



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de Psicología

“NIVEL DE ADAPTACIÓN DE CONDUCTA EN ESTUDIANTES DE PRIMER CICLO DE PSICOLOGÍA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE TRUJILLO”

Tesis para optar el título profesional de:

Licenciada en psicología

Autora:

Briggitt Adalia Denegri Noriega

Asesora:

Dra. Romy Angélica Diaz Fernández

Trujillo - Perú

2022

DEDICATORIA

Dios que, con tu amor y tu bondad, me permites sonreír ante todos mis logros y que en cada caída me das la oportunidad de aprender de mis errores. A mi ángel que me protege desde el cielo, a mis padres que nunca dejaron de confiar en mí y apoyarme, a mis hermanos, a mi hija que es el significado del amor puro, y mi esposo que siempre está apoyándome y alentándome a seguir.

AGRADECIMIENTO

Al concluir una etapa muy importante en mi vida, quiero extender un profundo agradecimiento a mis padres que me apoyaron constantemente para no decaer; asimismo, quiero brindar mi más profundo agradecimiento a la asesora de Tesis por sus enseñanzas y apoyo incondicional no solo en lo académico, sino también en lo personal.

TABLA DE CONTENIDOS

DEDICATORIA.....	2
AGRADECIMIENTO.....	3
ÍNDICE DE TABLAS	5
RESUMEN.....	6
CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN	7
CAPÍTULO III. RESULTADOS	33
CAPITULO IV. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	38
CAPITULO V. REFERENCIAS	46
ANEXO.....	53

ÍNDICE DE TABLAS

<i>Tabla 1 Nivel de Adaptación de Conducta General en estudiantes de Primer Ciclo de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo.</i>	<i>33</i>
<i>Tabla 2 Nivel de Adaptación de Conducta Personal en estudiantes de Primer Ciclo de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo.</i>	<i>34</i>
<i>Tabla 3 Nivel de Adaptación de Conducta Familiar en estudiantes de Primer Ciclo de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo.</i>	<i>35</i>
<i>Tabla 4 Nivel de Adaptación de Conducta Educativa en estudiantes de Primer Ciclo de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo.</i>	<i>36</i>
<i>Tabla 5: Nivel de Adaptación de Conducta Social en estudiantes de Primer Ciclo de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo.</i>	<i>37</i>
<i>Tabla 6 Baremos de Adaptación de Conducta General</i>	<i>61</i>
<i>Tabla 7: Baremos de Adaptación de Conducta Personal, Familiar y Social</i>	<i>62</i>
<i>Tabla 8 Baremos de Adaptación de Conducta Educativa.</i>	<i>63</i>

RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo determinar los niveles de adaptación de conducta en estudiantes de primer ciclo de psicología de una Universidad Privada de Trujillo. Esta investigación es de alcance descriptivo, con un diseño no experimental de corte transversal, con una muestra de 43 estudiantes, cuyo rango de edades fue de 16 a 21 años. Para la evaluación se utilizó el instrumento “Inventario de Adaptación de Conducta (IAC)” previamente adaptada a la población peruana (Ruiz, 2008). Los resultados obtenidos indicaron que el 74% de los estudiantes presentan una adaptación de conducta general favorable, lo cual muestra autopercepción normal, convivencia familiar adecuada, trato normal a nivel escolar y también a nivel social. Asimismo, el 42% se encuentra en un nivel favorable respecto a la dimensión de adaptación personal relacionado al autoconcepto, autocrítica y autoestima. Mientras, que un 42% mostró un nivel muy favorable en adaptación familiar vinculado al grupo primario de apoyo. Además, un 56% muestra una adaptación educativa favorable vinculado a la relación con docentes, institución, compañeros de clase y proceso de aprendizaje. Finalmente, el 67%, se encuentra con un nivel favorable en adaptación social, asociado al reconocimiento satisfactorio de normas y convivencia saludable.

Palabras clave: *Adaptación de conducta, psicología*

CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN

1.1. Realidad problemática

Desde el inicio de los tiempos, los seres humanos se han enfrentado a una serie de dificultades, sin embargo, siempre han desarrollado la capacidad de adaptación, como reeducarse y adquirir nuevos hábitos y costumbres, para adaptarse al medio que los rodea. (Arnett, 2015).

Pues el ser humano está dotado de distintas cualidades, tanto cognitivas como del comportamiento, que les permiten afrontar con eficacia los eventos estresantes, es decir aquellas situaciones percibidas como excesivas para los recursos psicológicos que se poseen. (Bautista, 2020)

Ahora bien, hay una etapa en el desarrollo del ser humano que es la adolescencia, ésta es una etapa desafiante, de muchos cambios e interrogantes para los adolescentes, pero también para sus padres y adultos, ya que en esta etapa se producen ciertos cambios físicos, psicológicos y emocionales y es justamente en esta etapa que el adolescente hace el uso inadecuado de sus emociones, ya que a éste le resulta difícil comprender los cambios, lo que les llega a incomodar y les es difícil de manejar. Autores como De la Cruz y Cordero (2004) mencionan la incidencia de problemas de conducta que se viene mostrando en los centros educativos, presentando preocupación entre los padres y los profesores, cabe resaltar que en esta etapa existen cambios en nuestras emociones y conductas, pero si estos cambios no se dan de manera adecuada, en la etapa de la adultez se reflejarán conductas inadecuadas que causarán malestar y no se adaptarán de manera correcta a las normas de la sociedad.

La adolescencia es la etapa necesaria e importante para hacernos adultos, pues se está en la búsqueda de nuestra propia identidad, de sentirse aceptado, reconocido e incluido; pero,

esencialmente es una etapa con valor y riqueza en sí misma, que brinda infinitas posibilidades para el aprendizaje y el desarrollo de fortalezas (Gonzales, 2019).

Y es aquí que es sumamente importante el soporte que le da la familia, pues es la base para que halle el rol que desempeñará en la sociedad, en esta etapa el individuo empieza con rebeldía a dar contraria en todo lo que dicen los adultos, busca su aislamiento prefiriendo escapar del ámbito del hogar, oponiéndose a respetar las reglas o normativas que este puede plantear, esto se podría denotar en el comportamiento del menor puesto que se encuentra mayormente influenciado por el ámbito amical, en el cual se desarrolla incomodando a sus figuras paternas, y estando en constante discusión.

El ingreso a la universidad es percibido comúnmente como un proceso de adaptación que implica retos, esfuerzos y cambios en la vida de las personas, esto se puede apreciar a través de los comentarios que realizan los estudiantes, sus familiares, los profesores e investigadores en torno a las dificultades que los estudiantes enfrentan durante sus primeros semestres (Pérez y Pulido, 2016)

Sin embargo, el ingresar a la universidad generalmente es visto por los estudiantes, sus familiares y amigos como una gran oportunidad, que en un primer momento implica fuertes cambios y que a futuro representa beneficios para quien cursa una carrera universitaria, en especial en el ámbito profesional y laboral; sin embargo, a pesar de la importancia que representa el ingreso a los estudios superiores, un gran número de estudiantes toman esta decisión de manera desinformada, sin realizar una reflexión seria sobre las razones que los llevan a elegir una carrera e institución (Tinto, 1989).

Al iniciar sus estudios universitarios la persona ingresa en un mundo que le es nuevo, del cual cuenta con algún tipo de noción, pero al conocerlo directamente se enfrenta con retos que no había contemplado, que implican realizar diversos ajustes de tipo personal,

social y hábitos académicos a los cuales la institución debe poner atención para facilitar su proceso de adaptación (Nel y Bitzer, 2009).

En el proceso personal de adaptación a la vida universitaria, influyen diferentes factores como lo es el ambiente de la universidad, el lugar físico, el personal docente y administrativo, los familiares, la cultura, el nivel socioeconómico, la escolaridad previa, las expectativas sobre la institución y la carrera que eligieron tornándose críticos los primeros días de ingreso a la Universidad. (Sánchez et al., 2014).

Siendo así, cuando estos factores influyen negativamente en la percepción del estudiante sobre su nuevo centro de estudios, tiende a presentarse el riesgo de deserción.

Así, en un estudio con población universitaria norteamericana, china y taiwanesa, de ambos sexos y con edades promedio de 21 años se encontró, indistintamente de la cultura de procedencia, una asociación entre rasgos resilientes y el estilo de afrontamiento orientado a la solución de problemas (Li, Eschenauer y Yang, 2013). Asimismo, en un estudio realizado con estudiantes, agregando a ello según datos de Penta Analytics (2017), refieren que actualmente en el Perú, el 27 % de los ingresantes a una universidad privada abandonan su carrera en el primer año de estudios, la cifra aumentaría al contabilizar el total de alumnos que no terminan una carrera, pues llegan a tasas de deserción al 48%.

Por otro lado, la adaptación a la vida universitaria, otro aspecto de vital importancia en la vida del estudiante es la resiliencia predispuesta al afrontamiento de problemas y vicisitudes propios de su rol, la cual es definida por Grotberg (1995) como la capacidad del ser humano para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas e inclusive, ser transformados por ellas. Asimismo, Infante (2002) manifiesta que la resiliencia es una respuesta global en la que se ponen en juego los mecanismos de protección, entendiendo a estos la no valencia contraria a los factores de riesgo, sino aquella dinámica que permite al

individuo salir fortalecido de la adversidad, en cada situación específica y respetando las características personales.

Asimismo, es de vital trascendencia no solo analizar el acontecer actual que están enfrentando los adolescentes, sino también considerar el contexto en el cual se vienen desarrollando, por ello, es imposible pensar en los adolescentes de este nuevo milenio, sin establecer que viven en un mundo altamente tecnológico, que son nativos de internet, invento revolucionario que ha brindado grandes avances a la sociedad (Guemes, Gonzales y Hidalgo, 2017).

El adolescente actual, en muchos casos, desconoce cómo socializar adecuadamente o cómo adaptarse conductualmente a una sociedad física, no virtual. Porque, desde su nacimiento, ha crecido en un mundo tecnológico, que no deja largos espacios de tiempo, para explorar el propio ser, además, el nuevo adolescente de la era actual, suele ser absorbido por una sociedad, donde, la inmediatez se vuelve una necesidad, los adolescentes del nuevo milenio no suelen realizar un análisis de sus propias emociones, gustos, pasatiempos, el cómo lidiar con el estrés, las confusiones y las frustraciones, porque estos procesos no suelen ser inmediatos, como lo son en el mundo del internet. Aún más allá, en múltiples casos, no han logrado forjar un autoconcepto de sí mismos sin que la tecnología esté como mediadora (Varona y Hermosa, 2020).

También, la nueva era virtual afecta gravemente, la adaptación conductual personal de los individuos, ocasionando una afección en el logro de una adecuada autocrítica y autoconcepto; la nueva era digital señala duramente los defectos físicos o todo aquello que no encaje en los cánones de belleza, generando depresiones, frustraciones y rechazo en la mente de millones de adolescentes y jóvenes por no haber logrado los requisitos estéticos estipulados, motivando en ellos: trastornos alimenticios, trastornos dismórficos del cuerpo,

baja autoestima, provocando una fuerte desadaptación personal conductual, ante un mundo que constantemente juzga la apariencia externa (Vallejos, Toledo y Méndez, 2021).

Con respecto a los antecedentes de investigación es importante considerar el interés en el tema sobre la adaptación conductual, en las diferentes investigaciones que existen a nivel internacional, nacional y local que se presentarán a continuación.

