tocado vivir, asumiendo una función y una acción

constructivista basada en el aporte de prominentes psicólogos como Vigotski, Piaget y otros.

En los años sesenta, este modelo de terapia comienza a sobresalir, al que se considera como "el tratamiento que intenta modificar la conducta manifiesta, influyendo sobre las cogniciones del paciente (Beck, 1970). El objetivo en esta terapia sigue siendo la conducta observada en el sujeto, pero en este caso abordando y focalizando la atención en la complejidad del proceso cognitivo. Este proceso hace que el sujeto perciba, piense, evalúe y actúe bajo patrones de comportamientos específicos, desarrollados a partir de experiencias aprendidas y nacidas de la interrelación entre el individuo y el medio ambiente. Cualquier déficit, alteración o error en el proceso cognitivo es considerado como responsable de la aparición del trastorno o conducta desadaptada.

Por tanto, en la terapia cognitiva tiene una importancia determinante el tipo de pensamiento expresado por el paciente y el componente emocional que lo acompaña. La alteración de los procesos cognitivos son meras conductas manifiestas y, por ello, son modificables. El objetivo de esta terapia es modificar los sentimientos y las acciones a través de una influencia sobre los patrones de pensamiento del paciente.

Aquí el terapeuta adopta una actitud y una comprensión activa, tanto en la investigación de la distorsión cognitiva como en la programación técnica, promoviendo así el cambio en el sistema cognitivo y la consecuente adecuación comportamental.

Podemos trabajar con diferentes técnicas cognitivas y conductuales, una de ellas es la Identificación de los pensamientos automáticos. El modelo cognitivo sostiene que la interpretación de una situación (más que la situación misma), o menudo expresada en forma de pensamientos automáticos influye sobre las emociones, el comportamiento y la respuesta fisiológica subsiguiente. Por supuesto, existen acontecimientos que son casi universalmente perturbadores, tales como ser atacado, padecer un rechazo o un fracaso. Las personas con trastornos psicológicos, no obstante, a menudo perciben mal situaciones neutras o hasta positivas y deforman sus pensamientos automáticos. Al examinar críticamente estos pensamientos y corregir los errores, en muchos casos se sienten mejor. Aprender a identificar los pensamientos automáticos entraña un proceso semejante al del aprendizaje de cualquier otra habilidad. Algunos pacientes (y terapeutas) lo captan fácil y rápidamente. Otros requieren más ayuda y más práctica para identificar estos pensamientos e imágenes. Los dos apartados que siguen describen procedimientos para indagar los pensamientos automáticos. El primer procedimiento consiste en identificar los

pensamientos automáticos que el paciente genera en la sesión. El segundo método trata de investigar los pensamientos automáticos que el paciente ha tenido en situaciones problemáticas que se presentaron entre sesiones, por medio de la evocación, las dramatizaciones o el planteo de hipótesis.

Otra técnica cognitiva que se utilizara en esta investigación es la **Reestructuración Cognitiva**, evidencia confirmatoria o desconfirmatoria de pensamientos mediante diálogo socrático. Se entrena en autoinstrucciones que pueden servir de guías para cuatro momentos: preparación para enfrentarse al estresor, confrontación con el estresor (controlar reacción al estrés), afrontamiento de las sensaciones de estrés o malestar si se producen, y valoración de los esfuerzos de afrontamiento.

Las **Autoinstrucciones**, es decir, cambiar las verbalizaciones internas o pensamientos de la persona cuya conducta queremos modificar por otras que le van a ser de más utilidad para realiza la tarea o solucionar el problema. Hacen referencia a las instrucciones internas, que acompañan sus acciones, que se hace el sujeto frente a las instrucciones de los demás. Son ordenes que se da a si mismo antes de iniciar la actividad. La técnica es muy eficaz en el entrenamiento de niños hiperactivos e impulsivos con dificultades de aprendizaje y en el control de conductas delictivas.

Continuamos con la **Autoevaluación** que es lo que va a permitir tomar conciencia de aquellas cosas que hace bien de aquellas en las que tiene dificultades y de sus posibles situaciones. De este modo se comienza a implicar al niño y adolescente en su propia rehabilitación. El procedimiento consiste en: hacer un listado de cosas que el niño y adolescente hace bien. Es importante ayudar a que se dé cuenta de que hace cosas bien. Realizar una lista con las cosas que le cuesta hacer. Esta parte puede ser un tanto difícil para un niño y adolescente con desatención, porque no son muy reflexivos y por otra porque no quieren tener una imagen negativa de sí mismos. Dar posibles situaciones para cada uno de los aspectos destacados en la lista.

La **Autoobservación** pone un interés especial en la necesidad de conseguir la participación activa del niño y adolescente en el proceso del tratamiento; intentando hacer consciente al estudiante de si está o no está prestando atención a su trabajo con el fin de propiciar el mantenimiento o mejora de su concentración.

La **Instigación verbal** su finalidad es facilitar la emisión de conductas que no se dan aun cuando las condiciones ambientales son propicias. La técnica se fundamenta en el poder del lenguaje para modificar la conducta.. Las instrucciones han de ser precisas y adecuadas a las características del destinatario y que este tenga los prerrequisitos necesarios básicos como comprensión del lenguaje y control de la conducta.Útil en orientación familiar sobre todo en el entrenamiento de padres e hijos o personas mayores dependientes que tienen discapacidades psíquicas o físicas y estas les causan necesidades específicas. Los resultados son muy positivos cuando las respuestas esperadas son reforzadas positivamente, su permanencia es larga si va acompañada de reforzamientos.

Con respecto a las técnicas conductuales que se trabajara en la investigación son: Entrenamiento Asertivo, consta de seis etapas: Identificar los estilos básicos de la conducta interpersonal: Estilo agresivo, pasivo y agresivo, Identificar las situaciones en las cuales queremos ser más asertivos, Describir las situaciones problemáticas, Escribir un guión para el cambio de nuestra conducta, Desarrollo de lenguaje corporal adecuado, Aprender a identificar y evitar las manipulaciones de los demás.

El **Autocontrol** un conjunto de estrategias cuya finalidad es que las personas sean capaces de dirigir y controlar su propio comportamiento, lo que implica dotarlas de habilidades para evaluar el propio comportamiento y participar activamente en el proceso de modificación.

La técnica de **Entrenamiento en solución de problemas** hace referencia a los procesos cognitivos relacionados con el uso del conocimiento y de las habilidades previamente adquiridas para enfrentarse a situaciones de las que se conoce el objetivo final, pero no el procedimiento para enfrentarse a ellas. Una solución de problemas eficaz ha de tener 5 pasos, según D'Zurilla y Nezu y Cols: Definición y formulación del problema. Clarificar y comprender la naturaleza del problema, Recogida de información, Generación de alternativas. Búsqueda del mayor número posible de alternativas. Uso de la técnica Torbellino de ideas, Toma de decisiones. Identificación de las consecuencias personales y sociales potenciales que se derivan de las alternativas escogidas, Puesta en práctica de la solución y verificación.

En la actualidad un tercio de la población peruana en adolescentes pasa por agresiones o daños físicos, psicológicos o sexual; producidos por padres, familiares, maestros u otras personas aun cuando la intención sea corregirlo. Produciéndolo a través de golpes, insultos, burlas y abusos. El maltrato también ocurre cuando no se atiende a los niños y a las niñas en sus necesidades de alimentación, protección, salud y afecto. (Red Peruana de Educación en Derechos Humanos y la Paz; 1998). Otra forma de maltrato es el caso de los niños testigos de violencia, cuando los niños presencian situaciones crónicas de violencia entre sus padres. Los estudios comparativos muestran que estos niños presentan trastornos muy similares a los que caracterizan a quienes son víctimas de abuso (Corsi, 1994).

El maltrato es "Cualquier acción u omisión que cause daño físico e psicológico, maltrato sin lesión, inclusive la amenaza o coacción graves y reiteradas, así como la violencia sexual" (Mindes, 2002). Esta siempre relacionado con abuso de poder, con la creencia cultural adquirida a través del aprendizaje social de que se somete y domina a otra persona se tiene autoridad y que además se educa. Cuando hablamos de **maltrato físico** es cualquier acción intencional no accidental por parte de padres, madres, adultos (as) o adolescentes, o responsables del cuidado del niño, niña o adolescente, que provoque daño físico o enfermedad en el niño o adolescente o le coloque en grave riesgo de padecerlo. Generalmente el maltrato físico se basa en la creencia de que los niños y niñas son propiedad de padres y madres, que "deben obedecer" a los adultos/as pues "los adultos son la autoridad". Esta idea distorsionada de autoridad se expresa como un valor social: el "respeto" fuente de poder y de verdad, que controla la vida de niños y niñas, en realidad lo que se enseña es el autoritarismo que se expresa en las ideas, mitos familiares. El maltrato físico produce lesiones físicas y emocionales. (Mindes, 2002).

