



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**ESCUELA DE POSGRADO**

**PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN  
INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA**

**Propuesta de Programa para fortalecer la adaptación de  
conductas en estudiantes de secundaria de una Institución  
Educativa de Chimbote, 2021**

**TESIS PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE:  
MAESTRA EN INTERVENCIÓN PSICOLOGÍA**

**AUTORA:**

Vivar Herrera, Miriam Clara (ORCID: 0000-0002-7353-5597)

**ASESOR:**

Dr. Sosa Aparicio, Luis Alberto (ORCID: 0000-0002-5903-4577)

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Modelo de Intervención Psicológica

CHIMBOTE - PERÚ

2021

## **Dedicatoria**

Con mucho amor para mis pequeños Thiago y Bastian, por ser la fuente inagotable de mi motivación, esfuerzo y superación a mí esposo Miguel Benites por el apoyo constante.

A mi incondicional familia por su apoyo en todo momento, por su paciencia y comprensión.

Miriam Clara Vivar Herrera

## **Agradecimiento**

A Dios que me brindo la fortaleza para seguir adelante; a mi familia por ser las personas con quienes puedo contar a cada momento, ya que con su apoyo constante, me permitieron culminar esta investigación.

A mi Alma Mater: Universidad Cesar Vallejo, por brindarnos una buena formación en el campo de la Intervención Psicología.

A mi docente quién con su asesoramiento continuo me brindo la motivación a seguir adelante en el desarrollo de este trabajo.

La autora

## Índice de contenidos

	Pág.
Caratula	i
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
INDICE DE CONTENIDOS	iv
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	4
III. METODOLOGÍA	9
3.1. Tipo y diseño de investigación	9
3.2. Variables y operacionalización	9
3.3. Población, muestra y muestreo	12
3.4. Técnicas e instrumentos	13
3.5. Procedimiento	14
3.6. Método de análisis de datos	15
3.7. Aspectos éticos	15
IV. RESULTADOS	16
V. DISCUSIÓN	23
VI. CONCLUSIONES	28
VII. RECOMENDACIONES	29
Anexos	37

## Índice de tablas

	<b>Pág.</b>
Tabla 1. Distribución del Nivel General de Adaptación de Conducta	16
Tabla 2. Distribución de los niveles de la Dimensión Personal	17
Tabla 3. Distribución de los niveles de la Dimensión Familiar	18
Tabla 4. Distribución de los niveles de la dimensión Educativa	19
Tabla 5. Distribución de los niveles de la dimensión Social	20
Tabla 6. Distribución Según Sexo	21
Tabla 7 Distribución Según Grado	22

## Resumen

La presente investigación tiene por objetivo diseñar una propuesta de programa para fortalecer la adaptación de conductas en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Chimbote; para lo cual se realizó una investigación de tipo aplicada, de diseño descriptivo, no experimental – propositivo.

La población estuvo constituida por 72 Estudiantes de secundaria de una Institución educativa de Chimbote, que se encontraban participando en la modalidad virtual, periodo 2021, de ambos sexos, cuyas edades fluctúan entre los 12 y 17 años. De los cuales 44 fueron de sexo femenino y 29 de sexo masculino, La técnica utilizada para la recolección de datos fue la aplicación de del Inventario de Adaptación de conducta (IAC) M.Victoria de la Cruz y Agustín Cordero. Adaptada y normalizada por Cesar Ruiz Alva Lima Perú en 1995 Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Se diseñó un programa “Fortaleciendo mis habilidades y destrezas me adapto mejor” la cual está constituida por 08 sesiones. Los resultados indicaron que a nivel General de Adaptación de Conducta la mayor cantidad de estudiantes presenta un nivel medio con un 43,8% seguido del nivel bajo con un 42,5% y finalmente 13,7% en el nivel alto.

**Palabras clave:** adaptación, conducta, adolescencia, propuesta de programa de intervención.

## Abstract

The objective of this research is to design a program proposal to strengthen the adaptation of behaviors in high school students from an educational institution in Chimbote; For which an applied research was carried out, with a descriptive, non-experimental - purposeful design.

The population consisted of 72 high school students from an educational institution in Chimbote, who were participating in the virtual modality, period 2021, of both sexes, whose ages fluctuate between 12 and 17 years. Of which 44 were female and 29 male. The technique used for data collection was the application of the Behavior Adaptation Inventory (IAC) by Victoria de la Cruz and Agustin Cordero. Adapted and standardized by Cesar Ruiz Alva Lima Peru in 1995 Universidad Nacional Mayor de San Marcos. A program "Strengthening my abilities and skills I adapt better" was designed, which consists of 08 sessions. The results indicated that at the General level of Behavior Adaptation, the largest number of students present a medium level with 43.8% followed by the low level with 42.5% and finally 13.7% at the high level.

Keywords: adaptation, behavior, adolescence, intervention program proposal.

## I. INTRODUCCIÓN

La pandemia del Covid -19 ha provocado un fuerte impacto en la sociedad en general y en especial en la comunidad educativa, el cierre de los centros educativos la privación de los métodos convencionales de aprendizaje han generado en docentes, estudiantes y familiares distintas respuestas emocionales entre ellos las dificultades asociadas a la adaptación de conductas escolares afectando principalmente a los adolescentes.

Pilitteri (2010) La adolescencia se encuentra generalmente entre el periodo de 13 y 18 a 20 años y se puede definir en dos periodos, periodo temprano (13 a 14 años) periodo medio (15 a 16 años) y periodo tardío (17 a 20 años) es así que el periodo de la adolescencia está definido no solo por la edad cronológica y física, sino también los cambios biológicos, psicológicos y sociales. Asimismo el cambio en el aspecto físico y en las expectativas que los padres tienen de ellos, pueden llevar a problema de salud emocional y física. Buendía, Riquelme y Ruiz (2004) La adolescencia se ha tornado un tema de urgencia, ya que se encuentra en un proceso de transición y deberá enfrentarse a diferentes desafíos en el tránsito de la dependencia de niño a la autonomía de adulto, mostrando la búsqueda de su identidad, con la interrogando de querer saber quién es y a dónde va, ya que muchas veces los adultos le exigen obediencia y a la vez autosuficiencia e independencia. Presenta un interés exagerado en su imagen corporal relacionándolo a la imagen ideal. Así mismo debe hacerle frente al nuevo reto de su formación con el inicio de la secundaria, el rendimiento académico, el establecimiento de nuevas amistades, su rol social en una cultura con nuevos valores, conductas y personas significativas.

UNICEF (2021) en su estudio en línea acerca del estado de Salud Mental de las niñas(os) y adolescentes Peruanos que atraviesan la pandemia del COVID-19. Obtuvo como resultados que esta población muestra un riesgo elevado en cuanto a la salud mental, debido al confinamiento, sugiriendo así que se desarrollen medidas de acción nacional ante esta problemática, abordando las principales necesidades (salud, educación y socialización).

Por tal caso es importante no solo trabajar con padres, sino también con el personal docente, y de esta manera lograr que el adolescente desarrolle estrategias que le permitan tener un mejor afronte a diferentes situaciones cotidianas de manera saludable, aceptándose a sí mismo y logre desarrollar su bienestar emocional y personal, de la misma manera se lograra prevenir comportamientos inadecuados y se lograra una adecuada adaptación social, generara una convivencia armoniosa a nivel familiar, educativo y social. Por ello se propone desarrollar una propuesta de un programa preventivo que permita fortalecer la adaptación de conducta en estudiantes de secundaria y así contribuir a cumplir con lo ya mencionado.

Teniendo en cuenta esta realidad, se expone la siguiente interrogante ¿Cómo sería el impacto del programa para fortalecer la adaptación de conductas en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa de Chimbote, 2021?

La reciente investigación se justifica haciendo mención que la etapa de la adolescencia implica cambios emocionales y físicos que conllevan a un adecuado desarrollo que se traslada no solo al ámbito personal, sino también familiar y social, es por ello que se toma en cuenta teoría fiable de diferentes autores y de distintas investigaciones, las cuales permitirán proponer estrategias para desarrollar y fortalecer la adaptación de conductas en estudiantes de secundaria. Así mismo esta investigación se torna al interés social ya que permitirá desarrollar y fortalecer la adaptación de conductas a través de la adaptación del área personal, del entorno familiar, del ámbito escolar y de las relaciones sociales. Por otro lado, los resultados se pueden aplicar en otros contextos y de esta manera se pueda diseñar estrategias psicológicas y pedagógicas que permitan fomentar el bienestar personal y emocional, de tal manera que se logre prevenir comportamientos inadecuados e inadaptados, logrando así una adecuada convivencia y adaptación en el medio que los rodea. Finalmente, los resultados obtenidos ofrecerán antecedentes en beneficio de investigaciones posteriores y permitirá tomar acciones preventivas o de intervención.

Por lo tanto podemos definir el objetivo general de la investigación, el cual es diseñar una propuesta de programa para fortalecer la adaptación de conductas en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa de Chimbote, asimismo

como objetivos específicos; identificar el nivel de adaptación de conductas y los niveles del área personal, familiar, educativa y social en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Chimbote.

Finalmente la hipótesis es implícita ya que la investigación es descriptiva propositiva.

## II. MARCO TEÓRICO

Dentro de los antecedentes internacionales encontramos a Sanchez (2015) cuyo objetivo fue establecer el nivel de adaptación de los adolescentes del albergue Villa Juvenil. Mexico Trabajo con 35 adolescentes de entre 12 a 23 años, para lo cual utilizo el Cuestionario de Adaptación para adolescentes de H.M Bell. (1987), su investigación fue transversal observacional, de corte descriptivo. Teniendo como resultado un nivel de adaptación general mala, de la misma manera en el ámbito familiar 49% y de salud 43% se obtiene nivel de adaptación malo, sin embargo no se presencia dificultad en la socialización, por lo que se sugiere proponer mejoras para el progreso sistémico de la familia, igualmente fomentar otras actividades que mantengan e incrementen las áreas en donde no hay buena adaptación.

Marcia (2011) Guatemala, desarrollo una investigación para conocer el nivel de adaptación psicosocial de adolescentes victimas de delincuencia común, su muestra estuvo conformada por 46 adolescentes, 29 varones y 17 mujeres ambos de nivel socioeconómico medio y medio bajo, 23 pertenecientes a una institución pública y 23 a una privada, teniendo como resultado disconformidad en el nivel de adaptación psicosocial de ambas instituciones. La institución privada muestra diferencia significativa a nivel global y social indicando menor adaptación a la adaptación con respecto a la delincuencia.