Encontramos a Granizo (2016) quien realizó su investigación en Guayaquil – Ecuador, cuyo objetivo de su investigación fue identificar la relación entre la adaptación escolar y el estrés en los estudiantes de primer semestre de las carreras Psicología Clínica, Enfermería y Terapia Física y Deportiva pertenecientes a la Facultad Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional de Chimborazo. El diseño fue no experimental y correlacional, se emplearon métodos empíricos como la encuesta, la observación y la prueba psicológica. La muestra se seleccionó considerando criterios de inclusión y exclusión. Los resultados obtenidos destacaron que la adaptación escolar de los estudiantes fue baja. Hubo predominio de hipo laboriosidad, aversión a la instrucción, insatisfacción escolar, aversión al profesor e hipo motivación en más del 50% de los casos. Se detectó además que el 65% de la muestra tenía un nivel de estrés leve y el 13% moderado. En más del 50% de los casos hubo reacciones psicológicas como pérdida de la concentración, preocupación excesiva, depresión, inquietud, nerviosismo, ansiedad, angustia e irritabilidad; reacciones físicas como cansancio, fatiga, poco o mucho deseo de alimentarse y reacciones comportamentales como aislamiento y alteraciones en el sueño. Estos resultados afirmaron que hubo una relación directa en la muestra estudiada entre la adaptación escolar, que fue baja, y el estrés que reveló presencia de manifestaciones con una frecuencia alta.

Real (2016) en Ecuador, buscó establecer la adaptación conductual y los niveles de ansiedad en estudiantes universitarios del 1er, 2do y 3er semestre de la carrera de medicina. El diseño de investigación fue documental bibliográfico, de carácter cualitativa, acompañado

por una extensa revisión sistemática. Dentro de los instrumentos empleados estuvieron en Inventario de Adaptación Conductual de Ruiz (2008) acompañado por el Inventario de Ansiedad de Beck. Se concluyó que la ansiedad es una característica que permite la adaptación conductual. Sin embargo, cuando esta obtiene niveles muy altos, es cuando origina una desadaptación y requiere la pronta intervención de los profesionales de salud mental.

López y Cortón (2015) en La Coruña, España, investigó los factores que contribuyen a construir procesos resilientes en la etapa universitaria, considerada un momento clave en la evolución del individuo. La muestra estuvo compuesta por 343 estudiantes de la Universidad de A Coruña, aplicándoles la escala de Resiliencia CD-RISC, un cuestionario sociodemográfico y de actividades en el tiempo libre, de elaboración propia, y la escala de Acontecimientos Vitales de Holmes y Rahe. Los resultados indican como factores relevantes en el proceso resiliente: el número de actividades realizadas, la situación sentimental, el área de conocimiento, el escuchar música, las horas dedicadas a escribir, el compatibilizar trabajo y estudios, el practicar deporte y la frecuencia de ver a la familia. Estos hallazgos impulsan a promover dichos factores, tanto a nivel individual como dentro del contexto educativo, favoreciendo niveles altos de resiliencia, y consecuentemente, de bienestar emocional.

Fortich (2013) analizó la prevalencia del estrés académico en estudiantes de pregrado de odontología de la Corporación Universitaria Rafael Núñez de Cartagena, en Colombia. La muestra estuvo conformada por 245 estudiantes entre las edades de 18 y 21 años del I AL X ciclo. Se utilizó el cuestionario DES 30 versión en español. Los resultados muestran que los estudiantes presentan niveles de estrés elevados, presentando un promedio de 2,12 para el sexo masculino y 2,19 para el sexo femenino, asimismo los eventos que generan un mayor nivel de estrés son, el miedo a reprobado un curso o un año (48.98%) y en las evaluaciones y las calificaciones (2.71%).

Martin, Trujillo y Moreno (2013) analizaron el nivel de estrés académico que sufren los estudiantes universitarios de la Escuela Politécnica Superior de la Universidad de Málaga, en España. La muestra estuvo conformada por 492 alumnos divididos en 127 mujeres y 365 hombres que pertenecían al curso de grado de las carreras de Psicología. Se utilizó el Cuestionario de Estrés Académico. Los resultados mostraron que en general el nivel de estrés académico es elevado.

A nivel nacional se encontró las siguientes investigaciones:

En cuanto a Cerna (2018) quien realizó su investigación en Lima – Perú, cuyo propósito fue establecer la relación entre las estrategias de aprendizaje y el estrés académico en estudiantes universitarios de primer ciclo de la facultad de psicología de una universidad privada de Lima. La investigación es de nivel básico de tipo descriptivo y el diseño es correlacional. La población de estudio estuvo conformada por 110 estudiantes y la muestra quedó establecida en 88 estudiantes. Los instrumentos aplicados fueron la escala de estrategias de aprendizaje ACRA (Román y Gallego, 1994) y el inventario de estrés académico SISCO (Barraza, 2007). Los resultados obtenidos dan a conocer la confirmación de la hipótesis planteada existiendo evidencia suficiente para concluir que existe correlación significativa entre las variables estrategias de aprendizaje y estrés académico en los estudiantes de estudio (** $p = .00$), se concluyó que existe correlación inversa y significativa entre las variables.

Cayte y Quinteros (2017) en Lima, establecieron una indagación para determinar la existencia significativa entre los estados de identidad y adaptación conductual. En una muestra de 187 estudiantes universitarios adolescentes de ambos sexos, cuyo rango de edades fue entre 16 a 21 años, de una universidad limeña, mediante un diseño no experimental y alcance correlacional. Empleándose el Ego Identity Process Questionnaire (EIPQ) y el Inventario de Adaptación de Conducta (IAC), adaptado en Lima por Ruiz (2008).

Se halló que existe asociación altamente significativa entre los estados de identidad y la adaptación conductual ($X^2 = 23.050$, $p = 0.001$). Se concluye que un adecuado estado de identidad (logro de identidad) se asocia a una adaptación conductual satisfactoria.

Aquino (2016) en Lima, Perú, investigó la relación entre la adaptación a la vida universitaria y las características de resiliencia en un grupo de 122 becarios universitarios de condición socio-económica de pobreza o pobreza extrema. Asimismo, busca describir diferencias en ambas variables según características sociodemográficas. Para ello se emplearon el Cuestionario de vivencias académicas (QVA-r) y la Escala de resiliencia para adultos (RSA). Los resultados dan cuenta de una relación directa entre todas las áreas de adaptación y la resiliencia total, siendo las más altas las halladas entre el área de personal ($r = .64$; $p < .001$) y estudio ($r = .57$; $p < .001$) con resiliencia total. También, se encontró que las sub-escalas de futuro planeado y competencia social estuvieron relacionadas con todas las áreas de adaptación, encontrándose las más altas, para el primer caso, con el área de estudio ($r = .53$; $p < .001$) y, para el segundo caso, con el área interpersonal de adaptación ($r = .69$; $p < .001$).

En cuanto a Chau y Saravia (2014) a su vez hicieron una investigación con el objetivo de analizar la relación entre la salud percibida y la adaptación a la vida universitaria de un grupo de jóvenes. La investigación es correlacional y es de procedencia peruana. La muestra es de 281 estudiantes universitarios de los primeros tres años de formación y para ello, se aplicó el Cuestionario de Adaptación Universitaria (QVA -R) y un ítem del Cuestionario de Salud (SF-36; Ware, Snow, Kosinski, y Gandek, 1993). Los resultados mostraron una relación positiva entre la salud percibida y las cinco áreas que miden la adaptación universitaria. El área Personal presentó la mayor relación con la salud percibida (.46), evidenciando la importancia de la relación que existe entre la habilidad que cada persona posee para adaptarse a la vida universitaria y la percepción de salud que estos tienen.

Así mismo Arias y Chau (2013) quien desarrolló su trabajo en Lima, cuyo propósito de su investigación fue analizar la relación entre la salud percibida y la adaptación a la vida universitaria de un grupo de jóvenes estudiantes de Lima, Perú. Para ello, se aplicó el Cuestionario de Adaptación Universitaria (QVA-R) y una medida de salud percibida, a una muestra de 281 estudiantes universitarios. Los resultados mostraron una relación positiva entre la salud percibida y las cinco áreas que miden la adaptación universitaria, el área personal presentó la mayor relación con la salud percibida.

Del mismo modo, Olano (2021), en Trujillo, buscaron saber la adaptación de comportamientos de alumnos en relación a la procedencia en un centro de estudios para determinar si existen diferencias significativas entre los niveles de adaptación de conducta de los alumnos foráneos con los lugareños de un centro de estudios preuniversitario de una universidad privada. A su vez, la indagación fue de carácter básica y descriptiva de dos grupos y transversal. La población-muestra la conformaron 133 alumnos. Se empleó el Inventario de Adaptación de Conductas validado con fórmula de Spearman-Brown y con confiabilidad de Alfa de Cronbach. Se concluyó la existencia de una relación muy significativa de dependencia entre la procedencia (foráneo o lugareño) y el nivel de adaptación general en los estudiantes del centro preuniversitario. (χ^2 : 16,227).

Con el fin de conocer y profundizar la variable, es importante conceptualizarla.

Según Sánchez (2015) la adaptación es la forma en que las personas se desenvuelven en su medio interactuante, evidenciando si la persona está habituada o no al lugar de acuerdo a la manera en que se ajusta su comportamiento a las condiciones establecidas. Asimismo, Aragón y Bosques (2012) la adaptación genera una referencia del equilibrio emocional y de la identidad de las personas, como también de la exigencia que hace cada persona para lograr un ajuste entre sus rasgos personales, sus necesidades y las exigencias del entorno donde interactúa, ya que una persona correctamente adaptada evidencia sentimientos positivos de

sí mismo, se siente capaz y exitoso, mostrando autosuficiencia e independencia, es participativo, persistente en conseguir sus intereses, se relaciona bien con los demás, se siente satisfecha con su vida, la disfruta y no se deja abrumar por los problemas.

Por ende, la adaptación conductual es un elemento vital ante un entorno cada vez más cambiante, desafiante y hostil que requiere, que los individuos logren hallar un equilibrio emocional, afectivo y psicológico frente a las exigencias de un mundo moderno, muchas veces diverso, complejo e impredecible (Saldaña, 2020). Del mismo modo, en relación a la adaptación conductual, han existido diversas variaciones en cuanto al núcleo de la sociedad, que es la familia, la cual, se ha visto duramente afectada, por un nuevo mundo virtual, tecnológico, del internet y por la fuerte influencia que estas nuevas sociedades virtuales generan, provocando o promoviendo modelos o sistemas de creencias que debaten los principios instaurados por las propias familias en el hogar (Arnett, 2015).

Entre las características que ha de tener una buena adaptación se encuentran: poseer conciencia de sus motivos y deseos, adecuarse a las actividades designadas en base a sus capacidades, tener una apreciación de sí mismo, reconocerse como persona aceptada por la sociedad, formar relaciones satisfactorias con otras personas, realizar sus actividades con entusiasmo y poseer resiliencia frente a los problemas (Whittaker, 2013).

Consecutivamente, han existido diversas teorías, que han buscado explicar la variable de adaptación conductual en adolescentes, como lo ha sido mediante el Inventario de Inadaptación de conducta basado en De la Cruz y Cordero (2015) la cual define a la variable como, la acomodación que manifiesta un individuo centrado en la apreciación e interpretación de su entorno, llegando a aceptar las normas, logrando un equilibrio consigo mismo y quienes le rodean.