**El adolescente con maltrato Psicológico o emocional** es muy frecuente, puede pasar inadvertido y presentarse como si fuera algo "normal", más normal y natural como puede ser entendido el maltrato físico. El maltrato psicológico o emocional es cualquier acto que dañe la autoestima del niño o niña o interfiere sus iniciativas naturales por parte de su papá, mamá o cualquier persona adulta o adolescente de su familia o de otro lugar. El maltrato emocional se produce cuando se critica, se desprecia, se amenaza de abandono, so aterroriza, se ignora, se le aísla o se le exige demasiado a un niños niña o adolescente. E igualmente cuando se le priva de amor, de afecto. (Mindes, 2002).

El **maltrato por descuido, abandono o negligencia** es otro tipo de maltrato muy frecuente y se refiere a la indiferente, do parte do los o las encargados del cuidado de los niños y niñas, ante sus necesidades físicas, sociales, psicológicas e intelectuales, así como a una falta de cuidados para evitar riesgos en su familia, en la calle y riesgos a futuro. El abandono emocional es la "falta persistente" de respuesta a las señales (llanto, sonrisa), expresiones emocionales y conductas (busca conversar, busca jugar, grita, esta triste, esta muy inquieto, etc.) que buscan relación desde los niños y niñas y la falta de iniciativa de parte de su papá o mamá, otros integrantes de la familia en la escuela, o en el barrio. (Mindes, 2002)

Se habla de **abuso sexual** toda actividad o contacto sexual con un niño/niñas o adolescente realizada por otra persona para obtener placer, ya sea por medio de la fuerza física, la intimidación o la manipulación psicológica. Incluye una variedad de situaciones genitales, la masturbación, hasta la exposición pornográfica, la explotación sexual y la violación. (Mindes, 2002).

## **1.2. Problema**

¿Cuáles son los Efectos de un Programa Cognitivo Conductual en Adaptación de Conducta con adolescentes Víctimas de Maltrato de un Alberge en la ciudad de Piura – 2014?

## **1.3. Hipótesis**

### **1.3.1. General**

- Existe diferencia significativa en la adaptación de la conducta antes y después de la aplicación del programa cognitivo conductual en los adolescentes que han sufrido maltrato de un Albergue de la ciudad de Piura 2014.

### **1.3.2. Especificas**

- Existe diferencia significativa antes y después de la aplicación del programa Cognitivo Conductual en el área personal de adaptación de la conducta en adolescentes víctimas de maltrato de un Albergue de Piura 2014.
- Existe diferencia significativa antes y después de la aplicación del programa Cognitivo Conductual en el área escolar de adaptación de la conducta en adolescentes víctimas de maltrato de Albergue de Piura 2014.
- Existe diferencia significativa antes y después de la aplicación del programa Cognitivo Conductual en el área social de adaptación de la conducta en adolescentes víctimas de maltrato de un Albergue de Piura 2014.
- Existe diferencia significativa antes y después de la aplicación del programa Cognitivo Conductual en el área familiar de adaptación de la conducta en adolescentes víctimas de maltrato de un Albergue de Piura 2014.

## **1.4. Objetivos**

### **1.4.1. Objetivo General**

- Determinar las diferencias significativas antes y después de la aplicación de un Programa Cognitivo Conductual en la reducción de conductas inadaptativas en adolescentes víctimas de maltrato de un albergue de Piura 2014.

### **1.4.2. Objetivos Específicos**

- Determinar las diferencias significativas antes y después de la aplicación del programa cognitivo conductual en adaptación de la conducta, área personal en los adolescentes víctimas de maltrato de un albergue de Piura 2014.
- Determinar las diferencias significativas antes y después de la aplicación del programa cognitivo conductual en adaptación de la conducta, área escolar en los adolescentes víctimas de maltrato de un albergue de Piura 2014.

- Determinar las diferencias significativas antes y después de la aplicación del programa cognitivo conductual en adaptación de la conducta área social en los adolescentes víctimas de maltrato de un albergue de Piura 2014.
- Determinar las diferencias significativas antes y después de la aplicación del programa cognitivo conductual en adaptación de la conducta área familiar en los adolescentes que han sido víctimas de maltrato de un albergue de Piura 2014.

## **II. MARCO METODOLÓGICO**

### **2.1. Variables**

#### **VARIABLE INDEPENDIENTE**

##### **PROGRAMA COGNITIVO CONDUCTUAL**

Huanca, J (2013): Conjunto de sesiones en entrenamiento y aprendizaje de técnicas y herramientas de intervención basada en la terapia cognitiva conductual. Se pone especial énfasis en la participación activa del paciente y en el entrenamiento de autorregulación y auto terapia como forma óptica de mejorar la generalización de los resultados y que él sea capaz de regular su propia conducta.

#### **VARIABLE DEPENDIENTE**

##### **ADAPTACIÓN DE LA CONDUCTA**

Ps. Cruz y Cordero (1990), la adaptación de un sujeto es lo que se refiere a la aceptación de su aspecto físico, consecución de su independencia emocional respecto a los padres, relación con los compañeros y, en general, con los sujetos del entorno social en que vive, es decir pautas de comportamiento aceptada por un grupo familiar, amigos, profesores, etc. Así también, la adaptación de conducta evalúa el ajuste de una persona en las áreas personal, familiar, educativa y social.

## 2.2. Operacionalización de Variables

VARIABLE	DEFINICIÓN DE VARIABLE	DEFINICIÓN OPERACIONAL	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
<b>VI PROGRAMA COGNITIVO CONDUCTUAL</b>	<p>Huanca, J (2013): Conjunto de sesiones en entrenamiento y aprendizaje de técnicas y herramientas de intervención basada en la terapia cognitiva conductual. Se pone especial énfasis en la participación activa del paciente y en el entrenamiento de autorregulación y auto terapia como forma óptica de mejorar la generalización de los resultados y que él sea capaz de regular su propia conducta.</p>	<p>Conjuntos de técnicas cognitivas conductuales que buscan modificar o alterar patrones de pensamiento que contribuyen a los problemas del paciente. Forma de entender cómo piensa uno acerca de simio, de otras personas y del mundo que lo rodea y cómo lo que uno hace afecta en sus conductas.</p>	<p><b>Sesión Nº 01:</b> Concientización y Evaluación Psicológica. (Aplicación de IAC).</p> <p><b>Sesión Nº 02:</b> Autoevaluación (Árbol de la persona).</p> <p><b>Sesión Nº 03:</b> Reestructuración Cognitiva (Ficha Teórica).</p> <p><b>Sesión Nº 04:</b> Autoevaluación (Escudo Personal).</p> <p><b>Sesión Nº 05:</b> Autocontrol (El Semáforo).</p> <p><b>Sesión Nº 06:</b> Entrenamiento Asertivo (Derechos de la Asertividad)</p> <p><b>Sesión Nº 07:</b> Instigación Verbal</p> <p><b>Sesión Nº 08:</b> Instigación Verbal</p> <p><b>Sesión Nº 09:</b> Solución de problemas.</p>	<p>Nominal</p>

			<p><b>Sesión Nº 10:</b> Pensamientos Automáticos.</p> <p><b>Sesión Nº 11:</b> Reestructuración Cognitiva (Los valores de mi familia y mi entorno).</p> <p><b>Sesión Nº 12:</b> Autoinstrucciones.</p> <p><b>Sesión Nº 13:</b> Solución de Problema (Mi Mochila).</p> <p><b>Sesión Nº 14:</b> Solución de Problemas.</p> <p><b>Sesión Nº15:</b> Evaluación Psicológica.</p>	
<p><b>VD ADAPTACIÓN DE LA CONDUCTA.</b></p>	<p>Ps. Cruz y Cordero (1990), la adaptación de un sujeto es lo que se refiere a la aceptación de su aspecto físico, consecución de su independencia emocional respecto a los padres, relación con los compañeros y, en general, con los sujetos del entorno social en que vive, es decir pautas de</p>	<p>Inventario de Adaptación de Conducta (IAC) evalúa el grado de Adaptación en las áreas: personal, familiar, escolar y social, con un número total de 123 ítems, aplicación a adolescentes de 12 años en adelante.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Adaptación Social</li> <li>- Adaptación Personal</li> <li>- Adaptación Familiar</li> <li>- Adaptación Escolar</li> </ul>	<p>Alto Promedio Bajo</p>

	comportamiento aceptada por un grupo familiar, amigos, profesores, etc. Así también, la adaptación de conducta evalúa el ajuste de una persona en las áreas personal, familiar, educativa y social.			
--	---	--	--	--

### 2.3. Metodología

Se utilizó el método Experimental son los que ofrecen una inferencia de causalidad más plausible, ya que cumple las siguientes condiciones: la variable independiente precede a la variable dependiente y existe causa – efecto.(Hernández, Fernández & Baptista, 2010).