López y Jiménez (2013) España, realizaron una investigación con la finalidad de determinar la relación entre el bienestar y la adaptación, para lo cual u muestra fue de 245 estudiantes de secundaria, teniendo como resultado diferencias entre el bienestar psicológico y el nivel de adaptación mas no en cuanto género y edad. Por lo que se busca trabajar a nivel preventivo programas de salud física y mental, además de las actitudes negativas de los estudiantes para con la escuela a fin de mejorar sus experiencias.

A nivel nacional, Gonzales (2018) Lima, en su investigación tuvo como objetivo definir el nivel de adaptación de conducta en estudiantes de 5° de secundaria de

una Institución Educativa de Villa el Salvador, para lo cual su diseño fue cuantitativo, de tipo transversal, no experimental, descriptivo. Siendo su muestra 101 alumnos, 43 varones y 58 mujeres de entre 16 a 18 años, mostrando como resultado 59.4 % nivel medio de adaptación, 27.7% nivel bajo y 12.9 nivel alto. Asimismo en las dimensiones todas fluctúan en el nivel medio.

Gil y Codori (2017) Juliaca, realizaron una investigación que buscaba comprobar la diferencia del nivel de adaptación de conducta entre estudiantes de dos instituciones educativas, su población fue de 254 estudiantes, utilizaron el diseño fue no experimental, de tipo descriptivo comparativo y corte transversal, encontrando diferencia significativa en la adaptación de conducta de ambas Instituciones. En cuanto a la institución Túpac Amaru se encontró el 73,05% en el nivel promedio, el 24.35% en el nivel bajo y el 2.6% en el nivel alto, asimismo en la Institución José María Arguedas el 61.15% se ubica en el nivel promedio, el 35.97% en el nivel bajo y el 2.95% en el nivel alto.

Tello (2017) Cusco, desarrollo una investigación cuyo objetivo era conocer los Niveles de adaptación de conducta de estudiantes de secundaria de una Institución Educativa publica, teniendo una población de 1° a 5°, la investigación fue descriptiva, utilizo el diseño no experimental de corte transversal, el análisis de datos fue descriptivo comparativo, concluyendo que los estudiantes presentan dificultades para adaptarse a los cambios dificultando sus relaciones familiares, con sus docentes y manifestándose en conductas inadecuadas, el 54.3% se ubican en el nivel bajo, el 45,2% en el nivel medio y el 0.5% en el nivel alto.

Simbrón (2019) Lima, en su investigación tuvo como objetivo identificar cómo se expresa la adaptación de conductas en los adolescentes institucionalizados por estado de abandono en un centro de Acogida Residencial CAR. Su investigación fue cualitativa, diseño fenomenología hermenéutica, recolectando los datos a través de entrevistas semiestructuradas, su población fue de 18 adolescentes de entre 13 a 18 años, concluyendo una adecuada adaptación en el área personal, escolar y social, sin embargo a nivel familiar presentan insatisfacción.

Saldaña (2020) en Lima realizó una investigación cuyo objetivo fue identificar de qué manera se expresa la adaptación de conducta ante las clases virtuales en alumnos de nivel secundario de un colegio particular y público de Lima, a un total de 12 estudiantes con edades de 12 a 17 años, de 1°, 3° y 5°. La investigación fue cualitativa, el diseño fenomenología hermenéutica a través de entrevistas semiestructuradas. Concluyendo que en el área familiar los estudiantes presentan una adecuada adaptación de conducta. Caso contrario en el área personal y escolar, en donde muestran insatisfacción y negatividad.

Chauca (2018) Chimbote, desarrolló una investigación que buscaba relacionar la inteligencia emocional y la adaptación de conductas en adolescentes de la I.E Mariano Melgar en el 2017, su investigación fue básica, descriptiva y relacional, con un diseño no experimental y transversal, trabajó con 136 adolescentes de 1° al 5° de educación secundaria, concluyendo que no existe relación, así mismo en su análisis encontró que el 49,3% de adolescentes se encuentran en un nivel de adaptación normal, el 47,1% en un nivel bajo y el 3,7% en un nivel alto.

Saavedra (2020) Chimbote, en su investigación buscó determinar el nivel de adaptación de conducta de estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Chimbote, su investigación fue de tipo descriptivo y diseño no experimental y transversal, su muestra fue de 183 individuos, los resultados fueron que el 42,3% presenta un nivel de adaptación medio, seguido del 31,3% con el nivel bajo y el 26,4% con el nivel alto, en cuanto a las áreas se encontró en el área personal mayor cantidad en el nivel bajo con un 38,5%, el área familiar en el nivel medio con el 44,5%, en el área escolar nivel medio con el 43,4% de la misma manera en el área social nivel medio con el 44,5%.

En cuanto a las bases teóricas, es necesario entender la etapa de la Adolescencia. Colomina y García (2014) mencionan que la etapa de la adolescencia se caracteriza por la presencia de cambios físicos, anímicos y sociales, constantemente cambian sus relaciones y la manera de interactuar, en este periodo se consolida la identidad y surgen muchas preguntas, ya que en esta etapa se

alcanza el desarrollo psicológico, cognitivo y emocional; por ejemplo ¿Quién soy? ¿Qué me gusta hacer? ¿Qué quiero?, sin embargo no encuentran las respuestas, por lo que recorren caminos de descubrimientos y experiencias, aquí tiene una gran relevancia el grupo de amigos, de música, pareja, empieza a surgir el sentido de pertenencia y búsqueda de distancia con los adultos, ruptura de normas tratando de manifestar que ya no es un niño y manifestando sus opiniones y formas distintas de hacer las cosas. Por ello se considera una etapa en la que los problemas de conducta adquieren mucha relevancia, iniciando la tarea evolutiva que empieza a transitar diferenciándose de su familia para encontrarse como individuo y buscando más experiencias sociales con sus amigos. Es aquí cuando se da la segunda tarea evolutiva, a la vez que busca diferenciarse, amplifica su mundo interno de emociones y vivencias personales buscando privacidad.

La adolescencia implica el periodo fundamental para el desarrollo del yo, tomando en cuenta estructuras según interactúe principalmente el medio social, busca su identidad pudiendo generarle una crisis de identidad, sus relaciones influyen en su desarrollo normal y en el comportamiento desviado, así como en la búsqueda de apoyo, por otro lado sus habilidades sociales le permitirán generar soluciones a los problemas interpersonales los cuales son sumamente importantes para su vida. (Erikson, 1986. Citado por Barcelata, 2018).

Barahona (1983) señala que con Darwin se populariza el concepto de adaptación, con el Origen de las Especies, el cual está vinculado al concepto de selección que hace referencia a que quienes se adapten mejor serán los elegidos.

Sin embargo este componente se contradice con la ciencia, ya que gracias a que los grandes inventores no se adaptaron es que se lograron grandes inventos y descubrimientos. (García, y Magaz, 2011).

De acuerdo a Jean Piaget (1997) Citado por Blas y Bacigalupe (2007), refiere que gracias al sistema nervioso es que podemos desde los tiempos antiguos, lograr un estado de alerta que permita huir antes de ser atacado por algún depredador, logrando de esta manera la supervivencia de nuestra especie así como la reproducción, asimismo es este mismo el que permite regular las funciones internas

del organismo y nuestra interacción con el medio a través de la cognición y el comportamiento.

Lorenz (1985) hace mención que la adaptación es el medio fundamental que permite moldear al organismo con la finalidad que éste logre adecuarse al medio y de esta manera logre sobrevivir.

La Real Academia Española (2001). La especifica como el modo en que se logra acomodar, encajar, ajustar algo y en sentido de una persona se refiere a la manera en que esta se acomoda, arreglar a diferentes situaciones, entornos, etc.

Según García y Magaz (2011) al hablar de adaptación se hace referencia en primer lugar al transcurso en donde la conducta se acomoda según el deseo, gusto, necesidad, preferencia y en segundo lugar dependiendo del entorno social, las normas, reglas, etc., pudiendo constituirse como hábito y estado emocional.

La adaptación involucra mantener un estado de equilibrio, el cual conlleva un proceso del organismo ordenado por la redegredación de una pérdida de homeostasis, sin embargo, se lograra un puesta en marcha de los recursos. Es preciso recordar que la adaptación también permitirá nuevas adaptaciones. Por lo cual es necesario acomodar las relaciones internas a la personalidad, sin embargo una persona con una patología será incapaz de integrar dicha personalidad por ende adaptarse. La adaptación comportamental implica prepararse o capacitarse para diferentes situaciones del medio exterior, es por ello que la hablar de adaptación también se hace referencia a la acomodación. Para lo cual previamente se debe haber dado el proceso de asimilación involucrando así un ajuste interno (Piaget, 1970, citado por Albillos, en el 2018).

Es así que la adaptación se entiende como condición de la existencia. Pudiendo definirse la adaptación como el compromiso mutuo y continuo entre las relaciones internas y externas. (Meyer, 1977, citado por Blas y Bacigalupe 2007).

### III. MÉTODOLÓGÍA

#### 3.1. Tipo y diseño de investigación

La reciente investigación utiliza el enfoque cuantitativo ya que se procederá a la recolección de datos, asimismo el tipo de investigación es aplicada debido a que según Baena (2014), se aplica a problemas que necesitan soluciones y están destinadas a solucionar las distintas necesidades sociales y los hombres. Sirve para tomar acciones y establecer estrategias principalmente a largo plazo. Namakforoosh (2005). Es un estudio de diseño no experimental ya que no se tiene control, influencia, ni se manipulan las variables porque ya acontecieron, al igual que sus efectos, de esta manera podemos observarlas en su ambiente natural, asimismo tiene un diseño descriptivo, ya que busca detallar situaciones o perfiles de las personas, grupos, objetos, etc. (Hernández et al, 2014) es de tipo propositivo debido a que busca elaborar una propuesta de solución. (Moreno, 2015)

#### 3.2. Variables y operacionalización

- **Variable independiente:** Programa de intervención
- **Definición conceptual:** Programa para fortalecer la adaptación de conductas en alumnos de secundaria de una Institución Educativa de Chimbote, 2021. A través de un diseño compuesto por la definición de los objetivos, selección de contenidos y el desarrollo metodológico y disponibilidad de recursos (Hermosilla 2009).