Al respecto, de la adaptación de conducta, existen diversos factores como, la adaptación familiar, la cual, es la valoración que un individuo brinda sobre su interacción en

relación con las personas con quienes convive en el hogar. También, engloba el nivel de satisfacción con las normas otorgadas allí. Así como, una actitud crítica ante la sensación de soporte y apoyo dentro de casa o el sentido de protección hacia dicho grupo de apoyo primario (De la Cruz y Cordero, 2015).

Del mismo modo, es de útil relevancia señalar, que el término de familia va cambiando con el tiempo. Por ende, no debe considerarse según estereotipos sociales tradicionales, que sostienen como familia, a la composición de: madre, padre e hijos. Por ende, el profesional de la salud mental no debe analizar a las familias, partiendo solo y únicamente por quiénes la conforman, sino en base a la calidad relacional de sus miembros y hacia qué tanto estos favorecen la adaptación conductual (De la Cruz y Cordero, 2015).

En relación con la adaptación conductual en adolescentes tanto escolares como universitarios, se han generado una serie de mitos y prejuicios que deben desterrarse, citas como: "Todos los adolescentes son promiscuos, no saben qué hacer con su vida, son inmaduros, son rebeldes, consumen drogas, son todos irrespetuosos, etc.". Generan una hostilidad normalizada e institucionalizada que no favorecen la salud mental ni a la adaptación conductual en absoluto (Butti, 2016).

Según Gonzáles y Pedraza (2017) las interacciones de la persona con su entorno inmediato (familia, amigos, aula y compañeros escolares) influyen en los modelos de adaptación conductual de los adolescentes. Además, la adaptación conductual es uno de los factores que se considera en el desarrollo humano, ya que constituye un parámetro de equilibrio emocional y de la identidad con base en la exigencia que tiene la persona de lograr un ajuste entre sus características personales y las demandas del entorno donde se relaciona y también permite lograr niveles de satisfacción adecuados con su familia, la escuela y la sociedad (Carrasco, 2018).

Para De la Cruz y Cordero (2015) existen cuatro niveles de adaptación conductual en el adolescente: personal, familiar, social y escolar. La adaptación personal, se relaciona con la afectividad del adolescente que se encuentra satisfecho con su propio cuerpo, su familia y sus recursos personales, posee una buena autoestima, tiene una percepción positiva de su pasado, se siente capaz de asumir retos y dificultades, no tiene temor al futuro, se visualiza contento con su desempeño en la sociabilización con las personas. Sin embargo, la falta de adaptación personal en el adolescente se manifiesta en la falta de aceptación de los cambios que sufre en su cuerpo y en su entorno.

La adaptación familiar, indica que el adolescente se encuentra contento y satisfecho con sus padres y familia en general respecto a sus cualidades personales y profesionales, con el modo en que se solucionan los problemas de la casa, el trato hacia los hermanos, y el ambiente en general del hogar. De igual manera, siente que lo comprenden, lo estiman, lo valoran, lo consideran importante y se interesan por sus cosas, percibe que lo corrigen de forma asertiva, se muestra de acuerdo con las exigencias y no se siente limitado en sus actividades personales. En cambio, la inadaptación familiar se muestra por las actitudes críticas hacia sus relaciones familiares, el no aceptar las reglas dadas y el deseo de querer escaparse de ese entorno (Carrasco, 2018).

Es importante señalar que según Delgado, Oliva y Sánchez (2011) el proceso de adaptación en el adolescente está fuertemente ligado y dirigido por las relaciones con sus familiares, y con mayor énfasis en la percepción que tiene el adolescente acerca de sus padres y en base a la calidad de vínculos afectivos.

La adaptación escolar del adolescente se aprecia en la satisfacción en relación a lo que le enseñan en el colegio y las asignaturas que cursa, considera que es importante para hacer frente a las demandas de la vida real, se muestra de acuerdo con la organización general del centro educativo, respeta y valora a sus profesores, el nivel de exigencia, los castigos y

el trato a todos por igual, está satisfecho con sus compañeros, no siente limitada su libertad por las exigencias y presiones de los profesores. Contrario a ello es la desobediencia hacia las exigencias, la estructura del colegio y a la atención de los maestros y amigos (De la Cruz & Cordero, 2015).

Finalmente, la adaptación social es aquella en la que el adolescente se siente hábil en situaciones de interacción social, inicia conversación y hace amigos; participa en grupos, disfruta de las reuniones, ayuda, organiza actividades y se encuentra disponible para participar, tiene facilidad para hablar en público, y se siente integrado entre los compañeros; no obstante, la inadaptación social es cuando presenta actitudes inadecuadas en la calidad de las interacciones sociales, deseos de aislamiento, actitudes críticas e inseguridad (Gallos, 2019).

Así mismo a nivel universitario existen Investigaciones recientes han mostrado que la adaptación a la vida universitaria puede ser comprendida mediante tres dimensiones fundamentales. En primer lugar, la dimensión personal, que involucra niveles adecuados de disciplina, planeación y manejo del tiempo, afrontamiento de nuevos métodos y rutinas académicas que demandan mayor exigencia y autonomía por parte de los estudiantes, así como construcción de la identidad y proyección de vida en función de los cambios socioculturales que condicionan la toma de decisiones y conllevan alteraciones en el estilo de vida (Almeida et al., 2000).

En segundo lugar, la dimensión interpersonal, que incluye las relaciones con figuras de autoridad en general, la familia, los pares y la pareja, entre otros, y cuya valoración en términos de soporte incrementa la probabilidad de que las vivencias universitarias constituyan un factor protector de amplio espectro (Batista, Monteiro, Rodrigues, Simões y Rodrigues, 2005).

En tercer lugar, la dimensión contextual, que incluye aspectos como las nuevas formas de comunicación que emergen en las relaciones pedagógicas y con los miembros de la institución en general, los métodos de estudio, las motivaciones en el proceso de aprendizaje y las características y servicios de la institución (Almeida et al., 2000).

Sin embargo, existen enfoques de la psicología, que han intentado aportar al campo del conocimiento sobre la adaptación conductual de forma más significativa y científica, entre las que destaca el modelo cognitivo conductual, el cual propone que la adaptación conductual es un estado psicológico producto de una serie de procesos sociales, culturales, emocionales y personales. que la propician (Puerta y Padilla, 2011).

En relación a la descripción de la desadaptación conductual, se establece que se inicia con una experiencia previa desagradable (abandono materno, maltrato emocional, abuso sexual, negligencia, discriminación racial, por orientación sexual, económica, acoso) seguido de una serie de creencias centrales negativas, producto de las experiencias anteriores, como: "No confío en la gente" (resultado de discriminación racial previa), estas creencias serán individuales y dependerán del procesamiento mental de cada adolescente, el nivel de protagonismo que adquirirá en sus vidas (Puerta y Padilla, 2011).

Posteriormente, muchas de las creencias limitantes, pasarán a ser parte de "reglas de vida" para el adolescente, realizándose un diálogo interno que se intensifica cada vez más, buscándose una racionalización que justifique las ideas individuales, como: "No confío en la gente, pero, necesito ser aceptada y protegida. Pero, debo ocultarme, para evitar el rechazo social"

Asimismo, habrá situaciones desencadenantes que activen el recuerdo de las experiencias desagradables, las creencias y reglas de vida preestablecidas. No obstante, si una persona, vive bajo un ambiente de tranquilidad y ecuanimidad emocional, regular y relativamente estable, las posibilidades de desarrollar pensamientos desadaptativos se

reducen drásticamente. Porque, de contar con adaptación familiar, personal, educativa y social, será menos probable que desarrolle creencias limitantes o normas de vida perjudiciales para su salud mental (Rodríguez, 2018).

En contraposición, cuando el adolescente, no se ha adaptado conductualmente, basará su vida, en normas regidas por creencias limitantes, se generarán pensamientos automáticos y distorsiones cognitivas que pongan en duda, la propia capacidad personal, lo que desencadena emociones negativas a nivel físico y mental, activándose la tristeza, ansiedad, frustración y optándose por comportamientos desadaptativos: aislamiento social, autolesiones, intentos de suicidio u otros como vía alternativa (Rodríguez, 2018).

Continuadamente, basado en modelos de Aaron Beck, existe una serie de etapas que analiza el enfoque Cognitivo Conductual, como el pensamiento, sentimiento, situación, conducta, intrínsecamente relacionado con la adaptación conductual (Rodríguez, 2018).

Dentro del enfoque cognitivo conductual, se halla el proceso terapéutico denominado reestructuración cognitiva, que consiste en moldear las ideas sobre las situaciones, emociones, sentimientos y conductas que rigen a un ser humano. Ante esto, para lograr dicha etapa vital, se establece que inexorablemente deben seguirse ciertos postulados fundamentales como, el principio que establece que todo pensamiento puede cambiar, porque son fruto del aprendizaje, por ende, pueden también desaprenderse. Del mismo modo, el adolescente solo debe cambiar aquellos pensamientos que le generan malestar o desadaptación conductual, pero, puede conservar todos aquellos que le agradan y forjan su forma de ser (Navarro y López, 2013).

A su vez, para mantener la adaptación conductual, el individuo debe conocer que la creencia generada por un pensamiento no refiere que es veraz o irrefutable porque, la fuerza con la que creemos en algo, muchas veces se hace como un mecanismo de adaptación, pero, no es veraz. Por lo tanto, la adaptación conductual es una habilidad cognitiva que consiste

en reconocer una elevada gama de pensamientos y saber que estas pueden ser refutables, si están generando malestar emocional y son una barrera en el cumplimiento de objetivos. Pudiéndose retirar del repertorio conductual, desaprenderse y optarse paulatinamente por la práctica de otra conducta más favorable (Navarro y López, 2013).

Aunado a ello, para incentivarse la adaptabilidad conductual, es posible establecerse que los pensamientos negativos automáticos, son juicios de valor, interpretaciones, evaluaciones de hechos, pero, nunca son definitivos ni irremediables, pueden cambiar. Porque, para la mente humana, no existe ninguna situación donde no exista la adaptación, tampoco existe ninguna situación, donde la adaptación no pueda ser mejorada o potenciada (Navarro y López, 2013).

A la par, para lograr la adaptación conductual, es de vital trascendencia que se consiga la discusión cognitiva, donde el individuo analiza su conjunto de pensamientos y creencias, los discute analíticamente, y utilidad, qué tanto le aportan o no a su vida, aunque, esto en muchas ocasiones, genere un constructivo malestar racional, donde el individuo reconoce que existen nuevas y más útiles formas de pensamiento y que experimentará una tensión emocional, para dejar su repertorio conductual habitual y optar por uno nuevo, es consciente de la dificultad y malestar que le ocasionará pero, aun así opta por el cambio, es así cómo se propicia la adaptación conductual continua (Dajan, 2019).

Asimismo, la terapia cognitivo conductual en relación a la adaptación conductual se centra en la búsqueda de la mejora inicialmente, de la adaptación conductual personal o con uno mismo, del autoconcepto, la adquisición de una capacidad de autocrítica positiva y el desarrollo de la autoestima, para luego intentar promover una adaptación conductual familiar, social o educativa. Por lo tanto, avizora la adaptación conductual como un proceso de adentro hacia afuera: "Yo me adapto a mí para adaptarme a los demás y que los demás no generen desadaptación en mí" (Dajan, 2019).