### 2.4. Tipos de Estudio

#### Explicativa

Están dirigidos a responder a las causas de los eventos físicos o sociales. Como su nombre lo indica, su interés se centra en explicar por qué ocurre un fenómeno y en qué condiciones se da éste, o por qué dos o más variables están relacionadas. (Hernández Sampieri, Capítulo 4 - 2010).

### 2.5. Diseño

#### PREEXPERIMENTAL

Se diagrama así:

$$G \quad O_1 \quad X \quad O_2$$

Se llaman así porque su grado de control es mínimo y solo trabaja con un solo grupo. A un grupo se le aplica una prueba previa al estímulo o tratamiento experimental, después se le administra el tratamiento y finalmente se le aplica una prueba posterior al tratamiento. Hernández, Fernández & Baptista (capítulo 7, 2006).

Se mencionará a continuación el diseño preexperimental:

#### Diseño de Pre Test – Post Test con un solo grupo

Se caracteriza por la ausencia de un grupo control, pero al menos incluye una observación Pre Test . Puede ser implementado utilizando las mismas unidades que reciben el Pre Test y el Post Test. (Manuel Ato García & Guillermo Vallejo Seco (2012).

## 2.6. Población

La población de la investigación estará conformada por 10 adolescentes víctimas de maltrato, presentan conductas inadaptativas en las áreas: personal, familiar, social y escolar; sus edades fluctúan entre 12 a 18 años y no acuden algún tipo de tratamiento. Quienes será un grupo único de trabajo, y el cual se trabajara el programa cognitivo conductual propuesto; para así tener un manejo de la población en la duración de las 15 sesiones a trabajar.

## 2.7. Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos

Se utilizará la técnica psicométrica, ya que se trabajará con un conjunto de procedimientos que conducen a la valoración cuantitativa de un fenómeno psicológico. Se aplicara el instrumento:

### INVENTARIO DE ADAPTACIÓN DE CONDUCTA

#### Ficha técnica

- ▶ **Nombre:** IAC – Inventario de Adaptación de Conducta
- **Autores:** Sección de Estudios (María Victoria de la Cruz y Agustín Cordero)
- **Procedencia:** TEA Ediciones S.A. Madrid –España
- **Administración:** Individual o Colectiva
- **Duración:** 30 minutos aproximadamente.
- **Niveles de Aplicación:** A partir de los 12 años.
- **Significación:** Evaluación del grado de Adaptación en los siguientes aspectos: Personal, Familiar, Escolar y Social.
- **Tipificación:** Baremos de Escolares, Varones y Mujeres  
(España)
- **Tipificación:** Baremos de Lima Metropolitana (Perú) Muñoz-Saberbein

- **Fiabilidad:** Se ha utilizado para calcularla fiabilidad del inventario el sistema de dos mitades (split-half) que consiste en correlacionar los resultados obtenidos en los elementos pares con los obtenidos en los impares.

La muestra empleada en el estudio, estaba formada por 125 sujetos escolares, varones con edades comprendidas entre los 13 y 15 años. Los coeficientes obtenidos, corregidos con la fórmula de Spearman - Brown son los siguientes:

Adaptación Personal:	0,81
Adaptación Familiar:	0,85
Adaptación Escolar:	0,85
Adaptación Social:	0,82

- **Validez:** Los datos del IAC se han correlacionado con los del Cuestionario de Adaptación para Adolescentes de Bel.

Se solicitó permiso al Director del "Hogar de Cristo" a través de una carta de presentación/permiso emitida por la Escuela de Psicología de la Universidad César Vallejo, dando a conocer los fines de la evaluación. Una vez obtenido el permiso, se procedió a aplicar la prueba psicométrica, dictando claramente las instrucciones, y además de informar claramente los objetivos de la investigación. La aplicación será de manera grupal.

## **2.8. Métodos de análisis de datos**

Se utilizará para la investigación la estadística descriptiva, como la media y desviación estándar; por otro lado se aplicará la estadística inferencial como la T de Student para muestras independientes. Todo el análisis de los datos se realizará mediante el Software SPSS versión 20 español, y como medio auxiliar el programa de Excel 2012.

## **2.9. Aspectos Éticos**

Se tomará en cuenta criterios éticos en la ejecución de la investigación, como brindar a los participantes el título de la investigación, las instrucciones de los instrumentos, los resultados siendo estos confidenciales, y los objetivos planteados. Se respetará la decisión de los participantes el aceptar ser evaluado o no.

Se respetará el derecho de confidencialidad, manteniendo la reserva de los nombres y apellidos en caso de los evaluados (APA, 2010).

### III. RESULTADOS

En la siguiente tabla nos muestra que existen diferencias muy significativas antes y después de la aplicación del programa cognitivo conductual en Adaptación de la Conducta y cada uno de sus indicadores, en los adolescentes que conformaron el grupo experimental.

**TABLA Nº 01: DIFERENCIAS EN EL PRE Y POST TEST DEL GRUPO EXPERIMENTAL EN ADAPTACIÓN DE LA CONDUCTA Y SUS INDICADORES.**

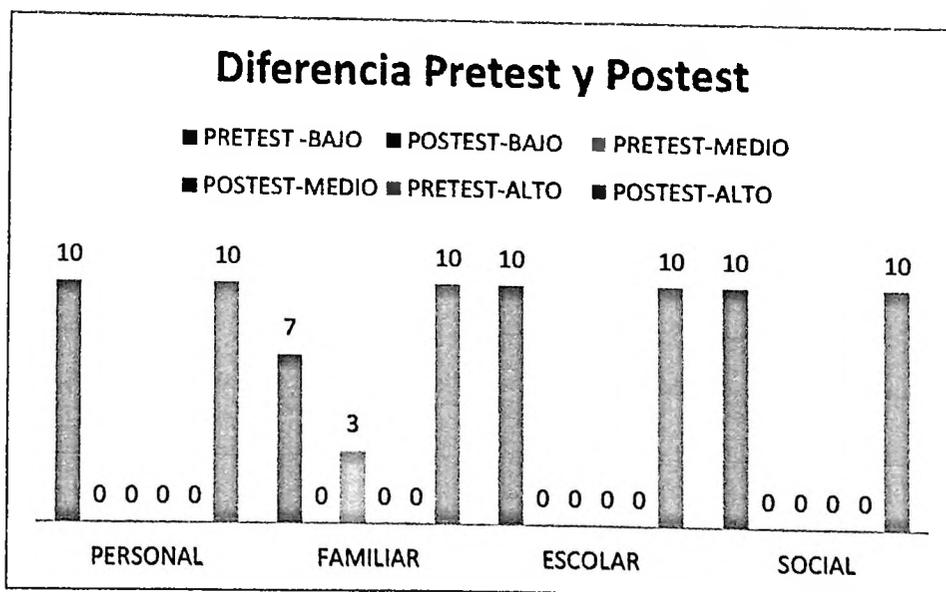
<b>GRUPO EXPERIMENTAL PRE Y POST TEST</b>	<b>T</b>	<b>GL</b>	<b>SIG.</b>
<b>ADAPTACION DE LA CONDUCTA</b>	14.93	19	.000
<b>AREA PERSONAL</b>	12.864	19	.000
<b>AREA FAMILIAR</b>	19.007	19	.000
<b>AREA ESCOLAR</b>	12.664	19	.000
<b>AREA SOCIAL</b>	13.289	19	.000

P>0.01

TABLA N°02: DIFERENCIAS ENTRE EL PRETEST Y POSTEST SEGÚN INDICADORES

AREAS	PRETEST - BAJO	POSTEST- BAJO	PRETEST- MEDIO	POSTEST- MEDIO	PRETEST- ALTO	POSTEST- ALTO
PERSONAL	10	0	0	0	0	10
FAMILIAR	7	0	3	0	0	10
ESCOLAR	10	0	0	0	0	10
SOCIAL	10	0	0	0	0	10

GRAFICO N° 01:



#### IV. DISCUSION

La realidad del adolescente se percibe envuelto en un medio social donde se aprecia maltrato físico y/o psicológico, pandillaje, consumo de alcohol, drogas; como fuente de diversión y olvido de sus problemas la depresión, baja autoestima, influencia negativa de los medios de comunicación, las inadecuadas forma de relacionarse (adaptación social), no se aceptan físicamente (adaptación personal), la falta de límites de parte de los padres de familia (adaptación familiar ) y dificultades con las reglas establecidas por sus profesores o escuela (adaptación escolar); son algunas complicaciones dentro de la sociedad. Cruz V. y Cordero A. (1990).