- **Definición operacional:** Programa de intervención, de 08 sesiones grupales de diferente temática, pero enfocado en fortalecer la adaptación de conducta, de 40 minutos cada una, dirigido a estudiantes de secundaria de una Institución Educativa de Chimbote, 2021.
- **Dimensiones:** Programa de 08 sesiones para el fortalecimiento de la adaptación de conducta
- **Indicadores:** Planificación, Ejecución y Evaluación
- **Variable dependiente:** Adaptación de conducta
- **Definición conceptual:**

La adaptación es el paso de una situación de defensa a una de dominio a través del enfrentamiento, dicha defensa aparecerá ante una situación de adaptación en la que esté presente el peligro y la ansiedad y el dominio; hace referencia al comportamiento en el que supera las frustraciones y la adaptación tiene éxito. (Albillos, 2018)

- **Definición operacional:**

La adaptación conductual será identificada y medida según el Inventario de Adaptación de Conducta (IAC) M.Victoria de la Cruz y Agustin Cordero. Adaptada y normalizada por Cesar Ruiz Alva Lima-Perú en 1995 Universidad Nacional Mayor de San Marcos. La cual evalúa a través de 123 ítems y mide el grado de adaptación del adolescente en diferentes áreas (personal, familiar, escolar y social).

- **Dimensiones:**

La adaptación personal:

El alumno manifiesta inquietud por el desarrollo de su cuerpo y falta de aceptación a los cambios que éste experimenta. Así mismo evalúa sentimientos de inferioridad.

La adaptación familiar:

Manifiesta actitudes críticas con relación a su familia. Conflictos en la convivencia. Dificultad en aceptar las reglas, normas y límites establecidos en el ámbito familiar así como la necesidad de alejarse de este ambiente.

La adaptación educativa:

Presenta dificultades para acatar las normas de la institución rebelándose ante los docentes y compañeros.

La adaptación social:

Se perciben conductas críticas hacia las relaciones con los demás, optando por aislarse, con sentimientos de inseguridad y actitudes negativas.

- **Indicadores:**

Adaptación personal: ítems 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 83, 84, 85, 86, 87, 88, 89, 90, 91, 92.

Adaptación familiar; ítems 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 60, 61, 93, 94, 95, 96, 97, 98, 99, 100, 101, 102).

Adaptación educativa: ítems 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 62, 63, 64, 65, 66, 67, 68, 69, 70, 71, 72, 103, 104, 105, 106, 107, 108, 109, 110, 111, 112, 113).

Adaptación social: ítems 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 73, 74, 75, 76, 77, 78, 79, 80, 81, 82, 114, 115, 116, 117, 118, 119, 120, 121, 122, 123).

### **3.3. Población, muestra y muestreo**

**Población:** La población está compuesta por 117 Estudiantes de secundaria de una Institución educativa de Chimbote, que se encontraban participando en la modalidad virtual, periodo 2021, de ambos sexos, con edades que oscilan entre 12 y 17 años.

**Muestra:**

La muestra estuvo conformada por 72 estudiantes. Hernández et al. (2014) El tipo de muestra es no probabilístico, ya que fue dirigido, según la decisión del investigador, dependiendo de los objetivos de estudio, mas no, de la probabilidad, estuvo constituida por todos los alumnos de secundaria de una Institución educativa de Chimbote.

**Muestreo:**

El muestreo es no probabilístico ya que fue seleccionado en función a la accesibilidad o criterio del investigador.

**Criterios de inclusión:**

Todos los alumnos que participaron y que se encontraban cursando el nivel secundario de una Institución educativa de Chimbote.

Criterios de exclusión: Estudiantes que al momento de la evaluación no se presentaron, alumnos que no completaron el llenado del instrumento o no cumplieron con las edades o nivel académico.

### **3.4. Técnicas e instrumentos**

La técnica que se utilizó para poder recolectar los datos fue la aplicación del Inventario de Adaptación de conducta (IAC) M.Victoria de la Cruz y Agustin Cordero. Adaptada y normalizada por Cesar Ruiz Alva Lima Perú en 1995 en la Universidad Nacional Mayor de San Marcos.

#### **Ficha técnica de los instrumentos**

##### **Ficha técnica**

Nombre del Instrumento: Inventario de Adaptación de Conducta (IAC)

Autores: María Victoria de la Cruz y Agustín Cordero

Procedencia: TEA Ediciones Madrid, España 3ra Edición 1990

Adaptación normalización: Cesar Ruiz Alva UNMSM 1995

Administración: A partir de 12 años de edad

Tiempo Aplicación: No hay tiempo límite

Significación: Evalúa el grado de adaptación

Dimensiones que Evalúa: Personal, Familiar, Escolar, y Social.

Tipificación: Baremos en tipos puntaje standard

Modalidades del instrumento: individual o colectiva

Número de ítems: 123

**Confiabilidad:** De la Cruz y Cordero (2004), en una muestra de 125 estudiantes de 13 a 15 años, lograron coeficientes Spearman-Brown, adaptación global un Alpha de 0.88, mostrando buena consistencia.

Ruiz (1995) para establecer la fiabilidad del IAC utilizó el sistema de las dos mitades, el cual reside en correlacionar los resultados

conseguidos en los elementos pares con los logrados en los impares. La muestra del estudio, se conformó por 250 personas de sexo femenino y masculino. Logrando obtener los coeficientes.

Estadísticas de fiabilidad

Adaptación Personal 0.92

Familiar 0.89

Educativa 0.90

Social 0.85

General. 0.95

**Validez:** De la Cruz y Cordero (2004), se utilizó la validez de criterio en una muestra de 250 personas trabajado con el cuestionario de adaptación para adolescentes de Bell, el método ítem test. Obteniendo una correlación de Pearson (r) muy significativa ( $p < 0.001$ ), concluyendo una buena validez

Ruiz (2003) utilizo la validez de criterio, correlaciono el IAC y la prueba de ajuste Bell, con una población de 330 individuos, encontrando 95 % de correlación significativa. Asimismo el IAC con el BAS III de Socialización con 145 individuos, logrando correlación superior a 0.05 de confianza.

### **3.5. Procedimiento**

Para la recaudación de datos se solicitó la autorización a la directora de la Institución Educativa con la finalidad de poder realizar la aplicación del Inventario de Adaptación de Conducta, adjuntando una carta solicitud emitida de manera virtual por la Escuela de Posgrado de la universidad Cesar Vallejo. Posteriormente una vez aceptada la solicitud, la directora de la Institución Educativa se encargó de poner en conocimiento a los padres de familia y a los decentes tutores, haciendo referencia a que los estudiantes del nivel secundario participarán de la presente investigación. Posteriormente, se procedió a elaborar un formulario de Google drive con las interrogantes del

instrumento, el mismo que se hizo llegar a los estudiantes a través de un enlace vía mensaje de texto para que puedan responder de manera individual y así recolectar los datos.

### **3.6. Método de análisis de datos**

Finalizando la recolección, se procedió a elaborar una base de datos en el programa Microsoft Office Excel y en el programa SPSS Statistics, aplicando de esta manera la estadística descriptiva, se utilizaron tablas y gráficos para graficar en los resultados.

### **3.7. Aspectos éticos**

Respecto a los aspectos éticos, se consideró las condiciones pactadas en el código de Ética del Colegio de Psicólogos del Perú (2017), indicando en el artículo 24 que toda investigación debe contar con el consentimiento de las personas involucradas, siendo estas libres de participar o no de manera equitativa; por otro lado el artículo 35 refiere que de ninguna manera se puede modificar o falsificar la información derivada de la investigación, asimismo el artículo 57 hace mención a salvaguardar la identificación del grupo de personas, finalmente el artículo 60 hace referencia al trabajo de responsabilidad social con el fin de contribuir al bienestar y desarrollo personal teniendo en cuenta el estudio de la realidad.

#### IV. RESULTADOS

Tabla 1.

*Distribución del Nivel General de Adaptación de Conducta*

<b>Nivel</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
Bajo	31	42,5
Medio	32	43,8
Alto	10	13,7
<b>Total</b>	<b>73</b>	<b>100,0</b>

En lo referente al Nivel General de Adaptación de Conducta, en la tabla 1 se puede visualizar los resultados, pudiendo identificar mayor cantidad de estudiantes en el nivel medio con un 43,8% seguido del nivel bajo representado con un 42,5% y finalmente 13,7% de estudiantes se ubican en el nivel alto.

Tabla 2.

*Distribución de los niveles de la Dimensión Personal*

<b>Nivel</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
Bajo	10	13,7
Medio	39	53,4
Alto	24	32,9
<b>Total</b>	<b>73</b>	<b>100,0</b>

La tabla 2, muestra los resultados de la Dimensión Personal, la cual indica que los estudiantes evaluados se ubican en un nivel medio, representado por el 53,4%, seguidos por el nivel alto con un 32,9% y finalmente el nivel bajo con un 13,7% de evaluados.

Tabla 3.

*Distribución de los niveles de la Dimensión Familiar*

<b>Nivel</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
Bajo	24	32,9
Medio	35	47,9
Alto	14	19,2
<b>Total</b>	<b>73</b>	<b>100,0</b>

En la tabla 3, se representa los resultados de la Dimensión Familiar en donde se puede identificar a la mayor cantidad de evaluados en el nivel medio con un 47,9%, seguido por el nivel bajo con el 32.9% y finalmente el nivel alto representado por el 19,2%.

Tabla 4.

*Distribución de los niveles de la dimensión Educativa*

<b>Nivel</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
Bajo	6	8,2
Medio	37	50,7
Alto	30	41,1
<b>Total</b>	<b>73</b>	<b>100,0</b>

En la tabla 4, podemos apreciar los resultados de la dimensión Educativa, donde podemos evidenciar mayor cantidad de estudiantes en el nivel medio representado por el 50,7%, seguido del nivel alto con un 41,1% y finalmente el nivel bajo con el 8,2%.

Tabla 5.

*Distribución de los niveles de la dimensión Social*

<b>Nivel</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
Bajo	25	34,2
Medio	31	42,5
Alto	17	23,3
<b>Total</b>	<b>73</b>	<b>100,0</b>

En la tabla 5, podemos apreciar que para la dimensión Social la mayor cantidad de estudiantes se ubican en el nivel medio con un 42,5%, asimismo en el nivel bajo podemos percibir el 34,2% de evaluados y finalmente en el nivel alto se aprecia un 23,3% de evaluados.

Tabla 6.

*Distribución Según Sexo*

<b>Nivel</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
Femenino	44	60,3
Masculino	29	39,7
<b>Total</b>	<b>73</b>	<b>100,0</b>

En la tabla 6 podemos visualizar la cantidad de estudiantes según sexo, así podemos apreciar que el 60,4% fueron de sexo femenino y 39,7% de sexo masculino.