Sumado a esto, todas las personas son un círculo de constantes procesos de adaptación conductual, todos almacenan información mediante la sensación, percepción de forma diaria y continua porque, el cerebro y la mente siguen interpretando el mundo circundante. Por ende, la adaptación conductual, es una constante de cada día, el individuo aprenderá a adaptarse conductualmente, durante todo su ciclo de vida (Rodríguez, 2018).

Painepán (2012) manifiesta que las dificultades en el proceso de adaptación a la vida universitaria son: El ritmo de estudio o presión por la carga académica, dudas vocacionales e intención de cambiarse o retirarse de la carrera, la incomodidad social, malestar emocional o físico relacionado con la participación en las aulas universitarias o actividades propias de la universidad, finalmente la falta de confianza en sí mismo.

En el primer año de universidad los estudiantes enfrentan problemas que surgen tanto por su etapa evolutiva como por la transición de la Educación Media a la Educación Superior, lo que conlleva, inevitablemente, un sentido de pérdida y al mismo tiempo de nuevas oportunidades. En las primeras seis semanas de vida universitaria se producen grandes cambios para el estudiante, debido a que se ve obligado a pasar de un ambiente conocido y relativamente seguro a un mundo más individualista y desconocido, en el cual debe valerse por sí mismo (Díaz, 2008, citado en Fernández, 2014). Dentro de este proceso de cambios, pueden surgir también dificultades de tipo sociales, académicas y psicológicas, que les impidan una adaptación favorable a la vida que inician.

Ingresar a la universidad implica obligaciones y responsabilidades que para muchos puede ser una situación estresante, un claro ejemplo es que con frecuencia los estudiantes universitarios presentan problemáticas que afectan su bienestar y les impide una adaptación adecuada, entre ellas se encuentran la alta prevalencia de sintomatología ansiosa relacionada con el estrés académico, agotamiento mental, trastornos alimentarios, ideación suicida, conductas auto punitivas, uso abusivo de alcohol y otras sustancias (Fernández, 2014).

El rendimiento académico también es un factor personal que incide en la adaptación.

Los estudios asociados al éxito y/o al fracaso académico enfatizan la importancia de la experiencia académica y personal del estudiante, señalándose que una de las causas fundamentales del llamado fracaso escolar o rendimiento académico insatisfactorio es la falta de estrategias de aprendizaje adecuadas para abordar el estudio.

Las expectativas propias también son un factor que influye en el proceso de adaptación, en el caso de las carreras universitarias, donde su concreción exige y requiere de cierto lapso de tiempo y diversidad de acciones, las expectativas se comportan acorde a un escenario de escasa previsión y, por lo tanto, se vinculan más a las experiencias pasadas del estudiante en la educación secundaria que a la vida universitaria en sí; en efecto, el estudiante que ingresa a la Educación Superior tiene un escaso conocimiento del mundo universitario, por tanto construye sus expectativas acorde a experiencias vividas en lo mediato.

En los estudiantes de primer año de Universidad, las expectativas sobre las condiciones de la vida estudiantil o académica puede llevar a decepción temprana en caso que lo esperado no coincida con lo realidad y puede traer consigo la deserción del sistema. El establecimiento de vínculos afectivos es otro factor personal altamente significativo en la adaptación. Durante la adolescencia se producen cambios importantes en la forma en que se establecen las relaciones interpersonales con los pares, buscando, principalmente, un confidente para compartir las dificultades. Este confidente pasa a sostener y ayuda a avanzar y, al mismo tiempo, resulta ser un espejo fundamental porque aún no se está seguro de sí mismo.

En cuanto a Fernández (2014), también afirma que existe una relación significativa entre promedio académico y las dimensiones de las relaciones de amistad, como confianza, lealtad y exclusividad; es decir, el promedio académico se ve afectado por la capacidad para mantener una relación de amistad única y especial y la capacidad para guardar confiar y estar

dispuesto para el otro(a) en cualquier situación. Por otra parte, dentro de los factores intervinientes en la adaptación se encuentran los factores familiares.

Por último, se encuentran los factores del entorno universitario, que dicen relación, en primera instancia, con la ayuda económica entregada a los estudiantes (becas y beneficios), lo que representa un factor importante en las posibilidades de permanencia, puesto que las tasas de deserción varían dependiendo de la cantidad y duración de la ayuda. Por otra parte, se encuentran las posibilidades de actividades extraprogramáticas que ofrecen las instituciones de educación superior que son gravitantes en la adaptación, pues a través de éstas, el estudiante fortalece sus habilidades sociales, desarrolla otros ámbitos de su personalidad y puede llegar a descubrir nuevos talentos. (Ishitani y DesJardins, 2002, citados en Fernández, 2014).

También, dentro del ámbito del entorno universitario, es posible visualizar la importancia asignada a la relación con los profesores, pues las investigaciones comprueban que, a mayor cercanía con el docente, los estudiantes permanecen más motivados e interesados por continuar y concluir su carrera profesional. Esta idea resulta mucho más evidente si el profesor utiliza estrategias pedagógicas que dan la posibilidad al estudiante de ir construyendo su aprendizaje con la compañía de un docente-facilitador que es confiable y competente en su área.

Habiendo argumentado, esta investigación resalta su importancia teórica, debido a que será una guía informativa para futuros trabajos, ya que no se evidencian estudios actuales bajo la misma variable, asimismo este estudio permitirá identificar y tomar las medidas necesarias a los responsables de la universidad para la atención e intervención temprana, abordando las problemáticas mencionadas en este estudio, las cuales atentan contra la salud mental de los adolescentes.

En cuanto a sus implicancias prácticas representa una importante contribución para sentar las bases de desarrollo de estrategias además de métodos de mejora para la adaptación conductual en la población de estudio.

Su relevancia social permite ser de beneficio para las personas interesadas en la variable de estudio adaptación conductual, permitiéndoles brindar información de interés para el desarrollo de sus investigaciones o aplicación en determinados ámbitos o campos de estudio.

Finalmente, a nivel metodológico se determinan los componentes respectivos para la investigación, debido a que las técnicas e instrumentos utilizados, el tipo y diseño de la presente investigación, además de los procedimientos estadísticos, permitirán servir como guía y orientación metodológica para otros investigadores.

2.1. Formulación del problema

¿Cuál es el nivel de adaptación de conducta en estudiantes de primer ciclo de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo?

3. Objetivos

3.1.1. Objetivo general

Determinar el nivel de adaptación de conducta general en estudiantes de primer ciclo de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo.

3.1.2. Objetivos específicos

- Identificar el nivel de adaptación de conducta personal en estudiantes de primer ciclo de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo.
- Delimitar el nivel de adaptación de conducta familiar en estudiantes de primer ciclo de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo.

- Establecer el nivel de adaptación de conducta educativa en estudiantes de primer ciclo de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo.
- Definir el nivel de adaptación conducta social en estudiantes de primer ciclo de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo.

CAPITULO II. MÉTODO

2.1. Tipo de investigación

La presente investigación es de enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental, ya que no existió manipulación alguna de la variable, sino una medición para determinar el nivel de adaptación de conducta en estudiantes de primer ciclo de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

Así mismo es de tipo descriptivo, porque implica realizar caracterizaciones generales sobre una variable de estudio, así como sus dimensiones (Sánchez y Reyes, 2006)

Por otro lado, en base a la temporalidad, la indagación es de corte transversal, en función que hubo un análisis de la variable, en una única situación de recolección de datos (Hernández et al., 2014).

2.2. Población y muestra

2.2.1 Población

Los evaluados fueron 150 estudiantes de Primer Ciclo de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo.

2.2.2 Muestra

La muestra del estudio estuvo conformada por 43 estudiantes de Primer Ciclo de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo cuyo rango de edades fue de 16 a 21 años.

Así mismo se utilizó la técnica de muestreo no probabilístico por conveniencia, ya que se trató de evaluar a la mayor cantidad de participantes que cumplan con los criterios de inclusión y exclusión (Hernández y Sampieri, 2017)

Dentro de los criterios de selección de la muestra se tendrán en consideración los siguientes criterios:

Criterios de inclusión

- Estudiantes de 16 a 21 años de edad.
- Cursantes únicamente de primer ciclo de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo.
- Que acepten ingresar al estudio
- Acepten llenar el consentimiento informado.
- Estudiantes que respondieron todo el cuestionario.

Criterios de exclusión

- Estudiantes que no deseen ser parte del estudio.
- Estudiantes que no concluyeron el cuestionario o no lo desarrollaron de manera adecuada.

2.3. Técnicas e instrumentos de recolección y análisis de datos

2.3.1. Técnica de recolección de datos.

La técnica aplicada para esta investigación ha sido la encuesta, puesto que mediante la aplicación de la prueba psicométrica estandarizada se ha medido la variable específica determinando su estado en una variable (Hernández, Fernández, y Baptista, 2014).

2.3.2. Instrumentos

Inventario IAC de Adaptación de Conducta.

Al respecto, se empleó el Inventario de Adaptación de Conducta de Victoria de la Cruz y Agustín Cordero (1990), el cual tiene como objetivo evaluar el nivel de adaptación que presenta la persona en el ámbito personal, familiar, escolar y social. Este instrumento cuenta con 7 ediciones procedentes de TEA Ediciones Madrid, España. En 1995 se adaptó la prueba en Lima (Perú) por Cesar Ruiz Alva de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. El

inventario cuenta con 123 frases para responder con las alternativas “SI” y “NO”. Se puede aplicar de manera individual y colectiva.

Dentro de su composición, el Inventario cuenta con una Escala Global General, que consta de la suma de los 123 ítems totales. Por otro lado, se divide en 4 dimensiones: Adaptación personal (del 1 al 10; del 42 al 51; del 83 al 92). Adaptación Familiar (del 11 al 20; del 52 al 61; del 93 al 102). Adaptación Educativa (del 21 al 31; del 62 al 72; del 103 al 113) y Adaptación Social (del 32 al 41; del 73 al 82; del 114 al 123).

Del mismo modo, las puntuaciones máximas son: Adaptación personal: 30 puntos, Adaptación familiar: 30 puntos, Adaptación escolar: 33 puntos y Adaptación social: 30 puntos. Luego de ello, se obtiene la suma de las puntuaciones de los cuatro factores, convirtiéndose en puntuaciones típicas S (X 50 y DE 20) o en centiles o mediante los Baremos de los Puntajes directos. A mayor calificación referirá mayor grado de adaptación en el área correspondiente.

En cuanto, a la confiabilidad Cayte y Quinteros (2018), en un análisis para poblaciones universitarias en Lima, establecieron una fiabilidad global del instrumento mediante coeficiente alpha de Cronbach adecuado (0,82), también las dimensiones presentaron una fiabilidad adecuada que oscilan entre ,71 y ,84. Sobre, la validez de constructo, se comprobó que existe una correlación significativa mediante r de Pearson ($p = ,000$).