Toda esta problemática motivo a realizar una investigación de tipo pre experimental que tuvo como objetivo determinar los Efectos de un Programa Cognitivo Conductual en Adaptación de la Conducta en adolescentes víctimas de maltrato; donde al aplicar el pre test se obtuvo como resultado que se muestran en la tabla 02, que diez adolescentes presentaban un bajo nivel en las áreas personal, escolar y social, siete en el área familiar y los tres restantes un nivel medio; optando por aplicar el programa antes mencionado.

Los resultados de la presente investigación indican que existen diferencias altamente significativas antes y después de la aplicación del programa cognitivo conductual. Se puede apreciar que en la tabla 1 de adaptación de la conducta, existen diferencias altamente significativas antes y después de la aplicación del Programa Cognitivo – Conductual en las áreas Personal, Familiar, Escolar y Social. Esto significa que evidentemente con relación al grupo único, se podría afirmar que el programa Cognitivo Conductual propicio efectos positivos en la actitud de los adolescentes, los cuales aumentaron su nivel de Adaptación de la Conducta después de la aplicación del programa.

Existen autores que han sido consignados en el marco teórico de la presente investigación que explican que los programas que han hecho uso de las técnicas cognitivas – conductuales busca modificar o alterar patrones de pensamiento que se cree que contribuyen a los problemas del paciente. Estas técnicas tienen una gran cantidad de sustento empírico o(Smith & Cols, 1980; Hollon & Beck, 1994), citado por Beck, 2000; y se ven entre las más efectivas de todas las intervenciones psicológicas. Es una forma de

entender cómo piensa uno acerca de si mismo,, de otras personas y del mundo que lo rodea, y cómo lo que uno hace afecta en sus conductas.

En cuanto a adaptación de conducta se refiere, encontramos que la gran mayoría de los adolescentes cuentan con una adecuada adaptación de conducta, que les permite, en su mayoría, enfrentar las dificultades de su entorno, es decir, en la gran mayoría su adaptación se encuentra en un nivel Alto. Bergeron C. (1995) refiere que adaptación es la capacidad de flexibilidad comportamental de ajustarse personalmente en función de diversas situaciones, acoplándonos al concepto de Bergeron, quiere decir que la mayoría de los jóvenes cuentan con la habilidad para aceptar situaciones diferentes y ajustarse a las nuevas exigencias de su entorno. En el caso de esta población de adolescentes que han sido víctimas de maltrato creemos que frente a la vulnerabilidad física, psicológica y social en la que se encontraban han logrado adaptarse adecuadamente a su hogar temporal ya que de alguna u otra forma cubre las carencias en las que se encontraban inmersos, es aquí en el Hogar donde encuentran una familia, amigos, un espacio para ellos, alguien que se preocupa por ellos y defienden sus derechos. Como ya mencionado De la Cruz V. y Cordero (1990) la adaptación de un sujeto se refiere a la aceptación de su aspecto físico, consecución de su independencia emocional respecto a los padres, relación con sus compañeros y, en general, con los sujetos del entorno social en que vive, es decir pauta de compartimiento aceptada por un grupo de referencia: familia, amigos y profesores. De esta manera constituye más que una realidad una necesidad que el adolescente que ha experimentado maltrato logre una adecuada adaptación a su nuevo entorno social por lo que respecta a su estancia en dicho lugar, la conducta adaptable de los adolescentes de acuerdo con la Teoría Cognitivo – Conductual de la Adaptación (García 1998), citado por Antón Chunga (2005) refiere que la adaptación es un proceso que implica dos aspectos; primero el ajuste del sujeto a su propia conducta a sus deseos, preferencias y necesidades. En segundo lugar; el ajuste de dicha conducta a los deseos, gusto, preferencias y necesidades de los seres humanos con quien interactúa ocasional o habitualmente.

En los adolescentes la mayoría presenta habilidades empáticas y de responsabilidad social y estos poseen a su vez niveles de adaptación conductual altos, lo que quiere decir que los jóvenes con habilidades para relacionarse dentro de los alberges (casa hogar) con sus demás compañeros, experimentan mejores maneras de adaptación. Según García

Pérez(1998), quien firma: "la adaptación humana consiste en un doble proceso: ajuste de la conducta del individuo a sus propios deseos, gustos, preferencias y necesidades y ajuste de tal conducta a la circunstancia del entorno en que vive, es decir, a las normas, deseos, gustos, preferencias y necesidades de las personas con quienes interactúa ocasional o habitualmente"; por lo tanto los adolescentes se adaptan en la medida en que conozcan tanto sus necesidades como las de los demás, empatía.

En este momento, la maduración afectiva del adolescente se expresa en ciertas actitudes que manifiestan un fuerte sentimiento de autoafirmación de la personalidad y, a pesar de que pueden presentar comportamientos de obstinación, terquedad, afán de contradicción, entre otros, también pueden tener la posibilidad de considerar que cuentan con características personales que les favorecen para su inserción en el mundo adulto. Los cambios físicos ya han ocurrido en su mayoría, por lo que ahora no se preocupan tanto por su autoimagen sino que se enfocan más a reafirmar su autoconcepto; así, pueden comenzar a sentirse satisfechos con su forma de ser y de actuar, a diferencia de los chicos de 12 años, quienes, al estar en la primera etapa o inicio de la adolescencia, están comenzando a vivir los cambios físicos que pueden impactarlos fuertemente en la esfera emocional, comenzando por su autoimagen y por la necesidad de irse reconociendo ya no como niños, sino como adolescentes próximos a asumir roles que tal vez impliquen la pérdida de ciertas prioridades que como niños podían tener, lo cual puede generarles angustia o insatisfacción, que se manifiesta en la presencia de conductas de desajuste internalizantes y externalizantes.

Se logró un nivel Alto en Adaptación Personal; según Goog, T. & Brophy, J. (1997) citado por Moris Charles (2000) en su libro psicología de desarrollo; afirma: Que los adolescentes muchas veces se cuestionan auto examinándose, quienes resuelvan estos dilemas con facilidad razonable tienden a adaptarse con suavidad a los cambios de papel y a entrar en los papeles ocupacionales sin muchas dificultades. En otras palabras los adolescentes que logran dar respuesta a sus dificultades, manifestarán conocimiento de su propio desarrollo físico y mental lo que los llevara a niveles adecuados de adaptación a su medio ambiente, ya sea en la escuela o en la familia, ya que este funciona como ente principal para la búsqueda del yo del adolescente, en esa incertidumbre y visión poco clara de las cosas, los más inducidos son los padres.

Los adolescentes se encuentran con un nivel alto en adaptación familiar, es decir, que aun no teniendo padres biológicos, ellos reciben afecto, comprensión y comunicación del director del Hogar y de su esposa; estando de acuerdo con las normas establecidas, respetando los roles de cada miembro de la institución.

Así mismo los adolescentes en adaptación escolar se encuentran en un nivel alto, es decir, están satisfechos con la institución donde estudian, de acuerdo con las reglas establecidas por los profesores y personal de la institución y sentirse a gusto con sus compañeros del aula. Todo lo antes menciona ocasiona en el adolescente la confianza, poseen pensamientos positivos con respecto a su vida y lo que les espera; esto los inclina a tener conductas adaptativas satisfactorias; según Anyarin (1998) la aptitud emocional, basada en la confianza que muchas veces se pierde víctima de nuestra propia falta de voluntad y la capacidad de aceptar los sentimientos. La confianza es una fuerza de las emociones que puede movilizar, es algo que debemos basarnos nuestros sentimientos y acciones. Cuando tenemos confianza por nosotros mismos, la depositamos en los demás y, a cambio podremos lograr el éxito, sobre esto, los adolescentes logran adaptación a su medio circundante con facilidad todo por la fuerza de voluntad que ellos le pongan así como los pensamientos de progresar que tienen que mantener.

Como concluyen Martínez y cols. (2007), cuando el profesor se esfuerza por establecer contactos positivos, les presta atención individualizada, los trata con respeto y les ofrece apoyo, disminuyen los comportamientos agresivos en el aula y los adolescentes expresan mejores sentimientos de bienestar y ajuste psicosocial.

Si el adolescente conserva una predisposición positiva hacia su situación actual entonces se adaptaran de manera adecuada socialmente. Según Hurlock (1994) indica: cuanto mayor es la socialización del sujeto más efectivo será en la esfera social. Esto también explica la adaptación de los jóvenes en su ámbito educativo ya es allí donde más socializan y donde desarrollan de manera adecuada sus prospectos a futuro.

Por lo tanto si el adolescente está bien adaptado en las áreas familiar, escolar y social ello influirá positivamente en su adaptación personal y estabilidad emocional, se relacionará de mejor manera con los demás, tendrá un autoconcepto y una autoestima adecuados, mostrará niveles de asertividad, independencia y percepción de bienestar psicológico

apropiados, lo que puede fomentar la prevención de problemas psicológicos o emocionales tales como sentimientos de culpa, tristeza, ansiedad, agresividad y riesgos de depresión.