Tabla 7

*Distribución Según Grado*

<b>Nivel</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
1°	16	21,9
2°	22	30,1
3°	19	26,0
4°	8	11,0
5°	8	11,0
<b>Total</b>	<b>73</b>	<b>100,0</b>

En la tabla 7, se puede visualizar la cantidad de evaluados según el grado, la mayor cantidad de estudiantes estuvo representado con el 30,1%, correspondiente al aula de 2° grado, asimismo el 26% estuvo representado por el aula de 3° grado, por otro lado el 21,9% está representado por 1° grado, 11% corresponde al aula de 4° grado y finalmente el aula de 5° grado también con 11%.

## V. DISCUSIÓN

Dvorsky et al, (2021) La pandemia del COVID-19 trajo como consecuencia distanciamiento social, cierre de escuelas y negocios, afectando las interrelaciones sociales así como grandes retos para la salud sobre todo para los niños y adolescentes afectando de esta manera su bienestar.

Lacomba et al, (2020) El periodo de la adolescencia implica cambios que pueden socavar en el adecuado desarrollo emocional de los adolescentes si a esta naturaleza le agregamos los estresores y dificultades propias de la emergencia sanitaria significa que enfrentamos dificultades de ajuste complejo para el adolescente. Esta etapa conlleva cambios físicos y psicológicos y sociales que ocasionan problemas en diferentes áreas, esta población se caracteriza por ser vulnerable, incentivando la necesidad de prestar atención a las condiciones que permitan sosegar dichas situaciones desfavorables

Ongarato et al. (2009) El estrés en estas circunstancias es una manifestación externa e interna que surge debido al desequilibrio que percibe la persona y los recursos con los que cuenta para enfrentarlas, todo ello genera una descompensación entre lo que quiere y las herramientas con las que puede enfrentarlo. Si bien es cierto no todos reaccionan de la misma manera y las diversas respuestas dependerán de los sentimientos, pensamientos y acciones, los cuales se les conoce como recursos de afrontamiento y ellas permitirán al individuo reaccionar ante dicha situación aversiva.

Una adecuada regulación de las emociones, el poder entenderlas y regularlas, así una buena interrelación con los demás es fundamental para desarrollar la adaptación en la etapa de la adolescencia. Galarsi et al, (2011) el comportamiento se puede registrar y verificar, y consiste básicamente en la actividad que mantiene un ser vivo con su ambiente ya sea adaptándose o modificándolo. La evolución de la genética y la cultura de cooperación así como la influencia de nuestros antepasados han contribuido e influenciado

a nuestra adaptación de conductas adaptativas o desadaptativas. (Cronk et al, 2017).

En nuestra investigación se puede apreciar que la mayoría de los adolescentes presentan un nivel promedio en cuanto su adaptación sin embargo otro porcentaje aún presenta dificultades indicando que se debe continuar fomentando estrategias que permitan a los adolescente obtener las herramientas para un adecuado afronte y logren una buena adaptación ante la adversidad fomentando el desarrollo personal y emocional del adolescente, así como del sistema familiar, escolar y social.

Los resultados de esta investigación revelan que el 43,8% de los estudiantes se encuentran en el nivel medio indicando que su adaptación General es adecuada, el 42.5 % tiene una adaptación mala y el 13.7% un adaptación alta, estos resultados coinciden con la investigación realizada por Gonzales (2018) quien muestra como resultados que el 59,4 % de su población se ubica en nivel medio de adaptación, el 27.7 % nivel bajo y el 12.9 % en el nivel alto. De la misma manera Gil y Condori (2017) En las Instituciones estudiadas encontraron que en la I.E Túpac Amaru el 73,05% en el nivel promedio, el 24.35% en el nivel bajo y el 2.6% en el nivel alto, asimismo en la I.E José María Arguedas el 61.15% se ubica en el nivel promedio, el 35.97% en el nivel bajo y el 2.95% en el nivel alto. Asimismo en la investigación de Saavedra (2020) encontró que el 42,3% presenta un nivel de adaptación medio, seguido del 31,3% con el nivel bajo y el 26,4% con el nivel alto.

Finalmente Lecca (2018) en su investigación encontró que el 49,3% de adolescentes se encuentran en un nivel de adaptación normal, el 47,1% en un nivel bajo y el 3.7% en un nivel alto. Pudiendo de esta manera concluir que la mayoría de estudiantes alcanzan un nivel de adaptación normal, mientras que un gran porcentaje se ubica en el nivel bajo indicando dificultad en su adaptación, y un mínimo en el nivel satisfactorio.

Esa información se fundamenta en la teoría sostenida por Beltrán y Bueno (1995) quienes mencionan a Piaget quien hace referencia a que la adaptación es un proceso que se equilibra de manera progresiva dependiendo de cómo el sujeto interactúe con el medio ambiente, siendo ésta posibilitada por el proceso de asimilación y acomodación. Asimismo Erades & Morales (2020) refiere que al establecer hábitos saludables como hacer ejercicio físico y el uso reducido de pantallas favorece la adaptación, sin embargo, por el contrario el uso de pantallas y menor tiempo para realizar actividad física empeora el bienestar emocional y conductual presentando mayor dificultad.

Pérez (2021) Podemos percibir que los adolescentes cuentan con las herramientas para transformar situaciones difíciles y pueden lograr una adecuada adaptación ante dichas circunstancias, menciona que el adolescente crea una puesta en escena de belleza frente al caos al momento de enfrentar la adversidad y permitiendo a través de su capacidad de adaptación ver nuevas alternativas y posibilidades.

También podemos apreciar que en la dimensión Personal el 53,4% se ubica en el nivel medio de adaptación, seguidos por el nivel alto con un 32,9% y finalmente el nivel bajo con un 13,7% de evaluados. Guemes, et al (2017) es de suma importancia para el adolescente lograr su independencia, fomentar las relaciones sociales, su identidad sexual y del yo. Si bien es cierto el adolescente pasa por una etapa de duelo dejando atrás su infancia, pero no como una pérdida sino como un cambio, ya que el adolescente ansia lo nuevo. Livia (2016). La autoestima hace referencia al valor propio que se manifiesta en sentimientos, pensamientos y actitudes de desaprobación o aprobación que el adolescente tiene de sí mismo. Boucher et al, (2009), demostró que las personas pueden tener de manera simultánea sentimientos positivos y negativos de autoestima, logrando de esta manera una característica bidimensional demostrada en diferentes estudios a través de la escala de Rosenberg; la autoestima y autoeficacia cumplen un rol parecido, siendo la autoeficacia una evaluación cognitiva para obtener

recursos cognitivos, conductuales y emocionales con la finalidad de lograr una meta o una tarea, mientras que la autoestima refleja la evaluación de competencias personal y la autoeficacia, la cual depende en gran medida de la situación que se atraviesa en ese momento (Bandura en 1977, citado por Burges y Dalbosco en el 2012).

En la Dimensión Familiar se puede identificar a la mayor cantidad de evaluados en el nivel medio con un 47,9%, seguido por el nivel bajo con el 32.9% y finalmente el nivel alto representado por el 19,2%. Lo cual se corrobora con Elster y Kuznets (1995) mencionan que los adolescentes logran superar acontecimientos sin dificultad, sin embargo es fundamental el rol de los padres al momento de supervisar y establecer normas y límites, asimismo en lo referente a las prácticas paternas, son las madres las que en su mayoría monitorean logrando que los mismos adolescentes las perciban como un apoyo. (Cabrera et al 2006). El clima familiar positivo es de suma importancia ya que cumple un rol central y permiten desarrollar estrategias que le benefician al momento de regular las emociones mejorando de esta manera la adaptación emocional en la familiar, para lo cual es necesario tomar en cuenta las necesidades y características de cada miembro de la familia y a nivel general. (Lacomba et al, 2020).

Burges y Dalbosco (2012) El Impacto de la familia en el desarrollo emocional está asociada a la manera en la que el adolescente percibe la relación, así como a la calidad dentro de la familia, haciendo su valoración según la cohesión y lazo emocional que une a los miembros de la familia, la jerarquía, apoyo y conflicto, pudiendo este último crear dificultades entre los miembros de la familia, estrés y hostilidad.

En la dimensión Educativa, podemos evidenciar mayor cantidad de estudiantes en el nivel medio representado por el 50,7%, seguido del nivel alto con un 41,1% y finalmente el nivel bajo con el 8,2%. Aragón & Bosques (2012) mencionan que los adolescentes muestran el mismo tipo de adaptación que con los padres ya que los perciben como una figura de

autoridad, es por ello que los adolescentes de los primeros grados aceptan las normas y regla de los docentes.

Las intervenciones escolares que tienen como objetivo fomentar la predisposición de conductas dirigidas a la búsqueda de apoyo logran una gran efectividad sobre los jóvenes, asimismo logran que se tome conciencia acerca de la importancia de la salud mental, por lo que en tiempos de pandemia es de suma importancia la disposición de los recursos como líneas de ayuda y difusión de información sobre la manera de obtener el apoyo correspondiente, asimismo se hace hincapié en el rol de los maestros y padres al momento de indagar en los pensamientos y sentimientos de niños y adolescentes. (Wasserman et al., 2020).

En la dimensión Social la mayor cantidad de estudiantes se ubican en el nivel medio con un 42,5%, asimismo en el nivel bajo podemos percibir el 34,2% de evaluados y finalmente en el nivel alto se aprecia un 23,3% de evaluados. Lacomba et al, (2020) los adolescentes debido al confinamiento presentaron dificultades en sus relaciones con sus pares ya que al verse enfrentados a las restricciones sociales, se vieron limitadas sus oportunidades de socializar y asistir a diferentes lugares. Elster y Kuznets (1995) refieren que los adolescentes que han crecido en familias que mantienen una comunicación efectivas y un adecuado nivel de disciplina logran un mejor desarrollo en el ámbito social, sin embargo los adolescentes que solo padre presentan más riesgos de comportamientos problemáticos.

## **VI. CONCLUSIONES**

Primero: Se concluye que a nivel general más de la mitad de adolescentes se adapta adecuadamente, logrando así la conducta adecuada, aceptan los cambios que abarca esta etapa de adolescencia, se aceptan tal y como son, ven con positivismo las circunstancias que vivencia, percibiendo el ambiente familiar, social y educativo favorable. Por otro lado un gran porcentaje de adolescentes aun presenta dificultad en su adaptación debido a diferentes circunstancias familiares, sociales, educativas y de la propia aceptación y estima.

Segundo: A nivel personal se concluye que más de la mitad logra una adecuada adaptación, mostrando aceptación de los cambios físicos y emocionales que implica esta etapa.