Procedimiento

Para comenzar a escoger el tema de investigación, se tuvo que realizar una revisión bibliográfica, que se consideraba el análisis de investigaciones internacional, nacional y localmente para determinar la posibilidad de incluir la variable de interés de estudio. Es así como se determinó el estudio el nivel de adaptación de conducta en estudiantes de primer ciclo de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo. Para evaluar la variable Salud Mental, se consideró el Inventario de Adaptación Conductual IAC adaptado por Ruiz (2008), el cual consta con antecedentes de haber sido aplicada en Trujillo-Perú con una fiabilidad de índices altos, indicando de esta manera, que dicho instrumento es confiable y apto para su aplicación.

Luego, se optó por elegir la población objeto para emplear el instrumento, optándose por una universidad privada de Trujillo, para ello, se coordinó con la directora de Carrera de Psicología de dicha institución, quien comunicó a los docentes, los propósitos del estudio y envió un link mediante Google Forms del instrumento a los estudiantes de primer ciclo, resultando una muestra de 43 estudiantes de primer ciclo de Psicología en Trujillo. A su vez, cabe mencionar que se hizo la aplicación individualizada realizando los criterios de selección para que puedan aceptar ingresar al estudio y verificar que cumplieran los distintos criterios de selección.

Así mismo, una vez terminado el tiempo de evaluación se pasó a descargar la base de datos de Excel para luego, procesar los diversos datos a través de la corrección del inventario que fue aplicado a los participantes. Los resultados de la investigación realizada fueron basados en los objetivos planteados.

En cuanto a los aspectos éticos considerados en el presente estudio son el derecho a la confidencialidad y anonimato, la participación voluntaria que le reserva el derecho de participar y retirarse del mismo si así lo decide el participante (APA, 2010).

CAPÍTULO III. RESULTADOS

Tabla 1

Nivel de Adaptación de Conducta General en estudiantes de Primer Ciclo de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo.

Adaptación de Conducta General.	N	%
Muy favorable	6	14%
Favorable	32	74%
Desfavorable	5	12%
Muy Desfavorable	0	0%
Total, general	43	100%

Fuente: Elaboración propia.

En la Tabla 1 se halló que la puntuación más predominante fue un 74% con un nivel favorable, lo que refiere haber alcanzado un estado de equilibrio entre las necesidades internas y las exigencias externas, es decir que han logrado una estabilidad en los ámbitos personal, familiar, académico y social.

Tabla 2

Nivel de Adaptación de Conducta Personal en estudiantes de Primer Ciclo de Psicología de una Universidad Privada en Trujillo.

Adaptación de conducta Personal	N	%
Muy favorable	12	28%
Favorable	18	42%
Desfavorable	11	25%
Muy desfavorable	2	5%
Total, general	43	100%

Fuente: Elaboración propia.

En Tabla 2 resalta que un 42% presentó un nivel favorable y un 28% muy favorable, de lo que se puede inferir que los evaluados presentan confianza en sí mismos, admiten los cambios en su organismo sin preocupaciones y manejan el control de sus sentimientos. Se ven capaces de enfrentarse a las dificultades y no tienen miedo al futuro, es decir que han logrado un adecuado autoconcepto, autocrítica y desarrollo de autoestima.

Tabla 3

Nivel de Adaptación de Conducta Familiar en estudiantes de Primer Ciclo de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo.

Adaptación de Conducta	N	%
Familiar		
Muy favorable	18	42%
Favorable	18	42%
Desfavorable	7	16%
Muy desfavorable	0	0%
Total, general	43	100%

Fuente: Elaboración propia.

En la tabla 3 los evaluados han alcanzado niveles Muy favorables (42%) y Favorable (42%), de este resultado se puede inferir que probablemente, los evaluados perciben buena comunicación familiar, comprensión, aceptación y apoyo, lo que permite aceptar con facilidad las reglas establecidas en el hogar, creando así un buen clima familiar.

Tabla 4

Nivel de Adaptación de Conducta Educativa en estudiantes de Primer Ciclo de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo.

Adaptación Conductual Educativa	N	%
Muy favorable	12	28%
Favorable	24	56%
Desfavorable	7	16%
Muy desfavorable	0	0%
Total, general	43	100%

Fuente: Elaboración propia.

En la Tabla 4, se observa un 56% favorable y un 28% muy favorable, lo cual significa, que un alto número de evaluados acepta las reglas de la institución, se adapta con facilidad a las exigencias y método de enseñanza. Mantiene un buen trato con los docentes y compañeros, lo que lo motiva a aprender y a estudiar, es decir ha logrado desarrollar actitudes críticas positivas en relación al sistema educativo al que pertenece.

Tabla 5:

Nivel de Adaptación de Conducta Social en estudiantes de Primer Ciclo de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo.

Adaptación de Conducta Social	N	%
Muy Favorable	1	2%
Favorable	29	67%
Desfavorable	12	28%
Muy Desfavorable	1	2%
Total, general	43	100%

Fuente: Elaboración propia.

En la tabla 5 un 67% puntuó favorable, de lo cual se puede inferir que los evaluados tienen facilidad para desenvolverse, son más activos en establecer nuevos vínculos amicales, así como modificar sus patrones de comportamiento para ajustarse a las normas imperantes en el medio social en el que se mueven, logrando así un equilibrio emocional en relación al cumplimiento de normas y una actitud crítica positiva sobre las personas que conforman su comunidad.

CAPITULO IV. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

4.1 Discusión

La investigación tuvo como objetivo determinar el nivel de adaptación de conducta general en estudiantes de primer ciclo de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo, obteniendo como resultado que un 74% obtuvo un nivel favorable, el 14% muy favorable y un 12% desfavorable, lo cual refiere, que para una inmensa mayoría de los evaluados no les ha resultado un gran y significativo desafío adaptarse conductualmente en las diversas áreas de sus vidas: personal, familiar, educativa y social. Del mismo modo, en cuanto a la adaptación conductual general, los resultados señalan, que una gran mayoría, ha podido adquirir las habilidades blandas necesarias para poder hacer frente a todos los cambios que se vienen desarrollando desde el 2020, el cual, fue un año lleno de desafíos y alteraciones significativas producto de la coyuntura de la pandemia COVID 19, proceso al cual, siguen adaptándose. Ante ello, estos resultados pueden reflejarse en los hallazgos de Cayte y Quinteros (2018) quienes, establecieron que una adaptación conductual general satisfactoria, puede promover el equilibrio emocional a pesar, que las circunstancias externas sean adversas

Del mismo modo, es trascendente destacar, que el hecho de presentar un nivel de adaptación conductual favorable (74%) o muy favorable (14%), no refiere que el individuo no presenta problemas emocionales o dificultades afectivas internamente. Si no, que a pesar de los conflictos psicológicos que pueda tener, ha logrado hallar un equilibrio emocional considerable (Cayte y Quinteros, 2018).

Así mismo la adaptación conductual general tanto en la adolescencia como en todas las etapas etarias del desarrollo humano, está íntimamente ligada a la salud mental y son el

producto de esfuerzos diarios, debido a que, todos los individuos se adaptan diariamente al medio y sostienen su propio bienestar psicológico. Asimismo, el tener niveles altos de adaptación conductual general, refiere que deben protegerse y potenciarse un número significativo de destrezas emocionales constantemente para mantener dicho progreso emocional a lo largo del tiempo (Cayte y Quinteros, 2018).

Continuadamente, sobre la adaptación conductual general, debe establecerse que los examinados que puntuaron, nivel desfavorable (12%), es importante, identificar cuál de las áreas que requieren mayor reforzamiento psicológico si es en el plano personal, familiar, educativo o social. Como lo señala Malvaceda y Simbron (2019), quien estableció que un área de adaptación conductual, donde, un individuo se perciba inconforme, genera malestar cognitivo y desequilibrio afectivo en otras áreas del desarrollo próximo. A su vez, refiere que, pese a que todas las áreas son vitales para conseguir una adaptación conductual general significativa, cada área, posee diferente priorización según la escala de valores de los individuos.

En cuanto al primer objetivo específico el cual fue identificar el nivel de adaptación de conducta familiar en estudiantes de primer ciclo de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo; se estableció que los evaluados, presentaron una adaptación favorable (42%), muy favorable (28%), desfavorable (25%) y muy desfavorable (5%), lo cual indica que gran parte de los examinados, posee destrezas anímico conductuales prósperas, que les permite un desempeño resaltante y beneficioso para la construcción de un autoconcepto sólido, el desarrollo de una autocrítica saludable y de una autoestima estable, propiciando el progreso de potencialidades y mejor reconocimiento de limitaciones, lo cual, es una de las principales actitudes para conseguir adaptación conductual general.

Prosiguiendo, con el análisis del área de adaptación conductual personal, como lo

estableció el análisis de Ramos, Fernández & Jiménez (2018), una persona con una adaptación satisfactoria en esta dimensión, tendrá menos posibilidades de adquirir creencias limitantes y de adoptar reglas de vida nocivas para el logro de la autorrealización. Además, de poder identificar pensamientos automáticos perjudiciales y debatirlos cognitivamente de forma más precisa, siendo esta área una de las más cruciales, para establecer una adaptación familiar, social y educativa. Porque, de no adaptarse una persona consigo misma, con su repertorio mental y conductual, tendrá mayores obstáculos para hacerlo en otros campos de interacción relacional.

Sin embargo, en todo lo referente a adaptación personal, debe considerarse que los evaluados, al estar transitando por la etapa de la adolescencia, como estudiantes universitarios, es comprensible que aún estén en proceso de autoconocimiento, explorando sus repertorios conductuales, afinidades y gustos personales y estén elaborando un mecanismo de dominio de sus propias emociones. Por ende, es entendible que, en esta etapa etaria, el individuo aún no haya logrado una adaptación conductual personal satisfactoria. Porque, está en proceso de construcción de su propio Yo. A su vez, es importante considerar que la adolescencia no es una etapa homogénea. Al igual, que los cambios físicos, sexuales, no se desarrollan a la misma edad para todos. Tampoco, el desarrollo madurativo emocional, cada adolescente tendrá sus tiempos afectivos y etapas de desarrollo próximo diferenciados de sus pares (Arnett, 2015).

En cuanto al segundo objetivo, el determinar el nivel de adaptación conductual familiar en estudiantes de primer ciclo de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo, se encontró que un 42% presentó un nivel muy favorable y otro 42%, favorable, mientras que un 16%, desfavorable, lo cual describe que gran parte de los evaluados, ha logrado tener con su entorno familiar, una comunicación relativamente funcional y útil, a un nivel de no tener

complicaciones emocionales significativas en el hogar.

En múltiples ocasiones, los adolescentes se adaptan con gran habilidad al ambiente del hogar, teniendo un trato cordial entre los miembros de la familia, pero eso no significa que, en todos los casos, que cuenten intimidades o secretos personales significativos a alguien de su familia, optando por otro grupo de amigos o red de contactos para dicho propósito. Por lo tanto, cada adolescente se adapta al ambiente familiar, en sus propios términos y estilos, habiendo un enorme nivel de complicidad o tan solo un nexo de cortesía y respeto mutuo saludable, mas no siempre simboliza intimidad (Del Águila, 2018).

En síntesis, sobre la adaptación conductual familiar, debe remarcarse que no todo espacio, donde el adolescente no se adapte, va a significar que este espacio es hostil o negativo para el equilibrio emocional, tan solo pueda deberse, a que la actitud crítica sobre las relaciones familiares que poseen no encaja dentro de los estándares ideales de lo que debe o no ser una familia funcional para el adolescente. Asimismo, la no adaptación al entorno familiar, puede variar con el tiempo, muchos individuos que no hallaron conexión afectivamente significativa con sus progenitores u hermanos durante la adolescencia. Pueden, llegar a desarrollar una mayor comunicación en la juventud y adultez, llegando a analizar de forma más integral el entorno familiar, llegando a variar el concepto inicial que tenían al respecto (Arnett, 2015).