Finalmente según Asher (1990) citado por Carlos Espinoza Marín sobre la faceta de la adaptación social, si los adolescentes piensan que son socialmente competentes y aceptados es muy importante para su adaptación personal, es decir mientras más se sientan aceptados mejores serán sus relaciones y estas relaciones incentivarán en el conocimiento de ellos mismos, para descubrir fortalezas, debilidades y también les dará motivación para seguir y forjarse un nuevo futuro.

Cabe mencionar que en el contexto peruano no se han encontrado investigaciones referentes a la variable adaptación de la conducta, por lo cual este trabajo podría calificarse como pionera en el ámbito regional, que por sus resultados puede ser considerado como una herramienta efectiva para sus posteriores.

## V. CONCLUSIONES

Ante los resultados de la investigación se llegó a las siguientes conclusiones:

- Se determinó una diferencia significativa antes y después de la aplicación del programa cognitivo conductual en adaptación de la conducta, es decir, que el programa propicio efectos positivos para reducir conductas inadaptativas en los adolescentes víctimas de maltrato de un albergue (casa hogar).
- Se determinó una diferencia significativa antes y después de la aplicación del programa cognitivo conductual en adaptación de la conducta, área personal, es decir, que el programa propicio efectos positivos para reducir conductas inadaptativas en el área personal, en adolescentes víctimas de maltrato de un albergue (casa hogar).
- Se determinó una diferencia significativa antes y después de la aplicación del programa cognitivo conductual en adaptación de la conducta, área familiar, es decir, que el programa propicio efectos positivos para reducir conductas inadaptativas en el área familiar, en adolescentes víctimas de maltrato de un albergue (casa hogar).
- Se determinó una diferencia significativa antes y después de la aplicación del programa cognitivo conductual en adaptación de la conducta, área escolar, es decir, que el programa propicio efectos positivos para reducir conductas inadaptativas en el área escolar, en adolescentes víctimas de maltrato de un albergue (casa hogar).
- Se determinó una diferencia significativa antes y después de la aplicación del programa cognitivo conductual en adaptación de la conducta, área social, es decir, que el programa propicio efectos positivos para reducir conductas inadaptativas en el área social, en adolescentes víctimas de maltrato de un albergue (casa hogar).

## VI. RECOMENDACIONES

- Fortalecer los vínculos de integración y afectividad de cada adolescente con su familia y/o apoderado con la finalidad de lograr la reinserción o inserción familiar según el caso, fomentar la convivencia familiar, garantizando que el proceso de reinserción familiar comprenda acciones de seguimiento.
- Se sugiere seguir realizando estudios acerca de las variables investigadas en poblaciones similares.
- Motivar positivamente a los docentes que muestren iniciativas novedosas para mejorar la calidad del Proceso Enseñanza y Aprendizaje como también una adecuada adaptación de la conducta en cuanto a las características propias de los adolescentes.
- Desarrollar talleres de intervención grupales vivenciales sobre autoestima y aceptación personal para los adolescentes.
- Realizar talleres con padres de familia para brindar técnicas de resolución de conflictos familiares orientados a mejorar el clima familiar donde se tenga como integrantes a adolescentes.
- Los adolescentes deben participar de forma activa de las actividades desarrolladas en los talleres para que pueda adquirir conocimientos, estrategias y estos los aplique en su vida diaria.
- Asistir periódicamente a sesiones individuales de orientación y consejería donde se pueda trabajar temas de dificultades personales que puedan limitar su adaptación de la conducta.

## VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

### BIBLIOGRÁFICAS:

Ato García, Manuel, Vallejo Seco, Guillermo (2012), *Diseños Experimentales en Psicología*. Madrid.

Artieda Escobedo, S. & Saldarriaga Seminario, G. (2010) Inteligencia Emocional y Adaptación de Conducta en adolescentes que han sido víctimas de violencia de los centros de atención residencial de la provincia de Piura.

Berk, Laura E. (1999) Desarrollo del niño y del adolescente. Prentice Hall Iberia, Madrid.

Carrillo León, Karen. Adaptación de conducta en estudiantes de quinto año de Secundaria de las instituciones Educativas Estatales diferenciadas y educacionales del distrito de Sullana.

Chira Tello, Harold y Farías Alzamora, Blanca. Efecto de un programa de habilidades sociales sobre los estilos cognitivos de interacción social (pasivo, asertivo o agresivo) en docentes del nivel primario de una institución educativa pública.

Díaz Pingo, Flor. Efectos de un programa de Habilidades sociales sobre la cólera irritabilidad y agresividad en un grupo de alumnas del nivel secundario de la institución educativa las Capullanas de Sullana.

García Pérez, Manuel (1998), Avancemos. "Entrenamiento en Habilidades Sociales para adolescentes". Editorial Consultores en cc.hh. España.

Gimeno Sacristán, J. (1977). Autoconcepto, sociabilidad y rendimiento Escolar. Madrid: MEC.

Goleman, Daniel; (2000) "Psicología de la Adolescencia".

Hernández Sampieri, Roberto (2006), Metodología de la Investigación 4ta Edición.

Hernández Sampieri, Roberto (2012), Metodología de la Investigación 6ta Edición.

Memori, M. (2002) Promoviendo la Adaptación Saludable de nuestros Adolescentes. Lima – Perú.

Sarason, I. G, Sarason, B. R. (1996) Psicología anormal. El Problema de la conducta inadaptada. México: Prentice Hall Hispanoamericana.

### TESIS:

Conde Miranda, M. (2012) *estilos de comunicación en la pareja y tendencia a la infidelidad en jóvenes estudiantes de 18 a 25 años*, Universidad Cesar Vallejo, Piura.

Olaechea Tamayo, A. (2013) *sexismo ambivalente, duelo e infidelidad en parejas de internos del establecimiento penitenciario*, Universidad Cesar Vallejo, Piura

Talledo Troncos, G. citado por Huanca (2013) Efecto de un programa cognitivo conductual en adolescentes victimas de maltrato de un albergue.

**LINCOGRAFIA:**

<http://eduso.files.wordpress.com/2008/06/tema7.pdf>

[http://www.unicef.org/peru/spanish/children\\_3789.htm](http://www.unicef.org/peru/spanish/children_3789.htm)

<http://www.unicef.org/peru/spanish/PNAIA-2012-2021.pdf>

[http://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones\\_digitales/Est/Lib1095/libro.pdf](http://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1095/libro.pdf)

# **ANEXOS**

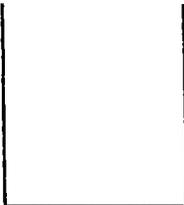
**ANEXOS**  
**HOJADE RESPUESTAS**

Nombre: .....  
..... Sexo: ..... Ciudad: .....

Edad:

1.	SI	?	NO	42.	SI	?	NO	83.	SI	?	NO
2.	SI	?	NO	43.	SI	?	NO	84.	SI	?	NO
3.	SI	?	NO	44.	SI	?	NO	85.	SI	?	NO
4.	SI	?	NO	45.	SI	?	NO	86.	SI	?	NO
5.	SI	?	NO	46.	SI	?	NO	87.	SI	?	NO
6.	SI	?	NO	47.	SI	?	NO	88.	SI	?	NO
7.	SI	?	NO	48.	SI	?	NO	89.	SI	?	NO
8.	SI	?	NO	49.	SI	?	NO	90.	SI	?	NO
9.	SI	?	NO	50.	SI	?	NO	91.	SI	?	NO
10	SI	?	NO	51.	SI	?	NO	92.	SI	?	NO
11	SI	?	NO	52.	SI	?	NO	93.	SI	?	NO
12	SI	?	NO	53.	SI	?	NO	94.	SI	?	NO
13	SI	?	NO	54.	SI	?	NO	95.	SI	?	NO
14	SI	?	NO	55.	SI	?	NO	96.	SI	?	NO
15	SI	?	NO	56.	SI	?	NO	97.	SI	?	NO
16	SI	?	NO	57.	SI	?	NO	98.	SI	?	NO
17	SI	?	NO	58.	SI	?	NO	99.	SI	?	NO
18	SI	?	NO	59.	SI	?	NO	100.	SI	?	NO
19	SI	?	NO	60.	SI	?	NO	101.	SI	?	NO
20	SI	?	NO	61.	SI	?	NO	102.	SI	?	NO
21	SI	?	NO	62.	SI	?	NO	103.	SI	?	NO
22	SI	?	NO	63.	SI	?	NO	104.	SI	?	NO
23	SI	?	NO	64.	SI	?	NO	105.	SI	?	NO
24	SI	?	NO	65.	SI	?	NO	106.	SI	?	NO
25	SI	?	NO	66.	SI	?	NO	107.	SI	?	NO
26	SI	?	NO	67.	SI	?	NO	108.	SI	?	NO
27	SI	?	NO	68.	SI	?	NO	109.	SI	?	NO
28	SI	?	NO	69.	SI	?	NO	110.	SI	?	NO
29	SI	?	NO	70.	SI	?	NO	111.	SI	?	NO
30	SI	?	NO	71.	SI	?	NO	112.	SI	?	NO
31	SI	?	NO	72.	SI	?	NO	113.	SI	?	NO
32	SI	?	NO	73.	SI	?	NO	114.	SI	?	NO
33	SI	?	NO	74.	SI	?	NO	115.	SI	?	NO
34	SI	?	NO	75.	SI	?	NO	116.	SI	?	NO