Tercero: En cuanto al nivel familiar la mayoría de los estudiantes muestran una actitud positiva hacia su familia, contribuyendo a una convivencia armoniosa, aceptando las normas y límites establecidos dentro del grupo familiar generando un ambiente agradable y de aceptación para el adolescente, sin embargo hay otra gran cantidad de alumnos que presentan dificultades en sus relaciones familiares.

Cuarto: A nivel educativo la mayoría de los estudiantes logra una adecuada adaptación frente a la organización del sistema y la percepción de los docentes y compañeros.

Quinto: A nivel social se percibe una actitud positiva, hay un desarrollo normal y un gran actitud para relacionarse con sus pares de manera satisfactoria, aceptado y tolerando los cambios que atraviesan. Sin embargo hay algunos que aun presentan dificultad en el ámbito social.

## **VII. RECOMENDACIONES**

Primero: Socializar el programa propuesto y si es factible implementarlo para de esta manera desarrollar habilidades que le permitan mejorar su adaptación de conductas en diferentes aspectos.

Segundo: Implementar el área de psicología en la institución educativa a fin de que sea una fortaleza en beneficio de la salud mental de los docentes, estudiantes y padres de familia y de esta manera se permita trabajar directamente y de manera personalizada.

Tercero: Fomentar sesiones y programas de entrenamiento que involucre el trabajo del docente a fin de implementar las conductas deseadas en el aula.

Cuarto: Promover el trabajo con padres a fin de lograr una participación activa, a través de las escuelas de familia.

Quinto: Fomentar el estudio e implementación de programas de la adaptación de conducta en las instituciones educativas de nuestra localidad, a nivel regional y nacional.

## VIII. REFERENCIAS

- Agudelo, H. (2019) *Creciendo en Familia. Hijas de San Pablo*. Bogota: Paulinas  
Recuperado de <https://bit.ly/3qrmRH0>
- Anquin, M. Rudnicki, A. (2015) *Aprendizajes amigables al corazón: un método de cuatro pasos para potenciar los aprendizajes junto con el bienestar emocional de los niños* (1a ed.) Buenos Aires: Dunken. Recuperado de [https://books.google.com.pe/books?id=EzrcCgAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs\\_ge\\_summary\\_r&cad=0#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.pe/books?id=EzrcCgAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false)
- Amo, A. (2018) *Habilidades de comunicación*. (1a ed.). España: Elearning  
Recuperado de <https://bit.ly/33Z0JvX>
- Barcelata, B. (2018) *Adaptación y resiliencia adolescente en contexto múltiples*. México: El manual moderno. Recuperado de [https://books.google.com.pe/books?id=hZeBDwAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs\\_ge\\_summary\\_r&cad=0#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.pe/books?id=hZeBDwAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false)
- Barahona, A. (3 de enero de 1983) Darwin y el concepto de adaptación. Recuperado de <https://www.revistacienciasunam.com/es/138-revistas/revista-ciencias-3/1059-largo-2.html>
- Beltrán, J. & Bueno J. (1995) *Psicología de la educación*. (1a ed.). España: Boixareu. Recuperado de [https://books.google.com.pe/books?id=AwYlq11wtjIC&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs\\_ge\\_summary\\_r&cad=0#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.pe/books?id=AwYlq11wtjIC&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false).
- Beth A. (28 de setiembre del 2005) Family Communication Nurturing and Control in a Changing World. California. Recuperado de <https://bit.ly/3JpcNa2>
- Blas, H, Bacigalupe, M. (2007) Diversidad y procesos de aprendizaje. Adaptación en sociedades pluriculturales desde la perspectiva de la antropología cognitiva *Revista de Ciencias Sociales* (CI), núm. 18. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/708/70801801.pdf>

- Buendia, J. Riquelme, A. y Ruiz, J. (2004) *El suicidio en adolescentes, factores implicados en el comportamiento suicida* (1a ed.). España: Nausicaa  
Recuperado de <https://books.google.com.pe/books?hl=es&lr=&id=PLVv4WJEuYkC&oi=fnd&pg=PR13&dq=El+suicidio+en+adolescentes,+factores+implicados+en+el+comportamiento+suicida&ots>
- Burges, J., y Dalbosco, D. (2012) Family Environment and Psychological Adaptation in adolescents Ambiente Familiar e Adaptacao Psicológica em Adolescentes. Universidad de federal do Rio Grande do Sul. *Reflexão* 25(3), 615-622.  
Recuperado de <https://www.scielo.br/j/prc/a/dMNvV48BBCX5kHNv6xjmYLb/?format=pdf&lang=en>
- Cabrera, V., Eugenia, V., Guevara, P. y Barrera, F. (Noviembre del 2006). Relaciones maritales, relaciones paternas y su influencia en el ajuste psicológico de los hijos. *Acta Colombiana de Psicología*. pp. 115-126.  
Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/798/79890211.pdf>
- Colomina, B. García, P. (2014) *La adolescencia, 7 claves para prevenir los problemas de conducta*. Barcelona: Amat Recuperado de <https://bit.ly/33TcG6n>
- Colegio de Psicólogos del Perú. (2017) Código de Ética y Deontología del Colegio de Psicólogos del Perú. Consejo Directivo Nacional. Recuperado de [http://api.cpsp.io/public/documents/codigo\\_de\\_etica\\_y\\_deontologia.pdf](http://api.cpsp.io/public/documents/codigo_de_etica_y_deontologia.pdf)
- Conte, M. (2019) *El Coaching entra en el aula*. Recuperado de (1ª ed.) Buenos Aires: Granica. Recuperado de <https://bit.ly/3exPUmK>
- Cronk, L., Chagnon, N., Irons, W. (2017) *Adaptation And Human Behavior An Anthropological Perspective*. USA: Hawthorne Recuperado de <https://books.google.com.pe/books?hl=es&lr=&id=yZB4nGki39UC&oi=fnd&pg=PR11&dq>

- Crespo, J. (Setiembre del 2011) Bases para Construir una Comunicación Positiva en la Familia. *Revista de Investigación en Educación N° 09* (pp. 91-98). <http://revistas.webs.uvigo.es/index.php/reined/article/view/1891/1802>
- Cruz, C. (2021) *Resiliencia: Cómo desarrollar la fuerza mental para superar cualquier situación difícil y vivir una vida mejor*. España: Independently Published. Recuperado de <https://bit.ly/3JoSUQw>
- Dvorrsky, M., Breaux, & Becker, S. (Julio 2020) Finding ordinary magic in extraordinary times: child and adolescent resilience during the COVID-19 pandemic. *Eur Child Adolesc Psychiatry*. Recuperado de <https://link.springer.com/content/pdf/10.1007/s00787-020-01583-8.pdf>
- Elster, A. Kuznets, N. (1995) *Guía de la Ama para actividades preventivas en el adolescente* (GAPA). Madrid: Díaz de Santos. Recibido de <https://books.google.com.pe/books?id=IxDSYVQ5DaMC&printsec=frontcover&dq=Gu%C3%ADa+de+la+Ama+para+actividades+preventivas+en+el+adolescente>
- Erades, N. Morales, A. (Setiembre del 2020). Impacto psicológico de la COVID-19 en niños y adolescentes. *Revista de psicología clínica con niños y adolescentes* (Vol 07. Nro 3). España. Recuperado de [http://www.injuve.es/sites/default/files/adjuntos/2020/11/monografico\\_rpcna.pdf](http://www.injuve.es/sites/default/files/adjuntos/2020/11/monografico_rpcna.pdf)
- Galarsi, M. Medina, A. Ledezma, C. Zanin, L. (2011) Comportamiento, historia y evolución. *Fundamentos en Humanidades*. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=18426920003>
- Gil, L., Condori, J. (2017) Adaptación de conducta entre los estudiantes de la Asociación Educativa Adventista Tupac Amaru y la Institución Educativa Secundaria Publica Jose Maria Arguedas de Juliaca. (Tesis de licenciatura) Recuperada de [https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/2825/Jhonny\\_Tesis\\_Licenciatura\\_2018.pdf?](https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/2825/Jhonny_Tesis_Licenciatura_2018.pdf?)

- García, P. y Magaz, L. (2011). Escala Magallanes de Adaptación. Madrid: Albor COHS. Recuperado de <http://www.gac.com.es/editorial/INFO/Manuales/emaMANU.pdf>
- Guemes, H. Gonzales, C. Hidalgo, V. (Febrero del 2017). Pubertad y adolescencia. Revista de Formación Continuada de la Sociedad Española de Medicina de la Adolescencia. *Revista de Formación Continuada de la Sociedad Española de Medicina de la Adolescencia Volumen V*. Recuperado de <https://bit.ly/33Z0D7z>
- Gonzales, G. (2018) Adaptación de Conducta en adolescentes de 5 ° año de Secundaria de un Colegio de Villa el Salvador. (Tesis de licenciatura) Recuperado de [http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/2706/TRAB.S UF.PROF\\_Milagros%20Ada%20Gonzales%20Garc%C3%ADa.pdf](http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/2706/TRAB.S UF.PROF_Milagros%20Ada%20Gonzales%20Garc%C3%ADa.pdf)
- Hernández, S., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). Metodología de la investigación (6ta Ed). (pp 152) México: McGraw-Hill. Recuperado de <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>
- Hermosilla, J. (2009) Guía para el diseño de programas socioeducativos de atención a la infancia. *Revistas Científicas de América Latina de Educación*, vol. 7, núm. 11. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/4475/447544586021.pdf>
- Kuftyaka, E. (2015) Resilience and adaptation of adolescents. *The European Proceedings of Social & Behavioural Sciences eISSN: 2357-1330* Recuperado de [https://www.europeanproceedings.com/files/data/article/35/716/article\\_35\\_716\\_pdf\\_100.pdf](https://www.europeanproceedings.com/files/data/article/35/716/article_35_716_pdf_100.pdf)
- Malik, K. Varghese, B. (2020) Impact of Assertiveness Training on Self-Esteem among Adolescents; an Indian Outlook. *International Journal of Health Sciences and Research*. Vol 10. Recuperado de [https://www.ijhsr.org/IJHSR\\_Vol.10\\_Issue.7\\_July2020/9.pdf](https://www.ijhsr.org/IJHSR_Vol.10_Issue.7_July2020/9.pdf)