Prosiguiendo con la descripción del tercer objetivo específico, el cual fue Establecer el nivel de adaptación de conducta educativa en estudiantes de primer ciclo de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo, resultó que el 56% presentó una adaptación conductual favorable, un 28% muy favorable y un 16% desfavorable. Ante ello, es observable que una inmensa mayoría no encontró grandes dificultades en adaptarse a continuar las clases virtuales en la universidad. Pese, a ser esta la primera vez que experimentan el ingreso al

mundo de la enseñanza superior. No obstante, al ser estudiantes del Primer Ciclo de Psicología y como gran parte de los examinados no han experimentado la vivencia de las clases presenciales universitarias, no han percibido la transición drástica y repentina del cambio de modalidad de enseñanza.

Además, sobre la adaptación conductual educativa, la mayoría de los examinados de la investigación que iniciaron las clases universitarias en 2021, ya han tenido la oportunidad de ir preparándose en el mundo del aprendizaje virtual, al tener que llevar el último periodo escolar a distancia en 2020, por ende, la transición puede resultarles menos perjudicial.

En otro aspecto, en referencia a la adaptación educativa, es imposible no hablar de ella sin relacionarlo a los cambios generados por la pandemia del Covid 19, que todos los examinados han vivido personalmente. Sin embargo, pese a que ha sido un proceso convulsionado y difícil para el mundo y el país, lo ha sido aún más para adolescentes con menores recursos económicos y sociales, quienes, siendo ya vulnerables, lo han sido aún más por no tener la solvencia necesaria para adaptarse a los estragos del Covid19 (Lacomba et. Al, 2020).

Por consiguiente, ante el análisis sobre la adaptación conductual educativa, partiendo de los estudios hechos por Lacomba et. al. (2020) establecieron que los adolescentes con mejores recursos suelen tener mayores posibilidades de adaptarse al mundo educacional con mayor éxito. Porque, poseen las necesidades básicas cubiertas, pudiendo dedicarse a la actividad académica, de forma más plena, teniendo más energía emocional para poder contemplar sus estudios con mayor vocación, visión y proyección futura. Ante ello, considerando que los examinados fueron alumnos pertenecientes a una universidad privada y cuentan al menos con el medio tecnológico de un computador e internet para completar el inventario. Siendo, el acceso a internet, una realidad posible para apenas el 40% de familias

peruanas, es factible, que la población elegida, sí haya contado con mayores recursos para la adaptación conductual educativa. También, debe prestarse suma atención a que los evaluados son estudiantes del primer ciclo, por ende, poseen a su favor, el carácter de novedad cognoscitiva, mayores niveles de expectativa y menor grado de deserción educativa. También, tiende a presentar mayor motivación por la carrera escogida y una vocación más fortalecida, que aún no ha sido puesta a prueba. Por ende, es evidente que sí existe según estudios de Terán (2016), el hecho que estudiantes de los primeros ciclos están con mayores niveles de aprehensión y adaptación al sistema educativo y más aprehensivos hacia el binomio metodológico de enseñanza-aprendizaje que estudiantes de otros ciclos.

Aunque, en relación a la adaptación conductual educativa, una gran mayoría puntuó de forma favorable en esta área, no fue así para un 16%, lo cual, puede explicarse, en los estilos de aprendizaje de los estudiantes. Porque, para muchos aún, es vital tener contacto físico con los docentes, escuchar la voz a modo vivencial, tener el diálogo frente a frente con sus compañeros y contar con la noción de un ambiente físico circundante, del cual aprenden, por el contacto con diversos colores, carpetas, escritorios y demás elementos; percibiendo a través de lo visual y siendo más sensitivos que el promedio de sus pares. Por lo cual, el mundo virtual, puede serles productivo para otros fines, pero, no necesariamente para recibir las enseñanzas, no todos los individuos se adaptan a la modalidad virtual con la misma agilidad y rapidez, en algunos, requerirá mayor tiempo (García, 2021).

Prosiguiendo, con los hallazgos obtenidos, el quinto objetivo fue determinar los niveles de adaptación conductual social en estudiantes de primer ciclo de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo, estableciéndose que manifestaron un nivel muy favorable (2%), favorable (67%), desfavorable (28%) y muy desfavorable (2%). Ante ello, se puede esclarecer que una gran mayoría no ha encontrado notable impedimento para adaptarse a las

relaciones con el entorno humano que les rodea. Considerando, que para los adolescentes lo social, se entiende como la relación con los demás, mediante la comunicación en el plano tanto presencial como virtual. Porque, han nacido bajo esa dualidad (Fernández, 2012).

Sin embargo, en la adaptación conductual social para un significativo 30% de evaluados que puntuaron en los índices más bajos, entre un nivel muy desfavorable y desfavorable, lo cual, puede deberse, a que estos examinados se hallan en un proceso de transición como la adolescencia. Por ende, llevan descubriendo, el cómo desenvolverse en las relaciones interpersonales, así como adaptándose culturalmente de modo más amplio a la fusión entre las interacciones virtuales con las presenciales y configurando un repertorio conductual más amplio (Galindo y Vela, 2020).

Por lo tanto, en mención a la adaptación conductual social en los adolescentes universitarios, de hoy en día, tendrán un doble proceso de socialización, que quizás otras generaciones, no habían enfrentado, que es lidiar con lo físico y virtual de forma constante. Pero, no solo interactuar con esta nueva mecánica situacional, sino que el otro gran desafío radica en lograr hallar un equilibrio entre ambos lados, que conforman la dinámica social del futuro (Galindo y Vela, 2020).

4.2 Conclusiones

- Los índices de Adaptación Conductual General establecieron que un 74% posee un nivel favorable, indicando que los alumnos examinados han logrado hallar un equilibrio emocional aceptable en líneas generales a nivel personal, familiar, educativo y social.
- Del mismo modo, en cuanto al análisis por dimensiones, en la adaptación conductual personal, se estipuló que un 28% cuenta con un nivel Muy favorable y un 42% favorable, lo cual refiere que gran parte de los encuestados, presentaron un equilibrio en relación al autoconcepto, una actitud crítica positiva consigo mismos y una autoestima estable.
- Además, en cuanto a la dimensión de adaptación conductual familiar, un 42% puntuó muy favorable y otro 42% favorable, sumando un 84% en las escalas más altas del Inventario. Lo cual, refleja que una gran mayoría, posee una comunicación familiar plena, una actitud crítica positiva hacia el grupo primario de apoyo. Aunque, no se conoce la cohesión a profundidad entre los estudiantes con sus familias, se conoce que tienen relaciones básicamente positivas y cordiales.
- A su vez, en adaptación conductual educativa, un 56% obtuvo un nivel favorable, lo que refiere, que una gran mayoría, ha logrado una actitud crítica favorable en cuanto a la percepción de la institución, docentes y compañeros de clase, así como una valoración positiva sobre su proceso de aprendizaje.
- Mientras que, en adaptación conductual social, un 67% puntuó favorable, esto refleja que la gran parte, ha logrado canalizar los diversos cambios coyunturales de su comunidad y reconocen las normas establecidas.

CAPITULO V. REFERENCIAS

- Achenbach, T. y Rescorla, L. (2000). *Manual for the ASEBA preschool forms & Profiles*. Burlington: University of Vermont Department of Psychiatry.
- Alarcón, R. (2008). Métodos y diseño de investigación del comportamiento. Lima: Universidad Ricardo Palma.
- Almela, M &, Garza, A. (2020). *Intervención narrativa socioemocional para disminuir síntomas depresivos y ansiosos en adolescentes*. *Voces de la Educación*, 2020, pp.114-131.
- Arnett, J. (2015). *Emerging adulthood: the winding road from the late teens through the twenties*. Oxford University Press.
- Barahona, A. (1983). *Darwin y el concepto de Adaptación*. Obtenido de Revista de cultura Científica: www.revistaciencias.unam.mx
- Bautista, A (2020). *La adaptación del ser humano frente a una nueva normalidad*. Doi: <https://www.minsalud.gov.co/Paginas/La-adaptacion-del-ser-humano-frente-a-una-nueva-normalidad-.aspx>
- Berger, K. (2006). *Psicología del Desarrollo: Infancia y Adolescencia*. Madrid, España: Médica Panamericana S.A.
- Butti, F. (2016) *Adolescencia y juventud. Entre los estereotipos y la construcción de la subjetividad*. Universidad Nacional de Villa María.
- Castillo, I., Balaguer, I. & Duda, J. (2003). *Las teorías personales sobre el logro académico y su relación con la alienación escolar*. *Psicothema*, 15 (1), 75-81.

- Chávez, C. (1 de abril del 2021). *El 33% de niños y adolescentes tiene problemas de salud mental asociados a la pandemia*. Ojo Público. <https://ojo-publico.com/2599/tres-decada-10-ninos-presentan-problemas-de-salud-mental-en-peru>
- Cordero y De la Cruz (2015). *Inventario de adaptación de conducta, 7ma. Edición*. Tea. <http://www.web.teaediciones.com/Ejemplos/IAC-Manual-extracto.pdf>
- Corrales, A. (2017). *“Funcionamiento familiar y conductas adaptativas en adolescentes en conflicto con la ley penal del centro juvenil del servicio de orientación al adolescente – Arequipa, 2017”*. [Tesis de Maestría no publicada]. Universidad Nacional de San Agustín.
- Cozzeti, E., Cornella, J., Morandi, T., Ros, R., & Surís, J. (2001). *Manual de salud reproductiva en la adolescencia*. España: INO Reproducciones S.A. Recuperado de http://hosting.sec.es/descargas/AA_1999_Manual_Salud_Reproductiva_Adolescencia.pdf
- Dajan, J. (2019). *Intervención en Inteligencia Emocional a Adolescentes Desde Técnicas Cognitivo-Conductuales*. Corporación Universitaria Minuto de Dios Sede Virtual y a Distancia.
- De la Cruz, A. y Cordero, B. (2004). *Atención a los cambios emocionales en niños y adolescentes*. Doi <https://www.ulima.edu.pe/entrevista/laura-bonilla-henriod-14-10-2020>
- Del Águila Chávez, L. R. (2018). Conductas de riesgo y adaptación de conducta en adolescentes de colegios nacionales del distrito de La Esperanza, Trujillo. *Revista Peruana de Medicina Integrativa*, 3-8.
- Duskin, R., Papalia, D. & Wendkos, S. (2001). *Psicología del desarrollo*. Bogota, Colombia: McGRAW-HILL.
- Elustondo, V. (1992). *Adolescencia y Adaptación*. Entremanos. Recuperado de http://www.cvatocha.es/cvacom/primaria/orientacion/css/Adolescencia_y_adapta.pdf