35	SI	?	NO	76.	SI	?	NO	117.	SI	?	NO
36	SI	?	NO	77.	SI	?	NO	118.	SI	?	NO
37	SI	?	NO	78.	SI	?	NO	119.	SI	?	NO
38	SI	?	NO	79.	SI	?	NO	120.	SI	?	NO
39	SI	?	NO	80.	SI	?	NO	121.	SI	?	NO
40	SI	?	NO	81.	SI	?	NO	122.	SI	?	NO
41	SI	?	NO	82.	SI	?	NO	123	SI	?	NO



## IAC

### Inventario de Adaptación de Conducta

#### CUADERNILLO

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

En cada frase podrás contestar “sí” o “no”, de acuerdo con tu opinión o tu manera de actuar. Si no sabes, tienes dudas o estás en un término medio, podrás elegir el interrogante (?), pero lo mejor es que decidas entre el “sí” o el “no”.

#### NO ESCRIBAS NADA EN ESTE CUADERNILLO

Las contestaciones se anotan en la hoja que te han entregado aparte, y lo harás así:

Lee cada una de las frases, fijate en el número que lleva delante, busca ese mismo

Número en la hoja de respuestas y marca la casilla “sí” o “no”?, según la respuesta que elijas.

Ejemplo:

¿Te ocurre lo que dice esta frase?

A. — Me pone triste estar solo    A    

SI	?	NO
----	---	----

El que ha contestado a esta frase, ha señalado la casilla “no” porque normalmente no se entristece cuando está solo, aunque en alguna ocasión le haya ocurrido.

Trabaja tan deprisa como puedas, sin detenerte demasiado en cada frase y contesta a todas ellas. Si te equivocas de fila o de casilla borra la marca equivocada y señala la nueva contestación.

**¿Te ocurre lo que dicen estas frases?**

1. Suelo tener mala suerte en todo.
2. Me equivoco muchas veces en lo que hago.
3. Encuentro pocas ocasiones para demostrar lo que valgo.
4. Si fracaso en algo una vez, es difícil que vuelva a intentarlo.
5. Hablando sinceramente, el porvenir me da miedo.
6. Envidio a los que son más inteligentes que yo.
7. Estoy satisfecho con mi estatura.
8. Si eres chico: preferiría ser una chica.
9. Si eres chica: preferiría ser un chico.
10. Mis padres me tratan como si fuera un niño pequeño.
11. Me distancio de los demás.
12. En casa me exigen mucho más que a los demás.
13. Me siento satisfecho con mis padres aunque no sean muy importantes.
14. Me avergüenza decir la profesión de mi padre.
15. Me gusta oír cómo habla mi padre con los demás.
16. Mis padres dan importancia a las cosas que hago.
17. Me siento satisfecho de pertenecer a mi familia.
18. Cuando mis padres me riñen, casi siempre tienen razón.
19. La mayor parte de las veces, mis padres me riñen por algo que les sucede a ellos, no por lo que haya hecho yo.
20. Mis padres me riñen sin motivo.
21. Sufro por no poder conseguir llevar a casa mejores notas.

**¿Estás de acuerdo con lo que dicen estas frases?**

22. En el colegio enseñan muchas cosas sin valor.
23. En las clases se dedica mucho tiempo a algunas asignaturas sin interés como matemáticas o ciencias, descuidando otros temas que interesan más.

24. Los programas y horarios de clase los deberían organizarlos alumnos en vez de los profesores.
25. Todas las asignaturas que se estudian son importantes.
26. Hay demasiadas asignaturas en cada curso.
27. En el colegio se realizan muchas tareas que no sirven para nada.
28. La disciplina del colegio es demasiado dura.
29. Lo que enseñan en el colegio, es tan teórico, que no sirve para nada.
30. Los profesores castigan sin razón y sin permitir que se les explique lo que ha sucedido.
31. En el colegio atienden a unos mucho mejor que otros.
32. Los profesores juzgan mal a los alumnos por no conocerlos más fuera del ambiente escolar.

**Te ocurre lo que dicen estas frases?**

33. En las discusiones, casi siempre tengo yo la razón.
34. Estoy seguro, que encontraré un trabajo que me guste.
35. En vez de matemáticas, se deberían estudiar materias tales como música moderna, conservación de la naturaleza, normas de circulación, etc.
36. Mis padres se comportan de forma poco educada.
37. Me gusta ayudara los demás en sus problemas, aunque me cause molestias hacerlo.
38. Tengo más éxitos que mis compañeros en las relaciones con las personas de sexo opuesto.
39. Entablo conversación con cualquier persona fácilmente.
40. Me gusta que me consideren una persona con la que hay que contar siempre.
41. Siento que formo parte de la sociedad.

**¿Te ocurre lo que dicen estas frases?**

42. Tengo amigos en todas partes
43. A menudo me siento realmente un fracasado.

44. Si volviera a vivir, haría muchas cosas de manera distinta a como las he hecho.
45. Con frecuencia, me siento incapaz de seguir estudiando o trabajando sin saber por qué.
46. Muchas veces me digo a mí mismo “! Qué tonto he sido!”, después de haber hecho un favor o prometido algo.
47. Muchas veces pienso que el profesor no me considera una persona, sin o un número.
48. Mis compañeros de clase me hacen caso siempre.
49. Tengo problemas en casa porque mis padres son demasiado exigentes con los horarios.
50. Alguna vez he pensado en irme de casa.
51. Cuando tengo que hablar ante los demás, paso malrato, aunque sepa bien lo que tengo que decir.
52. Mis padres solucionan correctamente los asuntos familiares.
53. En general estoy de acuerdo con la forma de actuar de mis padres.
54. Mis padres son demasiado severos conmigo.
55. Mis padres son muy exigentes.
56. Mi familia limita demasiado mis actividades.
57. Mis padres riñen mucho entre ellos.
58. El ambiente de mi casa es desagradable o triste.
59. Mis padres tratan a mis hermanos mejor que a mí.
60. Mis padres exigen de mis mejores notas de las que puedo conseguir.
61. Mis padres me dan poca libertad.
- ¿Estás de acuerdo con estas frases?**
62. Los profesores conocen a fondo lo que explican.
63. Me gusta el colegio donde estudio.
64. Las clases de mi colegio son demasiado pequeñas para tantos chicos.
65. Mi colegio me parece un lugar agradable.

66. Los libros que estudio son claros e interesantes.
67. El colegio me hace perder la confianza en mí mismo.
68. La experiencia enseña más que el colegio.
69. En el colegio se pierde demasiado tiempo.
70. En el colegios e debería enseñar a pensar a los alumnos, en lugar de explicar y poner problemas.
71. Presto de buena gana cosas a mis compañeros (libros, discos, dinero, etc.)
72. Me parece que mis compañeros abusan de que soy demasiado bueno.

**¿Te gusta lo expresado en estas frases?**

73. Estar donde haya mucha gente reunida.
74. Participar en las actividades de grupos organizados.
75. Hacer excursiones en solitario.
76. Participar en discusiones.
77. Asistir a fiestas con mucha gente.
78. Ser el que lleva "la voz cantante" en las reuniones.
79. Organizar juegos en grupo.
80. Recibir muchas invitaciones.
81. Ser el que habla en nombre del grupo.
82. Que tus compañeros se conviertan fuera del colegio en amigos tuyos.