- Lecca, D. (2018) *Inteligencia Emocional y Adaptación de la conducta en adolescentes de la Institución Educativa Mariano Melgar-Chimbote* 2018. (Tesis posgrado) Recuperado de <https://bit.ly/3HgLjSj>
- Libia, G. (2016) *Ser Adolescente en el siglo XXI: aportes a la evaluación del autocontrol percibido frente al riesgo*. (1a ed.). Argentina: Universitaria de Buenos Aires. Recuperado de <https://n9.cl/az0f5>
- Lorenz, K. (1985) *Evolución y modificación de la conducta*. (1a Ed.). México: siglo XXI. Recuperado de <https://bit.ly/3qvSm2K>
- López, M., Jiménez, M., & Guerrero, D. (2013) Estudio de la relación entre el bienestar personal y la adaptación de conducta en el marco de la escuela salugénica EDUCAR, vol. 49, núm. 2, Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/3421/342130841008.pdf>
- Mancía, S (2011) *Adaptación psicosocial de adolescentes entre 14 y 18 años que han sido víctimas de la delincuencia común*. (Tesis de licenciatura) recuperado de <http://biblio3.url.edu.gt/Tesis/2011/05/42/Mancia-Sandra.pdf>
- Moreno, P. (2015). *Manual de investigación en educación: Talleres de trabajo*. (1ª ed.) Bogotá; Unisalle. Recuperado de <https://books.google.com.pe/books?id=EVz5DwAAQBAJ&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=false>
- Ongarato, P., de la Iglesia, G., Stover, J y Liporace, M. (2009). Adaptación de un inventario de estrategias de afrontamiento para adolescentes y adultos. *Anuario de investigaciones*, 16, (pp 383-391). <https://www.redalyc.org/pdf/3691/369139945036.pdf>
- Perez, O. (2021) *Resiliencia y Adaptación de conducta en adolescentes de una Institucion Educativa Publica de Trujillo*. (Tesis licenciatura) [http://200.62.226.186/bitstream/20.500.12759/8248/1/REP\\_OSCAR.P%3%89REZ\\_RESILIENCIA.Y.ADAPTACI%3%93N.DE.CONDUCTA.pdf](http://200.62.226.186/bitstream/20.500.12759/8248/1/REP_OSCAR.P%3%89REZ_RESILIENCIA.Y.ADAPTACI%3%93N.DE.CONDUCTA.pdf)
- Pilitteri, A. (2010) *Maternal & Child: Care of the Childbearing & Childrearing Family*. (6a ed.) Estados Unidos; Lippincott Williams & Wilkins. Recuperado de

[https://books.google.com.pe/books?id=apeLf0mPx1QC&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs\\_ge\\_summary\\_r&cad=0#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.pe/books?id=apeLf0mPx1QC&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false)

Real Academia Española (2001). Diccionario de la Lengua Española (22.<sup>a</sup> ed.) Madrid: Espasa-Calpe. Consultado en <https://www.rae.es/drae2001/>

Saavedra, M (2020) Adaptación de conducta en estudiantes del nivel secundario de una Institución Educativa de Chimbote, 2020. (Tesis licenciatura). Recuperado de <https://bit.ly/3qzNbPc>

Simbrón, E. (2019) Adaptación Conductual en Adolescentes Institucionalizados por estado de Abandono en un Centro de Acogida Residencial de Lima Metropolitana. (Tesis Licenciatura). Recuperado de <https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/99b5d2bf-cd69-4ff6-b27c-e51138015c3d/content>

Sánchez, L. (2015) Adaptación de adolescentes institucionalizados del albergue Villa Juvenil, del sistema para el desarrollo integral de la familia del estado de México. (Tesis de Licenciatura). Recuperado de <https://bit.ly/3euQ3Hx>

Tello, V. (2017) Niveles de adaptación de conducta en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Pública de la Provincia de Urubamba, Cusco 2017. (Tesis licenciatura). Recuperado de <https://bit.ly/3mEmCag>

UNICEF (2021) La Salud Mental de los Niños, Niñas y Adolescentes en el Contexto de la COVID-19. Estudio en Línea. Perú 2021. Recuperado de <https://uni.cf/3sHbwVR>

Van, L. Hawk, S. Branje, S. Koot, H. Meeus, W. (2015) Common and unique associations of adolescents' affective and cognitive empathy development with conflict behavior towards parents. *National Library of Medicine*. Recuperado de <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26760479/>

Wasserman, D., Losue, M., Wuestefeld, A. & Carli, V. (2020). Adaptation of evidence-based suicide prevention strategies during and after the COVID-19 pandemic. National Centre for Suicide Research and Prevention of Mental

III-Healthh, Krilonska Institutet, Stockholm, Sweden. (Vol 19, N° 3. pp. 294-306). Estados Unidos. Recuperado de <https://doi.org/10.1002/wps.20801>

## ANEXOS

### ANEXO 1: MATRIZ DE OPERACIONALIZACION DE LAS VARIABLES

VARIABLES DE ESTUDIO	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIÓN	INDICADORES	ESCALA
Propuesta de programa de intervención	Propuesta de Programa para fortalecer la adaptación de conductas en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa de Chimbote, 2021	Programa de intervención, de 08 sesiones grupales de diferente temática, pero enfocado en fortalecer la adaptación de conducta, de 40 minutos cada una, dirigido a estudiantes de secundaria de una Institución Educativa de Chimbote, 2021.	Planificación	Planificar con el personal directivo de la Institución Educativa acerca de la propuesta del programa de intervención.	<b>Valoraciones y progresos</b>
			Ejecución	Verificar la viabilidad del programa	
			Evaluación	Administrar el instrumento de evaluación	
Adaptación de conducta	La adaptación es el paso de una situación de defensa a una de	La adaptación conductual será identificada y medida según el Inventario de	Adaptación personal	(1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 83, 84, 85, 86, 87, 88, 89, 90, 91, 92).	<b>Ordinal</b>

<p>dominio a través del enfrentamiento, dicha defensa aparecerá ante una situación de adaptación en la que esté presente el peligro y la ansiedad y el dominio hace referencia al comportamiento en el que supera las frustraciones y la adaptación tiene éxito. (Albillos, 2018)</p>	<p>Adaptación de Conducta (IAC) M.Victoria de la Cruz y Agustin Cordero.</p>	<p>Adaptación familiar</p>	<p>(11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 60, 61, 93, 94, 95, 96, 97, 98, 99, 100, 101, 102)</p>
	<p>Adaptada y normalizada por Cesar Ruiz Alva Lima-Perú en 1995 Universidad Nacional Mayor de San Marcos. La cual evalúa a través de 123 ítems y mide el grado de adaptación del adolescente en diferentes áreas (personal, familiar, escolar y social)</p>	<p>Adaptación educativa</p>	<p>(21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 62, 63, 64, 65, 66, 67, 68, 69, 70, 71, 72, 103, 104, 105, 106, 107, 108, 109, 110, 111, 112, 113)</p>
		<p>Adaptación social</p>	<p>(32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 73, 74, 75, 76, 77, 78, 79, 80, 81, 82, 114, 115, 116, 117, 118, 119, 120, 121, 122, 123).</p>

## **ANEXO 2: INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS**

### **INVENTARIO DE ADAPTACIÓN DE CONDUCTA (IAC) CARACTERÍSTICAS GENERALES**

#### **I- FICHA TÉCNICA**

1. Nombre: Inventario de Adaptación de Conducta (IAC)
2. Autores: Victoria de La Cruz y Agustín Cordero
3. Procedencia: TEA Ediciones Madrid, España. 3ª. Edición 1990
4. Adaptación y Normalización; Por César Ruiz Alva, Universidad Nacional Mayor de San Marcos Lima, Perú Facultad de Psicología, Psicometría, en 1995
5. Duración: No tiene tiempo límite para responder
6. Forma de Administración: Colectiva, pudiendo aplicarse también en forma individual.
7. Aplicación: En el ámbito educacional a partir de los 12 años en adelante (alumnos de Secundaria, Universitarios ).
8. Significación: Inventario que evalúa el Ajuste \_ Adaptación en 4 Áreas: **PERSONAL / FAMILIAR / EDUCATIVA / SOCIAL Y ADAPTACIÓN GENERAL.**
9. Tipificación de la versión adaptada en San Marcos: Eneatipos.

#### **II SIGNIFICACIÓN PSICOLÓGICA DEL INVENTARIO**

- **ADAPTACIÓN PERSONAL:**

El alumno muestra preocupación por el desarrollo de su organismo. También evalúa sentimientos de inferioridad y falta de aceptación de los cambios que sufre su cuerpo.

- **ADAPTACIÓN FAMILIAR:**

Muestra actitudes críticas hacia su familia. Dificultades en la convivencia. Falta de aceptación de las normas establecidas y deseos de huir incluso físicamente del ambiente familiar.

- **ADAPTACIÓN EDUCATIVA:**

Surgen posturas de censura o rebeldía frente a la organización de la institución educativa y a la atención de los profesores y compañeros.

- **ADAPTACIÓN SOCIAL:**

Aparecen conductas negativas, deseos de aislamiento, actitudes críticas e inseguridad.

- **ADAPTACIÓN GENERAL:**

Habla del Ajuste - Adaptación que en general manifiesta el estudiante. *También el análisis de ítems proporciona un buen marco para un cualitativo de los resultados*

### ¿TE OCURRE LO QUE DICEN ESTAS FRASES?

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

### ¿ESTAS DE ACUERDO CON LO QUE DICEN ESTAS FRASES? \*

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

### ¿TE OCURRE LO QUE DICEN ESTAS FRASES?

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

### **¿TE OCURRE LO QUE DICEN ESTAS FRASES?**

41. Tengo amigos en todas partes.
42. A menudo me siento realmente fracasado.
43. Si volviera a vivir, haría muchas cosas de manera distinta a como las he hecho.
44. Con frecuencia me siento incapaz de seguir estudiando o trabajando sin saber por qué.
45. Muchas veces me digo a mi mismo "Que tonto he sido", después de haber hecho un favor o prometido algo.
46. Muchas veces pienso que los profesores no me consideran una persona, sino un número.
47. Mis compañeros de clase me hacen caso siempre.
48. Tengo problemas en casa por que mis padres son exigentes con los horarios.
49. Alguna vez he pensado en irme de mí casa.
50. Me intranquiliza lo que opinen de mí los demás.
51. Cuando tengo que hablar ante los demás paso un mal rato aunque sepa bien lo que tengo que decir.
52. Mis padres solucionan correctamente los asuntos familiares.
53. En general, estoy de acuerdo con la forma de actuar de mis padres.
54. Mis padres son demasiado severos conmigo
55. Mis padres son muy exigentes.
56. Mi familia limita demasiado mis actividades.
57. Mis padres riñen mucho entre ellos.
58. El ambiente de mi casa es desagradable o triste.
59. Mis padres tratan a mis hermanos mejor que a mí.
60. Mis padres exigen de mí mejores notas de las que puedo conseguir.
61. Mis padres me dan poca libertad.