- Falen, J. (2017). ¿Cuántos hogares peruanos tienen a una mujer como jefa de familia? *El Comercio*. <https://elcomercio.pe/peru/28-9-hogares-pais-mujer-jefa-familia-noticia-471589-noticia/?ref=ecr>
- Ferreira, H. & Pedrazzi, G. (2007). *Teorías y enfoques psicoeducativos del aprendizaje*. Buenos Aires, Argentina: Ediciones Novedades Educativas.
- Fuentes, M., García, F., Gracia, E. y Alarcón, A. (2015) Los estilos parentales de socialización y el ajuste psicológico. Un estudio con adolescentes españoles. *Revista de Psicodidáctica*, 20(1), 117-123.
- Galindo, N. & Vela, J. (2020). *Motivación académica en tiempos de Covid-19, de Estudiantes vinculados a universidades de Villavicencio: a partir de la teoría de Deci y Ryan*. Universidad de Santo Tomás.
- García, L. (2021). COVID-19 y educación a distancia digital: preconfinamiento, confinamiento y posconfinamiento. *RIED. Revista Iberoamericana de Educación a Distancia*, vol. 24, núm. 1, 2021 Asociación Iberoamericana de Educación Superior a Distancia, España,
- González, C. (2019) *Psicología de la educación*. Alicante: Editorial Club Universitario ECU.
- Guemes, H., Gonzales, C. & Hidalgo, V. (2017). Pubertad y adolescencia. *Revista de Formación Continuada de la Sociedad Española de Medicina de la Adolescencia*, 5 (1), 7-22.
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. McGraw Hill.
- Lacomba, et al. (2020) Ajuste familiar durante la pandemia de la COVID-19: un estudio de diadas. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes* Vol. 7 nº. 3-septiembre 2020 - pp 66-72 doi: 10.21134/rpcna.2020.mon.2035

- Lemus, M. (2017) Jóvenes frente al mundo: Las tecnologías digitales como soporte de la vida cotidiana. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, vol. 15, núm. 1, enerojunio, 2017, pp. 161-172
- León, G & Marín, A. (7 de marzo del 2021) Abandono escolar se agudizó en 2020: una radiografía a la educación. *La República Data*. <https://data.larepublica.pe/abandono-escolar-2020-radiografia-educacion/>
- Liberato, I & Polín, J. (2016). *“Riesgo en adicciones a redes sociales y adaptación de conducta en estudiantes de 1er ciclo de una universidad privada de Lima este, 2016”*. [Tesis de licenciatura no publicada]. Universidad Peruana La Unión.
- Malvaceda, E., & Simbron, E. (2019). *Adaptación conductual en adolescentes institucionalizados por estado de abandono en un centro de acogida residencial de Lima Metropolitana*. [Tesis de Licenciatura no publicada]. Universidad San Ignacio de Loyola.
- Matos, M. (2014). *Asertividad y Adaptación de Conducta en estudiantes del nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Chimbote* (tesis de pregrado). Universidad Privada Antenor Orrego. Trujillo, Perú.
- Montero, D. (2005). *La conducta adaptativa en el panorama científico y profesional actual*. *Psychosocial Intervention*, 14(3), 277-293.
- Navarro, M. y López, M. (2013). *Terapias cognitivo-conductuales para el tratamiento de los trastornos de personalidad* [Cognitive behavioral therapies for the treatment of personality disorders]. *Acción Psicológica*, 10(1), 33-44. <http://dx.doi.org/10.5944/ap.10.1.7031>
- Olano, S. (2021). Comparación de adaptación de conducta entre alumnos de un centro de estudios preuniversitario en Trujillo. *Sciéndo* 24(3): 155-161, 2021.

Organización Mundial de la Salud. (2010). *Definición Adolescencia*. Recuperado de <http://www.salud180.com/salud-z/adolescencia>

<http://www.salud180.com/salud-z/adolescencia>

Osorio, D. & Millán, K. (enero-junio, 2020). Adolescentes en Internet, la mediación entre riesgos y oportunidades. *Revista Colombiana de Ciencias Sociales*, 11(1), pp. 153-180. DOI: <https://doi.org/10.21501/22161201.2979>

Paucar, Y. & Pérez, J. (2016). *Estilos de socialización parental y adaptación de conducta en estudiantes del nivel secundario de una Institución Educativa de Lima este*, 2016 (tesis de pregrado). Universidad Peruana Unión. Lima, Perú.

Perez N., Pulido, K. (2016) ABS-S:2. *Escala de conducta adaptativa*. México: Proed Latinoamérica.

Puerta, V & Padilla, D. (2011) Terapia cognitiva - conductual (TCC) como tratamiento para la depresión: una revisión del estado del arte. *Duazary*, vol. 8, núm. 2, julio-diciembre, 2011, pp. 251-257 Universidad del Magdalena Santa Marta, Colombia

Real, C. (2016). “*Adaptación conductual y niveles de ansiedad en los estudiantes de los 1ros, 2dos y 3ros semestres de la carrera de medicina de la facultad de ciencias de la salud de la universidad técnica de ambato*”. [Tesis de doctorado no publicada]. Universidad Técnica de Ambato.

Rodríguez Vélchez, E. (2018). Manual de técnicas y Terapia Cognitivo Conductuales. *Avances En Psicología*, 26(1), 115-117. Recuperado a partir de <https://revistas.unife.edu.pe/index.php/avancesenpsicologia/article/view/1132>

Ruiz, C. (1995). *Adaptación y Normalización del Inventario de Adaptación de conducta*’. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Lima, Perú.

Ruiz, C. (2008). *Inventario de Adaptación de Conducta*. Universidad Nacional Mayor de San Marcos.

- Salazar, A. (2015). *Adaptación de los adolescentes víctimas de acoso escolar, en el ámbito personal, familiar, educativo y social, que asisten a una Institución Privada ubicada en la ciudad de Guatemala* (tesis de pregrado). Universidad Rafael Landívar. Guatemala.
- Saldaña, M. (2020) *Adaptación conductual a las clases virtuales en estudiantes de secundaria de instituciones educativas de lima metropolitana*. Universidad San Ignacio de Loyola.
- Terán, A. (2020) *Ciberadicciones. Adicción a las nuevas tecnologías de la información y la comunicación (NTIC)*. En: AEPap (ed.). Congreso de Actualización Pediatría 2020. Madrid: Lúa Ediciones 3.0; 2020. p. 153-165.
- Terán, M. (2016) “*Motivación académica y estrategias de aprendizaje en estudiantes del primer ciclo de la Universidad de San Martín de Porres*”. [Tesis de doctorado no publicada]. Universidad San Martín de Porres.
- Tinto, A. (1989) *Relación entre los estilos de aprendizaje y el rendimiento académico de las estudiantes de la escuela profesional de enfermería de la facultad de ciencias de la salud de la universidad nacional del callao*. Lima-Perú.
- Vadillo, J. (15 de agosto del 2021). *Día del Niño: alrededor del 30% de la población del Perú tiene entre 0 y 17 años*. El peruano. <https://elperuano.pe/noticia/126813-dia-del-nino-alrededor-del-30-de-la-poblacion-del-peru-tiene-entre-0-y-17-anos>
- Vallejos, A., Toledo, L. & Méndez, V. (19 de Julio del 2021). *La salud mental de los adolescentes en riesgo por el uso diario de la tecnología. El Comercio: Corresponsales educativos*. <https://elcomercio.pe/corresponsales-escolares/historias/la-salud-mental-de-los-adolescentes-en-riesgo-por-el-uso-diario-de-la-tecnologia-lima-noticia/?ref=ecr>

Varona, N & Hermosa, R. (2020). Percepción y uso de las redes sociales por adolescentes.

RqR Enfermería Comunitaria (Revista de SEAPA). 8 (1): 18-30

Velázquez, M. (2014). *Niveles de adaptabilidad en adolescentes del nivel medio superior de los alumnos del colegio Mexiquense de educación técnica de Toluca a través del IAC* (Inventario de Adaptación de Conducta) (Tesis de pregrado). Universidad Autónoma del Estado de México, Toluca, México.

ANEXO

Anexo n°1: *Aviso de consentimiento informado.*

Inventario

¡Mi más grato saludo a todos ustedes! Soy la Investigadora Briggitt Adalia Denegri Noriega .
Requiero me ayuden a llenar este breve cuestionario, es totalmente anónimo y sencillo, Solo
deben marcar los datos del formulario y Sí o No en cada pregunta. Son 123 ítems.
Del mismo modo, aclararle que no existe límite de tiempo, no existe respuestas correctas o
incorrectas y es absolutamente voluntario.

¿Desea voluntariamente participar en la investigación? *

- Sí
- No

Anexo n 2: *Ficha técnica del Inventario de Adaptación de Conducta IAC.*

FICHA TÉCNICA

- Nombre: Inventario de Adaptación de Conducta IAC.
- Autoras: María Victoria De la Cruz y Agustín Cordero (2015).
- Autor de la Adaptación peruana: César Ruiz Alva (2008).
- Administración: Individual o colectiva. Llenado manual o virtual.
- Duración: 45 minutos aproximados, pero, no posee un estricto límite de tiempo.
- Aplicación: A partir de los 12 años a 21 años.
- Significación: Evaluación del nivel de adaptación en los aspectos personal, familiar, educativo y social.
- Tipificación : Baremos Peruanos
- Usos: Educacional (escuelas, centros preuniversitarios, universitarios). También es aplicable en campo clínico, jurídico, médico, laboral.

Anexo 3

Inventario de Adaptación de Conducta 1 (Ruiz, 2008).

Completar únicamente marcando con un aspa o cruz Sí o No.

Cuestionario.		
¿Te ocurre lo que dicen estas frases?		
1 Suelo tener mala suerte en todo.	SI	NO
2 Me equivoco muchas veces en lo que hago.	SI	NO
3 encuentro pocas ocasiones de demostrar lo que valgo.	SI	NO
4 Si fracaso en algo una vez, es difícil que vuelva a intentarlo.	SI	NO
5 Hablando sinceramente, el futuro me da miedo.	SI	NO
6 Envidia a los que son más inteligentes que yo.	SI	NO
7 Estoy satisfecho con mi estatura.	SI	NO
8 Si eres hombre preferirías ser una mujer.	SI	NO
9 Mis tutores me tratan como si fuera un adolescente pequeño.	SI	NO
10 Me distancio de los demás.	SI	NO
11 En mi casa me exigen mucho más que a los demás.	SI	NO
12 Me siento satisfecho con mis tutores, aunque no sean importantes.	SI	NO
13 Me avergüenza decir la ocupación de mis tutores.	SI	NO
14 Me gusta oír como habla mi tutor con los demás.	SI	NO
15 Mis tutores dan importancia a las cosas que hago.	SI	NO
16 Me siento satisfecho de pertenecer a mi familia.	SI	NO
17 Cuando mis tutores me riñen, casi siempre tienen razón.	SI	NO
18 La mayor parte de las veces, mis tutores me riñen por algo que les sucede a ellos, no por lo que haya hecho yo.	SI	NO
19 Mis tutores me riñen sin motivo.	SI	NO
20 Sufro por no poder conseguir llevar a casa mejores calificaciones	SI	NO
¿Te ocurre lo que dicen estas frases?		
21 Leo todo lo que tengo que estudiar subrayando los puntos más importantes.	SI	NO
22 Subrayo las palabras cuyo significado no sé, o no entiendo.	SI	NO
23 Busco en el diccionario el significado de las palabras que no sé o no entiendo.	SI	NO
24 Doy una leída parte por parte y repito varias veces hasta recitarlo de memoria.	SI	NO
25 Trato de memorizar todo lo que estudio	SI	NO
26 Me limito a dar una leída general a todo lo que tengo que estudiar.	SI	NO
27 Estudio sólo para ser evaluado.	SI	NO
28 Estudio por lo menos dos horas diarias.	SI	NO
29 Cuando hay evaluaciones, recién en el salón de clase me pongo a revisar mis cuadernos.	SI	NO
30 Me pongo a estudiar el mismo día de la evaluación.	SI	NO
31 Espero que se fije la fecha de una evaluación para ponerme a estudiar.	SI	NO
¿Te ocurre lo que dicen estas frases?		
32 En las discusiones casi siempre tengo yo la razón.	SI	NO
33 Estoy seguro de que encontraré profesores o profesoras que me juzguen mal.	SI	NO
34 En vez de matemática, se debería estudiar cursos como teatro, música, etc.	SI	NO
35 Mis tutores se comportan de forma poco educada.	SI	NO
36 Me gusta ayudar a los demás en sus problemas, aunque me cause molestias hacerlo.	SI	NO
37 Tengo más éxitos que mis compañeros en las relaciones con las personas del sexo opuesto. 38 Entablo conversación con cualquier persona fácilmente.	SI	NO
39 Me gusta que me consideren una persona con la que hay que contar siempre.	SI	NO
40 Siento que forma parte de la sociedad.	SI	NO
41 Tengo amigos en todas partes.	SI	NO
42 A menudo me siento realmente fracasado.	SI	NO
43 Si volviera a vivir, haría muchas cosas de manera distinta a como las he hecho.	SI	NO
44 Con frecuencia me siento incapaz de seguir estudiando o trabajando sin saber por qué.	SI	NO
45 Muchas veces me digo a mí mismo: ¡Qué tonto he sido! - después de haber hecho un favor o prometido algo.	SI	NO