**¿Te sucede lo expresado en estas frases?**

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

89. Estás de acuerdo con que hay que cumplir las normas de convivencia.

90. Eres poco ingenioso y brillante en la conversación.

91. Tienes poca "voluntad" para cumplir lo que propones.

92. Te molesta que los demás se fijen en ti.

**¿Te ocurre lo que dicen estas frases?**

93. Tus padres se interesan por tus cosas.

94. Tus padres te dejan decidir libremente.

95. Admiras las cualidades de las demás personas de tu familia.

96. Estás seguro que tus padres te tienen un gran cariño.

97. Tus padres te ayudan a realizarte.

98. Tus padres te permiten elegir libremente a tus amigos.

99. Estas convencido que tu familia aprueba lo que haces.

100. Te sientes unido a tu familia.

101. Crees que a pesar de todo lo que se te diga, los padres comprenden bien a sus hijos.

102. Tu padre te parece un ejemplo a imitar.

103. El comportamiento de los profesores contigo es justo.

104. Has observado que en clase tratan mejor a los alumnos más simpáticos o más importantes.

105. Piensas que tus profesores tratan de influir demasiado en tí, restándote libertad de decisión.

106. Tus profesores se preocupan mucho de ti.

107. Estás convencido que, en general, los profesores actúan de la forma más conveniente para los alumnos.

109. Te gustaría cambiar de colegio.

110. Tienen razón los que dicen que "esta vida es un asco".

111. Te gusta que la gente te pregunte por tus cosas.

112. Confías en tus compañeros.
113. Te gusta que los demás demuestren que creen en tu opinión.
114. Formas parte de una pandilla.
115. Eres uno de los chicos (o chicas) más populares del colegio.
116. Te gusta organizar los planes y actividades de tu pandilla.
117. Te gusta participar en excursiones con mucha gente.
118. Organizas reuniones con cualquier pretexto.
119. En las fiestas te unes al grupo más animado.
120. Cuando vas de viaje en tablas conversas fácilmente con las personas que van a tu lado.
121. Te gusta estar solo mucho tiempo.
122. Prefieres quedarte en tu cuarto leyendo u oyendo música o reunirte con tu familia a ver la televisión o comprar cosas.
123. Te molesta no tener libertad y medios para vivir de otra forma.



***"Me Adelanto y Soy Mejor"***

## PROGRAMA EXPERIMENTAL

### “Me Adapto y soy Mejor”

#### I. DATOS GENERALES

- Institución : Albergue “Hogar de Cristo”
- Nivel de enseñanza : 12 a 18 años
- N° de participantes : 10
- N° de Sesiones : 15 sesiones
- Tiempo por sesión : 60 min
- Modalidad de trabajo : Grupal
- Lugar de Aplicación : Albergue “Hogar de Cristo”
- Duración : Agosto a Diciembre
- Responsable : Giulliana del Carmen Talledo Troncos
- Ps. Asesor : Mg. Angélica Atoche

#### II. INTRODUCCIÓN

La realidad del adolescente se percibe envuelto en un medio social donde se aprecia el pandillaje, el consumo de alcohol y drogas como fuente de diversión y olvido de sus problemas la depresión, baja autoestima, influencia negativa de los medios de comunicación, las inadecuadas forma de relacionarse (adaptación social), los problemas personales (adaptación personal), la falta de límites de parte de los padres de familia (adaptación familiar ) y dificultades con las reglas establecidas por sus profesores o escuela (adaptación escolar); son algunas complicaciones dentro de la sociedad.

De los problemas anteriormente mencionados, se ha considerado la adaptación personal, familiar, escolar y social; ya que sus influencias negativas en la formación de la personalidad de los adolescentes, que se refleja no solo en el hogar sino también en el colegio y en relación con sus congéneres.

La adaptación, como criterio operativo y funcional de la personalidad, permite que la persona logre niveles de satisfacción adecuados con su familia, la escuela y la sociedad. En función de su capacidad de adaptación, el sujeto puede estar seguro de sí mismo y sentirse ajustado a sus diferentes entornos en los que convive (Hernández y Jiménez ,1983).

Por lo tanto la adaptación en psicología es uno de los conceptos que permite tener un referente de la estabilidad emocional y de la personalidad de los individuos, y hace referencia a la exigencia que tiene el individuo de lograr un ajuste entre sus propias características personales incluidas sus necesidades y las demandas del medio donde interactúa. Una persona bien adaptada tiene sentimientos positivos de sí misma; se considera competente y exitosa; muestra autonomía e independencia; es activa, laboriosa y enérgica en la consecución de sus intereses; se relaciona armónicamente con los demás, y se siente satisfecha de su vida, disfruta de ella y no la abruma los problemas (Davidoff, 1979).

García y Magaz (1998) afirman que "la adaptación humana consiste en un doble proceso: ajuste de la conducta del individuo a sus propios deseos, gustos, preferencias y necesidades y ajuste de tal conducta a las circunstancias del entorno en que vive, es decir a las normas, deseos, gustos, preferencias y necesidades de las personas con las que interactúa ocasional o habitualmente"; para dichos autores, la adaptación es "una clase de conducta que puede o no constituir un hábito y un estado emocional relacionado con parte de su entorno".

Por su parte, Achenbach y Rescorla (2000) señalan que para que no haya problemas de adaptación de la conducta, tiene que existir un adecuado ajuste de conductas internalizantes (problemas de conducta interna), tales como ansiedad, depresión, sentimientos de soledad, temor, inferioridad, culpa, tristeza, desconfianza, angustia y neuroticismo, como de conductas externalizantes (conductas que afectan a otros), como robar, huir de casa, meterse en problemas, hacer trampas, mentir, rechazar la autoridad y las normas sociales, agredir, mostrar conducta antisocial, discutir con vehemencia, exigir mucha atención, amenazar, fastidiar, ser irritable, envidioso, desobediente y tirano (cf. también Cabrera, Guevara y Barre- ra, 2006).

Por ello este programa va dirigido a adolescentes de un Albergue en la ciudad de Piura, con el principal objetivo de mejorar las Conductas inadaptativas y así mejorar la interacción interpersonal en todos los aspectos sociales de la vida cotidiana de un adolescente y la adaptación en todos los aspectos que tiene el ser humano, esperando obtener datos significativos las cuales permitan contribuir con el bienestar social de nuestra ciudad de Piura, así mismo para futuras investigaciones.

### III. OBJETIVOS:

#### 3.1 Objetivo General:

- ▶ Desarrollar los niveles de adaptación de Conductas en adolescentes víctimas de maltrato infantil en un Albergue en la ciudad de Piura 2014.

#### 3.2 Objetivos Específicos:

- ▶ Desarrollar en los estudiantes conductas de adaptación personal que favorezcan la aceptación de sí mismo.
- ▶ Lograr una conducta de adaptación familiar que favorezcan la convivencia en la familia.
- ▶ Lograr conductas de adaptación escolar en el estudiante, familiarizándose con el ambiente y enseñanza del profesor.
- ▶ Mejorar las conductas de adaptación social en el estudiante favoreciendo la seguridad de sí mismo.

**IV. OPERACIONALIZACIÓN DE LA CONDUCTA A DESARROLLAR:**

De la Cruz, María Victoria y Cordero, Agustín (1981).

CONDUCTAS	DEFINICIÓN OPERACIONAL
<b>ADAPTACIÓN PERSONAL</b>	El adolescente muestra preocupación por la evolución del organismo, sentimientos de inferioridad y falta de aceptación de los cambios que sufre el cuerpo.
<b>Adaptación Familiar</b>	En los adolescentes aparecen actitudes críticas, dificultades en la convivencia, falta de aceptación de las normas establecidas y deseos de huir, incluso físicamente del ambiente familiar.
<b>Adaptación Escolar</b>	En los adolescentes surgen posturas de censura o rebeldía frente a la organización de la escuela y a la actuación de los profesores y los compañeros.
<b>Adaptación Social</b>	En los adolescentes aparecen conductas negativas, deseos de aislamiento, actitudes críticas e inseguridad.

V. TÉCNICAS A TRABAJAR

Nº DE SESIÓN	CONDUCTA A DESARROLLAR	DESARROLLO DE LA SESIÓN	TECNICA PSICOLOGICA	DEFINICION DE LA TECNICA
01	Adaptación de la Conducta	Evaluando la adaptación de la conducta	Evaluación Psicológica	<p>La Evaluación Psicológica se define como Testing es el proceso de construcción y uso de los tests para medir atributos en los que las personas difieren con el objeto de predecir, clasificar o comprender las conductas de las personas (Godoy y De Bruyn, 1998).</p> <p>No obstante, la evaluación es más que la aplicación de tests, ya que conlleva la integración y la valoración de la información recogida (Cronbach, 1990).</p>
02	Adaptación Personal	El juego de la Autoestima	Autoevaluación	<p>Van a permitir tomar conciencia de aquellas cosas que hace bien de aquellas en las que tiene dificultades y de sus posibles situaciones.</p>

03		Defendiendo mi Autoimagen	Reestructuración Cognitiva.	Evidencia confirmatoria o disconfirmatoria de pensamientos mediante diálogo socrático. Se entrena en autoinstrucciones que pueden servir de guías para cuatro momentos: preparación para enfrentarse al estresor, confrontación con el estresor (controlar reacción al estrés), afrontamiento de las sensaciones de estrés o malestar si se producen, y valoración de los esfuerzos de afrontamiento.
04		Mejorando mi autoconfianza	Autoevaluación.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Van a permitir tomar conciencia de aquellas cosas que hace bien de aquellas en las que tiene dificultades y de sus posibles situaciones. De este modo se comienza a implicar al niño y adolescente en su propia rehabilitación.</li> </ul>