### **¿ESTAS DE ACUERDO CON ESTAS FRASES?**

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

### **¿TE GUSTA LO EXPRESADO EN ESTAS FRASES?**

73. Estar donde haya mucha gente reunida.
74. Participar en las actividades de grupos organizados.
75. Hacer excursiones en solitario.
76. Participaren 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, poco brillante en la conversación.
91. Tienes poca "voluntad para cumplir lo que te propones".
92. Te molesta que los demás se fijen en tí.

### ¿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 de que tus padres te tienen un gran cariño.
97. Tus padres te ayudan a realizarte.
98. Tus padres te permiten elegir libremente tus amigos.
99. Estás convencido de que tu familia aprueba lo que haces.
100. Te sientes unido a tu familia
101. Crees que a pesar de todo lo que se diga, los padres comprenden bien a sus niños.
102. Tu padre te parece un ejemplo a imitar.
103. El comportamiento de los profesores contigo es justo.
104. Haz 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 por tí.
107. Estas convencido de que en general, los profesores actúan de la forma más conveniente para los alumnos.
108. Tus compañeros te ayudan cuando tienes que hacer algo y no te da tiempo a terminarlo.
109. Te gustaría cambiar de centro de estudios .
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 partes de un grupo de amigos que se reúnen a menudo.
115. Eres uno de los chicos (o chicas) más populares de tu grupo.
116. Te gusta organizar los planes y actividades de tu grupo de amigos.
117. Te gusta participar en excursiones con mucha gente.
118. Organizas reuniones con cualquier pretexto.
119. En las fiestas te unes al grupo más animado.
120. Cuando vas de viaje entablas conversación fácilmente con las personas que van a tu lado.
121. Te gusta estar solo mucho tiempo.
122. Prefieres quedarte en tu cuarto leyendo u oyendo música a reunirte con tu familia a ver la televisión o comentar cosas.
123. Te molesta no tener libertad y medios para vivir de otra forma.

**ASEGURATE QUE RESPONDISTE A TODAS**

# IAC

## INVENTARIO DE ADAPTACIÓN DE CONDUCTA

### HOJA DE RESPUESTAS

Apellidos y Nombres:..... Edad:..... Sexo M F  
Colegio: ..... Fecha de Aplicación: .....

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

## ANEXO 3: IAC. EN FORMULARIO DE GOOGLE

Preguntas Respuestas 72 Configuración

Sección 1 de 9

### (IAC) INVENTARIO DE ADAPTACIÓN DE CONDUCTA

Estimado(a) estudiante, a continuación encontrarás una serie de frases a las que deseamos que contestes con sinceridad y sin pensarlo demasiado.  
En cada frase podrás contestar "SI" "NO", de acuerdo con TU OPINIÓN O TU MANERA DE ACTUAR, Si no sabes, tienes dudas o estas en un término medio, podrás elegir el interrogante "?"; pero LO MEJOR ES QUE TE DECIDAS ENTRE EL "SI" o el "NO"

Ficha Sociodemográfica

Por favor completar los siguientes datos:

Edad \*

Texto de respuesta corta

Sección 2 de 9

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

Descripción (opcional)

1. Suelo tener mala suerte en todo. \*

Sí

?

No

2. Me equivoco muchas veces en lo que hago. \*

Sí

?

No

## ANEXO 4: SOLICITUD APLICACIÓN DE INSTRUMENTO



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

"Año del Bicentenario del Perú: 200 años de Independencia"

Nuevo Chimbote, 20 de Octubre de 2021

Señor(a):

**PILAR MONTENEGRO VIVAR**

**DIRECTORA**

**INSTITUCIÓN EDUCATIVA INCA GARCILASO DE LA VEGA 88011**

**Asunto:** Carta de Presentación

De nuestra consideración:

Es grato dirigirme a usted, para presentar la Sra. MIRIAM CLARA VIVAR HERRERA identificado con DNI No. 45496056 y código de matrícula No 5000078366, estudiante del Programa de **MAESTRÍA EN INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA** quien se encuentra desarrollando el Trabajo de Investigación (Tesis):

**PROPUESTA DE PROGRAMA PARA FORTALECER LA ADAPTACIÓN DE CONDUCTAS EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE CHIMBOTE, 2021**

En ese sentido, solicito a su digna persona facilitar el acceso de nuestra estudiante a su Institución a fin de que pueda aplicar encuestas en las áreas correspondientes, así como facilitarle la información pertinente para el respectivo análisis documental que están relacionados al estudio de investigación.

Sin otro particular, aprovecho la oportunidad para reiterar el testimonio de mi especial consideración, quedo de usted.

Atentamente,



**Dra. Rosa María Salas Sánchez**  
**JEFA DE LA ESCUELA DE POSGRADO**  
**UCV CHIMBOTE**

## ANEXO 6: PROPUESTA DE PROGRAMA DE ADAPTACIÓN DE CONDUCTA

### PROPUESTA

#### I. DATOS GENERALES

Título de la propuesta : **“Fortaleciendo mis habilidades y destrezas me adapto mejor”**

Responsable : **Miriam Vivar Herrera**

Beneficiarios : **Alumnos de la I.E Inca Garcilaso de la Vega 88011**

Duración : **08 sesiones**

#### II. FUNDAMENTACIÓN:

La propuesta tiene como objetivo Fortalecer las habilidades, destrezas y actitudes para mejorar la adaptación de conductas de los estudiantes de una institución educativa de Chimbote, y como objetivos específicos lograr que los estudiantes identifiquen sus fortalezas, una visión positiva de sí mismo, fomentar las buenas relaciones familiares y contribuir al desarrollo de una adecuada comunicación, valorar la importancia de la familia y el respeto a las vivencias diarias, utilizar la comunicación de manera adecuada y coherente para lograr buenas relaciones, identificar la forma de comunicación y desarrollar la asertividad, analizar la participación activa en las clases y agregar el ingrediente emocional en el desarrollo de los aprendizajes.

Esta propuesta se justifica en los resultados encontrados en la investigación, los cuales indican que más de la mitad de los estudiantes presentan un Nivel de adaptación adecuado, sin embargo hay un porcentaje de estudiantes que presentan dificultades en su adaptación, en cuanto a las dimensiones a pesar de que todas fluctúan en el nivel medio indicando una adecuada adaptación, en la dimensión familiar y social es seguida por el nivel bajo indicando que aún son muchos los alumnos que perciben que el ambiente

familiar crítico generando dificultades en sus relaciones, asimismo en el área social. Al respecto Crespo (2011) Refiere que la comunicación es fundamental para los diferentes ámbitos ya que gracias a ello tenemos la herramienta que posibilita la supervivencia y el progreso, por ello es de suma importancia evaluar el concepto de la comunicación intrafamiliar, cumpliendo el rol fundamental los padres al construir una comunicación efectiva, ya que no solo se comparte vínculos de sangre, sino también de cooperación y afecto.

Kuftyaka (2015) Menciona que la resiliencia, permite desarrollar herramientas para un mejor afrontamiento, el cual influirá de manera positiva en el proceso de adaptación humana; ya que en la adolescencia la ansiedad, impulsividad, resistencia a acatar las normas y la discrepancia hacia los adultos, son la principal causa de inadaptación social.

La propuesta contara con ocho sesiones, las cuales permitirán brindar información acerca de la adaptación de conducta, el asesoramiento a padres de familia, los proyectos de vida del adolescente, el desarrollo personal y la importancia de las habilidades sociales con la finalidad de fortalecer las conductas adaptativas que giran en torno a su aspecto físico, emocional, sus relaciones familiares, su ámbito social y educativo.

### **III. OBJETIVO GENERAL**

Fortalecer la adaptación de conductas en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa de Chimbote, 2021.

#### **OBJETIVO ESPECIFICO**

Lograr que los estudiantes identifiquen sus fortalezas y una visión positiva de sí mismos.

Fomentar las buenas relaciones con los hijos(as) y contribuir al desarrollo de una adecuada comunicación

Valorar la importancia de la familia y el respeto a las vivencias diarias.

Utilizar la comunicación de manera adecuada y coherente para lograr buenas relaciones.

Identificar la forma de comunicación y desarrollar la asertividad.

Analizar la participación activa en las clases.

Lograr que el estudiante identifique de manera adecuada sus emociones en el desarrollo de los aprendizajes.

#### IV. PLAN DE ACTIVIDAD

Sesiones	Objetivo	Descripción de la sesión	Materiales	Duración	Responsable
Identifico mis fortalezas	Lograr que los estudiantes identifiquen sus fortalezas y una visión positiva de sí mismos.	<p><b>Inicio:</b> Brindar la bienvenida y conocer a los participantes a través de la presentación e introducción del programa</p> <p><b>Desarrollo:</b> Cada estudiante realiza un dibujo de sí mismo y escribe cuáles son sus fortalezas y cómo se percibe a sí mismo. Se brinda una retroalimentación acerca de la importancia de las fortalezas en nuestra vida diaria. Anquin &amp; Rudnicki (2015) Refieren que al resaltar las fortalezas se genera un entorno de aprendizaje positivo permitiendo al adolescente reconocer y ampliar su repertorio de pensamientos y acción y de esta manera construir reservas de recursos físicos (ayudando al sistema cardiovascular en situaciones de estrés), intelectuales, psicológicos (mejora el nivel</p>	Hoja bond, colores	40 minutos	Miriam Vivar Herrera

		<p>de resiliencia) y sociales para poder utilizarlos en momentos futuros.</p> <p><b>Cierre:</b></p> <p>Establecer acuerdos y compromisos al reverso de sus hojas de trabajo en donde se comprometen a practicar sus fortalezas, se coloca el nombre y se guarda hasta la siguiente sesión.</p>			
<p>Fomentando relaciones positivas con mis hijos (as) (sesión para padres)</p>	<p>Fomentar las buenas relaciones con los hijos(as) y contribuir al desarrollo de una adecuada comunicación.</p>	<p><b>Inicio:</b></p> <p>Se brinda la bienvenida a los padres de familia.</p> <p><b>Desarrollo:</b></p> <p>Se procede a realizar una lluvia de ideas acerca del concepto Escuchar y Hablar. Asimismo se debe tener en cuenta la atención, comprensión y aceptación. Se brinda un video motivacional acerca de la familia.</p> <p>Agudelo (2019) Refiere que la comunicación es un proceso que permite encontrarse con uno mismo y con los demás a través del cual se pueden manifestar lo que sentimos y pensamos, para lo cual es fundamental “Escuchar y Hablar”</p> <p><b>Cierre:</b></p>	<p>Laptop y proyector Souvenirs</p>	<p>40 minutos</p>	<p>Miriam Vivar Herrera</p>