05		Emociones	Autocontrol	<ul style="list-style-type: none"> <li>Según Autores como Schneider y Robin (1992) el adolescente aprende a afrontar sus responsabilidades y a ser independiente y enseñan a manifestar sus necesidades y emociones de forma adecuada.</li> </ul>
06	Adaptación Social	Siendo Asertivo para ser mejor.	Entrenamiento Asertivo	<p>Procedimiento estructurado en 6 etapas:</p> <p><b>1º Identificar los estilos básicos de la conducta interpersonal: Estilo agresivo, pasivo y agresivo.</b> La función de esta etapa es distinguir entre cada uno de los estilos, reconociendo la mejor forma de actuar de acorde con el estilo asertivo. Nos ayudará también a reconocer nuestros errores en este ámbito.</p> <p><b>2º Identificar las situaciones en las cuales queremos ser más asertivos.</b> Se trata de identificar</p>

				<p>en qué situaciones fallamos, y cómo deberíamos actuar en un futuro. Se analiza el grado en que nuestra respuesta a las situaciones problemáticas puede hacer que el resultado sea positivo o negativo.</p> <p><b>3º Describir las situaciones problemáticas.</b> Se trata de analizar las situaciones en términos de quién, cuando, qué y cómo interviene en esa escena, identificando nuestros pensamientos negativos y el objetivo que queremos conseguir.</p> <p><b>4º Escribir un guión para el cambio de nuestra conducta.</b> Es un plan escrito para afrontar la conducta de forma asertiva. Aquí se intenta poner por escrito las situaciones problema y clarificar lo que queremos conseguir. El</p>
--	--	--	--	--

				<p>entrenador moldea junto al paciente el guión para que este sea expresado de forma específica.</p> <p><b>5° Desarrollo de lenguaje corporal adecuado.</b> Se dan una serie de pautas de comportamiento en cuanto a lenguaje no verbal (la mirada, el tono de voz, la postura, etc.), y se dan las oportunas indicaciones para que la persona ensaye ante un espejo.</p> <p><b>6° Aprender a identificar y evitar las manipulaciones de los demás.</b> Las demás personas utilizan estratagemas para manipularle, haciéndole sentir culpable, evadiéndose de la conversación o victimizándose. Se dan una serie de técnicas para resistirnos al influjo de los demás.</p>
--	--	--	--	--

07		Expresándome sin palabras I	Instigación verbal	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Su finalidad es facilitar la emisión de conductas que no se dan aun cuando las condiciones ambientales son propicias.</li> </ul> <p>La técnica se fundamenta en el poder del lenguaje para modificar la conducta. Las instrucciones han de ser precisas y adecuadas a las características del destinatario y que este tenga los prerequisites necesarios básicos como comprensión del lenguaje y control de la conducta.</p>
08		Expresándome sin palabras II	Instigación verbal	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Su finalidad es facilitar la emisión de conductas que no se dan aun cuando las condiciones ambientales son propicias.</li> </ul> <p>La técnica se fundamenta en el</p>

				<p>poder del lenguaje para modificar la conducta. Las instrucciones han de ser precisas y adecuadas a las características del destinatario y que este tenga los requisitos necesarios básicos como comprensión del lenguaje y control</p>
09		Tomando la Iniciativa	Solución de Problemas	<p>La solución de problemas sociales se define como un proceso cognitivo-conductual auto-dirigido mediante el que un individuo intenta identificar soluciones efectivas para problemas específicos (actividad consciente y racional que exige esfuerzo). El objetivo es mejorar una situación problemática o reducir el estado emocional negativo generado por la situación. Es un metaproceto de</p>

				comprensión que trata con todo tipo de problemas: impersonales (financieros), intrapersonales (ideación suicida) o interpersonales (conflicto de pareja).
10	Adaptación Familiar	Expresando mis quejas	Recogida de los pensamientos automáticos	El terapeuta explica al paciente el auto registro (normalmente se compone de tres partes: situación-pensamiento-estado emocional; a veces se añade también el elemento conductual cuando este componente es relevante). También explica la relación pensamiento-afecto-conducta y la importancia de detectar los pensamientos automáticos. Indica al paciente hacerlo en los momentos de perturbación emocional, y muestra cómo hacerlo.

11		El valor de mi Familia	Reestructuración Cognitiva	Evidencia confirmatoria o disconfirmatoria de pensamientos mediante diálogo socrático. Se entrena en autoinstrucciones que pueden servir de guías para cuatro momentos: preparación para enfrentarse al estresor, confrontación con el estresor (controlar reacción al estrés), afrontamiento de las sensaciones de estrés o malestar si se producen, y valoración de los esfuerzos de afrontamiento.
12		Hablando de mis problemas	Autoinstrucciones	Consiste en cambiar las verbalizaciones internas o pensamientos de la persona cuya conducta queremos modificar por otras que le van a ser de más

				<p>utilidad para realiza la tarea o solucionar el problema.</p> <p>Las autoinstrucciones hacen referencia a las instrucciones internas, que acompañan sus acciones, que se hace el sujeto frente a las instrucciones de los demás.</p> <p>Son órdenes que se da a si mismo antes de iniciar la actividad.</p>
13	Adaptación Escolar	Explicando la Clase	Solución de problemas	<p>La solución de problemas sociales se define como un proceso cognitivo-conductual auto-dirigido mediante el que un individuo intenta identificar soluciones efectivas para problemas específicos (actividad consciente y racional que exige esfuerzo). El objetivo es mejorar una situación problemática o</p>

				reducir el estado emocional negativo generado por la situación. Es un metaproceso de comprensión que trata con todo tipo de problemas: impersonales (financieros), intrapersonales (ideación suicida) o interpersonales (conflicto de pareja).
14		Todos somos diferentes	Pensamientos Automáticos	Evidencia confirmatoria o disconfirmatoria de pensamientos mediante diálogo socrático. Se entrena en autoinstrucciones que pueden servir de guías para cuatro momentos: preparación para enfrentarse al estresor, confrontación con el estresor (controlar reacción al estrés), afrontamiento de las sensaciones de estrés o malestar si se producen, y

				valoración de los esfuerzos de afrontamiento.
15	<b>Adaptación de la Conducta</b>	Evaluando a la adaptación de la conducta	Evaluación Psicológica	<p>Godoy y De Bruyn (1998). Testing es el proceso de construcción y uso de los tests para medir atributos en los que las personas difieren con el objeto de predecir, clasificar o comprender las conductas de las personas.</p> <p>No obstante, la evaluación es más que la aplicación de tests, ya que conlleva la integración y la valoración de la información recogida (Cronbach, 1990).</p>

## VI. MATERIALES

- ▶ Proyector
- ▶ Diapositivas
- ▶ Laptop
- ▶ CD
- ▶ USB
- ▶ Videos
- ▶ Folletos, etc.
  
- ▶ Material de Oficina:
  - Lapiceros
  - Corrector
  - Hojas Bond
  - Lápiz
  - Borrador
  - Tajador
  - Papelotes
  - Plumones

## VII. CONDUCTA FINAL:

- ▶ Se espera que al finalizar el programa cognitivo conductual de adaptación de la conducta

## VIII. EVALUACIÓN DEL PROGRAMA

### 8.1 CONOCIMIENTOS:

MOMENTOS	TÉCNICAS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTOS
Antes	Pre test	IAC Inventario de Adaptación de Conducta
Durante	Lista de Pensamientos Disfuncionales	Registros Conductuales
Final	Post Test	IAC Inventario de Adaptación de Conducta

## 8.2 ACTITUDES:

MOMENTOS	TÉCNICAS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTOS
Antes	Psico- Educación	Exposición sobre Adaptación
Durante	Técnicas Cognitivas Conductuales	Programa Cognitivo Conductual
Final	Post Test	IAC Inventario de Adaptación de Conducta

## IX. REFERENCIA BIBLIOGRAFICA

- CHIRA TELLO, Harold y FARIAS ALZAMORA, Blanca. Efecto de un programa de habilidades sociales sobre los estilos cognitivos de interacción social (pasivo, asertivo o agresivo) en docentes del nivel primario de una institución educativa pública.
- DÍAZ PINGO, Flor. Efectos de un programa de Habilidades sociales sobre la cólera irritabilidad y agresividad en un grupo de alumnas del nivel secundario de la institución educativa las capullanas de Sullana.
- <http://www.psicopedagogia.com/articulos/?articulo=371>
- <http://psicologia.isipedia.com/tercero/tecnicas-de-intervencion-cognitivo-conductuales/09-tecnicas-de-habilidades-de-afrontamiento-y-solucion-de-problemas>
- <http://www.psicologia-online.com/autoayuda/hhss/HHSS5.htm>

---

GIULLIANA DEL CARMEN TALLEDO TRONCOS