		Se brinda las recomendaciones y técnicas que favorecen la comunicación.			
Mi familia y yo	Valorar la importancia de la familia y el respeto a las vivencias diarias.	<p><b>Inicio.</b></p> <p>Se da la bienvenida a los estudiantes y se proyectan algunas preguntas para el aula. Cuando suceden cosas buenas en mi familia ¿Cómo me siento? Y cuando algo no sale como quiero ¿Cómo reacciono? ¿Luego me arrepiento de lo que dije o hice?</p> <p><b>Desarrollo:</b></p> <p>Se procede a solicitar que hagan una historieta de su familia. En un sorteo se solicita que algunos alumnos puedan exponer sus trabajos.</p> <p>En la actualidad ¿crees que ha cambiado tu relación con tu familia? ¿Qué podemos hacer para lograr una mejor comunicación y entendimiento?</p> <p>Se brinda la retroalimentación acerca de la importancia de la familia y el rol de cada uno de sus miembros.</p> <p>Beth (2005) Refiere que las familias mantienen relaciones involuntarias y de emociones intensas, son la principal fuente de socialización, desarrollo físico,</p>	Hoja bond, colores	40 minutos	Miriam Vivar Herrera

		<p>socioemocional e intelectual, controlando el comportamiento de sus miembros mediante la disciplina, orientación y enseñanza, la cual muchas veces va acompañada de dominio y violencia, asimismo cada miembro desea alcanzar diferentes metas, los adolescentes que perciben positivamente a su familia se sienten satisfechos y estables en ella, sin embargo si la percepción es negativa estará menos satisfecho y por ende menos estable.</p> <p><b>Cierre:</b></p> <p>Realizar una lista de los aspectos positivos de cada miembro de la familia y un compromiso para mejorar la relación con cada uno de ellos.</p>			
Comunicación verbal y no verbal	Utilizar la comunicación de manera adecuada y coherente para lograr buenas relaciones.	<p><b>Inicio:</b></p> <p>Damos la bienvenida a los estudiantes y hacemos una introducción con el juego “la charada” para fomentar la comunicación no verbal y los demás deben adivinar que está tratando de comunicar.</p> <p><b>Desarrollo:</b></p> <p>Se procede a agrupar en pareja, y se repartirá una tarjeta con una emoción, se les pedirá que creen un</p>	Tarjetas con imágenes y tarjetas con emociones	40 minutos	Miriam Vivar Herrera

		<p>dialogo en la que expresen esa emoción y los demás tendrán que adivinar de que emoción se trata.</p> <p>Al finalizar con los grupos se brindará información acerca del proceso de la comunicación interpersonal ya sea de manera verbal y no verbal.</p> <p>Amo (2018) Refiere que la comunicación es de suma importancia al momento de establecer relaciones sociales ya que nos permitirá manifestar lo que pensamos y sentimos, asimismo es fundamental en el desarrollo de la personalidad. Permite interactuar e influir en los demás compartiendo interés, acuerdos, etc.</p> <p><b>Cierre:</b></p> <p>Se reflexiona sobre la importancia de la comunicación.</p>			
Me pongo tus zapatos	Identificar la forma de comunicación y desarrollar la asertividad.	<p><b>Inicio</b></p> <p>Se da la bienvenida a los estudiantes y se pide opiniones acerca del concepto de Asertividad a través de la lluvia de ideas.</p> <p><b>Desarrollo</b></p>	Hoja bond, colores	40 minutos	Miriam Vivar Herrera

		<p>Se pide a los estudiantes ponerle un nombre a como se sienten, mencionar ¿Por qué cree que se siente así? y ¿Cómo le gustaría mejorarlo?</p> <p><b>Emoción – causa – solución = Asertividad</b></p> <p>Ejemplo:</p> <p>Carlos, me enfado cada vez que coges mis colores sin mi permiso, por favor para la próxima pídemme antes.</p> <p>Malik &amp; Varghese (2020) Refiere que la asertividad se refiere a expresar los pensamientos, sentimientos y creencias de manera honesta y apropiada. Al trabajar la asertividad en el adolescente le permitirá empoderarse y defenderse por sí mismo, sin llegar a la pasividad o agresividad.</p> <p>Se procede a explicar los diferentes estilos de comunicación, (asertivo, pasivo y agresivo) y algunas técnicas para desarrollar la asertividad.</p> <p><b>Cierre</b></p> <p>Cada estudiante realiza un ejemplo de una emoción que hayan tenido en la semana, que la causo y que hicieron para solucionarlo.</p>			
--	--	--	--	--	--

<p>¿Es importante el colegio?</p>	<p>Analizar la participación activa en las clases.</p>	<p><b>Inicio:</b> Se da inicio con frases como ¡yo quiero y yo puedo!</p> <p><b>Desarrollo:</b> Se repartirá a cada alumno una hoja con la rueda de la vida escolar a la cual el estudiante le proporcionara un puntaje según su participación en las clases. Conte (2019) Refiere que esta actividad “Rueda de la Vida Escolar” permite conocer la situación en la que se encuentran los estudiantes y de esta manera poder trabajar en sus intereses y necesidades.</p> <p><b>Cierre:</b> Se les permite de manera voluntaria expresar su experiencia en el trabajo y se brinda una retroalimentación.</p>	<p>Hoja bond, colores</p>	<p>40 minutos</p>	<p>Miriam Vivar Herrera</p>
<p>Construyendo un ambiente positivo de aprendizaje</p>	<p>Lograr que el estudiante identifique de manera adecuada sus emociones en el desarrollo</p>	<p><b>Inicio:</b> Se da la bienvenida a los estudiantes. Se inicia con un encuentro circular, en donde todos los alumnos sentados en ronda comparten la pregunta ¿Cómo llegue hoy? ¿Qué fue lo mejor que me paso esta semana? ¿En qué emoción estoy?</p> <p><b>Desarrollo:</b></p>	<p>Hoja bond, colores, radio, usb.</p>	<p>40 minutos</p>	<p>Miriam Vivar Herrera</p>

de los aprendizajes.

Se brinda hojas de trabajo en donde se debe desarrollar cuatro preguntas centradas en el alumno y orientadas al aprendizaje.

Contexto: ¿Cómo me siento? ¿Es esto importante? ¿Puedo hacerlo? ¿Estoy interesado?



Activar Windo

Conte (2019) Gracias a las neurociencias podemos conocer que en el proceso de atención es fundamental generar espacios de distrés o relajación. Introduciendo una pausa activa como hacer una pequeña coreografía o baile.

**Cierre:**

Se felicita la participación de los estudiantes y se pide poner en práctica los movimientos en casa.

Yo en el futuro	Hacer un análisis del presente y cómo se visualiza en el futuro.	<p><b>Inicio:</b> Se da la bienvenida a los estudiantes.</p> <p><b>Desarrollo:</b> Cada estudiante tendrá en una hoja en la cual escribirá como título “Yo en el Futuro” se muestra la hoja trabajada en la primera sesión la cual nos mostrar al estudiante en la actualidad y se le pide dibujar como le gustaría verse de un periodo de tiempo a futuro y hacer un plan teniendo en cuenta sus fortalezas y debilidades.</p> <p>Cruz (2021) Refiere que para desarrollar la resiliencia es fundamental el apoyo social y familiar, realizar planes realistas confiando en sus capacidades y afrontando las dificultades y adversidades, regulando las emociones y manteniendo una adecuada comunicación.</p> <p><b>Cierre:</b> Se cierra el taller realizando las siguientes preguntas ¿Qué te llevas del taller? ¿A qué conclusión has podido llegar?</p>	Hoja bond, colores, radio, usb.	40 minutos	Miriam Vivar Herrera
-----------------	--	---	---------------------------------	------------	----------------------

## V. PRESUPUESTO

MATERIALES/SERVICIOS	CANTIDAD	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
Hojas Bond	1500	S/0.10	S/150.00
Papelotes	100	S/ 0.50	S/50.00
Plumones	5	S/ 2.00	S/10.00
Colores	117	S/ 5.00	S/585.00
Laptop	1	S/3500.00	S/3500
Proyector	1	S/900.00	S/900.00
Souvenirs	117	S/2.00	S/234.00
Tarjetas con imágenes	20	S/0.50	S/10.00
Radio	1	S/120.00	S/120
Usb	1	S/45.00	S/45.00

## VI. QUIEN FINANCIARA LA PROPUESTA:

La propuesta estará financiada por la Institución Educativa.

## VII. CRONOGRAMA

Actividades	Fechas programadas			
	Marzo	Abril	Mayo	Junio
1. "Identifico mis fortalezas": Lograr que los estudiantes identifiquen sus fortalezas y una visión positiva de sí mismos.	x			
2. Fomentando relaciones positivas con mis hijos (as) (sesión para padres): Fomentar las buenas relaciones con los hijos(as) y contribuir al desarrollo de una adecuada comunicación		x		
3. Mi familia y yo: Valorar la importancia de la familia y el respeto a las vivencias diarias.		x		

4. Comunicación verbal y no verbal: Utilizar la comunicación de manera adecuada y coherente para lograr buenas relaciones			x	
5. Me pongo tus zapatos: Identificar la forma de comunicación y desarrollar la asertividad.			x	
6. ¿Es importante el colegio?: Analizar la participación activa en las clases.				x
7. Construyendo un ambiente positivo de aprendizaje: Agregar el ingrediente emocional en el desarrollo de los aprendizajes.				x
8. Yo en el futuro: Hacer un análisis del presente y cómo se visualiza en el futuro.				x

### VIII. METAS

Lograr que el 100 % de estudiantes a través de esta propuesta fortalezca la adaptación de sus conducta para poder enfrentar diferentes situaciones de manera adecuada.

Lograr que los estudiantes identifiquen sus fortalezas, una percepción positiva de sí mismos, y de esta manera logre sobrellevar de manera adecuada los cambios que implica la transición de esta etapa.

Lograr a través del trabajo con padres una adecuada comunicación y por ende un buen clima familiar. Asimismo reforzar y fomentar las buenas relaciones entre padres e hijos y de esta manera conseguir que el estudiante valore la importancia y el respeto a las vivencias diarias.

Que el estudiante identifique la manera en la que se comunica y que logre desarrollar la condición adecuada por medio de la asertividad.

Que el estudiante identifique y analice la importancia de su participación activa en clases.