46 Muchas veces pienso que el profesor no me considera una persona, sino un número.	SI	NO
47 Mis compañeros de clase me hacen caso siempre.	SI	NO

48 Tengo problemas en casa porque mis tutores son demasiados exigentes con los horarios.	SI	NO
49 Alguna vez he pensado en irme de casa.	SI	NO
50 Me intranquiliza lo que opinen de mí los demás.	SI	NO
51 Cuando tengo que hablar ante los demás, paso mal rato aunque sepa bien lo que tengo que decir.	SI	NO
52 Mis tutores solucionan correctamente los asuntos familiares.	SI	NO
53 En general, estoy de acuerdo con la forma de actuar de mis tutores.	SI	NO
54 Mis tutores son demasiado severos conmigo.	SI	NO
55 Mis tutores son muy exigentes.	SI	NO
56 Mi familia limita demasiado mis actividades.	SI	NO
57 Mis tutores se riñen mucho entre ellos.	SI	NO
58 El ambiente de mi casa es desagradable o triste.	SI	NO
59 Mis tutores tratan mejor a mis hermanos que a mí.	SI	NO
60 Mis tutores exigen mejores calificaciones de las que puedo conseguir.	SI	NO
61 Mis tutores me dan poca libertad.	SI	NO
¿Cómo haces tus tareas?		
62 Leo la pregunta, busco en el libro y escribo la respuesta casi como dice el libro.	SI	NO
63 Leo la pregunta, busco en el libro, leo todo y luego contesto según como he comprendido.	SI	NO
64 Le doy más importancia al orden y presentación del trabajo que al contenido.	SI	NO
65 En mi casa, me falta tiempo para terminar mis tareas, las termino en el colegio, preguntando a mis amigos.	SI	NO
66 Pido ayuda a mis tutores u otras personas y dejo que me resuelvan todo o gran parte de la tarea.	SI	NO
67 Dejo para último momento la ejecución de mis tareas, por eso no las concluyo dentro del tiempo fijado.	SI	NO
68 Empiezo a resolver una tarea, me canso y paso a otra.	SI	NO
69 Cuando no puedo resolver una tarea me da rabia o mucha cólera y ya no lo hago.	SI	NO
70 Cuando tengo varias tareas, empiezo por la más difícil y luego voy pasando a las más fáciles. 71 Durante las sesiones de clases me distraigo pensando lo que voy hacer a la salida.	SI	NO
72 Durante las sesiones de clases me gustaría dormir o tal vez irme de esta.	SI	NO
¿Te gusta lo expresado en estas frases?		
73 Me gusta estar donde haya mucha gente reunida.	SI	NO
74 Participar en las actividades de grupos organizados.	SI	NO
75 Hacer excursiones en solitario.	SI	NO
76 Participar en discusiones.	SI	NO
77 Asistir a fiestas con mucha gente.	SI	NO
78 Ser el centro de atención en las reuniones.	SI	NO
79 Organizar juegos en grupo.	SI	NO
80 Recibir muchas invitaciones.	SI	NO
81 Ser el que habla en nombre del grupo.	SI	NO
82 Que mis compañeros se conviertan fuera del colegio en mis amigos.	SI	NO
¿Te ocurre lo que dicen estas frases?		
83 Me considero poco importante	SI	NO
84 Soy poco popular entre mis amigos.	SI	NO
85 Soy demasiado tímido	SI	NO
86 Me molesta no ser más guapo y atractivo.	SI	NO
87 Me fastidia pertenecer a una familia más pobre que la de otros compañeros.	SI	NO
88 Estoy enfermo más veces que otros.	SI	NO
89 Estoy de acuerdo con que hay que cumplir las normas de convivencia.	SI	NO
90 Soy poco ingenioso y brillante en conversaciones.	SI	NO
91 Tengo poca – voluntad – para cumplir lo que me propongo.	SI	NO
92 Me molesta que los demás se fijen en mí.	SI	NO
93 Mis tutores se interesan por mis cosas.	SI	NO
94 Mis tutores me dejan decidir libremente	SI	NO
95 Admiro las cualidades de las demás personas de mi familia.	SI	NO
96 Estoy seguro de que mis tutores me tienen un gran cariño.	SI	NO
97 Mis tutores me ayudan a realizarme.	SI	NO

98 Mis tutores me permiten elegir libremente a mis amigos	SI	NO
99 Estoy convencido de que mi familia aprueba lo que hago.	SI	NO
100 Me siento unido a mi familia.	SI	NO
101 Creo que a pesar de todo lo que se diga, los padres comprenden bien a sus hijos.	SI	NO
102 Mi padre me parece un ejemplo a imitar.	SI	NO
¿Cómo te preparas para las evaluaciones?	SI	NO
103 Repaso momentos antes de la evaluación.	SI	NO
104 Preparo un plagio por si acaso me olvido una sesión.	SI	NO
105 Confío en mi buena suerte por eso solo estudio aquellos temas que supongo que el (la) profesor(a) preguntará.	SI	NO
106 Cuando tengo dos o más evaluaciones el mismo día, empiezo a estudiar por el tema más difícil y luego el más fácil.	SI	NO
107 Me presento a rendir mis evaluaciones sin haber estudiado todo el curso.	SI	NO
108 Durante la evaluación se me confunden los temas y se me olvida lo que he estudiado.	SI	NO
¿Cómo participas en las sesiones de aprendizaje?		
109 Cuando no entiendo algo levanto la mano y pregunto al(la) profesor(a)	SI	NO
110 Estoy atento a las bromas de mis compañeros que a la sesión de aprendizaje.	SI	NO
111 Me canso rápidamente y me pongo hacer otras cosas.	SI	NO
112 Cuando no entiendo un tema mi mente se pone a pensar soñando despierto.	SI	NO
113 Mis imaginaciones o fantasías me distraen durante las sesiones de aprendizaje.	SI	NO
¿Te ocurre lo que dicen estas frases?	SI	NO
114 Formo parte de un grupo de amigos	SI	NO
115 Soy uno de los chicos más populares de mí colegio.	SI	NO
116 Me gusta organizar los planes y actividades de mi grupo.	SI	NO
117 Me gusta participar en paseos con mucha gente.	SI	NO
118 Organizo reuniones con cualquier pretexto.	SI	NO
119 En las fiestas me uno al grupo más animado.	SI	NO
120 Cuando viajo entablo conversación fácilmente con las personas que van a mi lado.	SI	NO
121 Me gusta estar solo mucho tiempo.	SI	NO
122 Prefiero quedarme en mi cuarto leyendo u oyendo música a reunirme con mi familia a ver televisión y comentar cosas.	SI	NO
123 Me molesta no tener libertad y medios para vivir de otra forma.	SI	NO

Anexo 4

Inventario de Adaptación de Conducta 2 (Ruiz, 2008)

Mediante el siguiente Link, las personas pueden completar el Test Psicológico de forma virtual.

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdJOzFDwSSn5QeTZIbz4cY_ujRL3vCi2TpPCGAetk91mXv6mQ/viewform

Anexo 5

HOJA DE RESPUESTAS

Baremos del Inventario de Adaptación de Conducta (Ruiz, 2008).

De contestar de acuerdo a la hoja de respuestas, recibirá el puntaje de 1, de lo contrario 0.

1	NO	23	SÍ	43	NO	63	SÍ	83	NO	103	NO
2	NO	24	NO	44	NO	64	NO	84	NO	104	NO
3	NO	25	NO	45	NO	65	NO	85	NO	105	NO
4	NO	26	SÍ	46	NO	66	NO	86	NO	106	SÍ
5	NO	27	NO	47	SÍ	67	NO	87	NO	107	NO
6	NO	28	SÍ	48	NO	68	NO	88	NO	108	NO
7	SÍ	29	NO	49	NO	69	NO	89	SÍ	109	SÍ
8	NO	30	NO	50	NO	70	SÍ	90	NO	110	NO
9	NO	31	NO	51	NO	71	NO	91	NO	111	NO
10	NO	32	NO	52	SÍ	72	NO	92	NO	112	NO
11	NO	33	NO	53	SÍ	73	SÍ	93	SÍ	113	NO
12	NO	34	SÍ	54	NO	74	SÍ	94	SÍ	114	SÍ
13	NO	35	NO	55	NO	75	SÍ	95	SÍ	115	SÍ
14	SÍ	36	NO	56	NO	76	SÍ	96	SÍ	116	SÍ
15	SÍ	37	SÍ	57	NO	77	SÍ	97	SÍ	117	SÍ
16	SÍ	38	SÍ	58	NO	78	NO	98	SÍ	118	SÍ
17	SÍ	39	SÍ	59	SÍ	79	SÍ	99	SÍ	119	SÍ
18	NO	40	SÍ	60	NO	80	SÍ	100	SÍ	120	SÍ
19	NO	41	SÍ	61	NO	81	SÍ	101	SÍ	121	SÍ
20	NO	42	NO	62	NO	82	SÍ	102	SÍ	122	NO
										123	NO

Anexo 6

Baremos del Inventario de Adaptación de Conducta (Ruiz, 2008).

Tabla 6

Baremos de Adaptación de Conducta General

Adaptación de Conducta General.

Muy Desfavorable	0	31
Desfavorable	32	62
Favorable	63	92
Muy favorable	93	123

Anexo 7

Baremos del Inventario de Adaptación de Conducta (Ruiz, 2008).

Tabla 7:

Baremos de Adaptación de Conducta Personal, Familiar y Social

Niveles		
Muy Desfavorable	0	8
Desfavorable	9	15
Favorable	16	23
Muy favorable	24	30

Anexo 8

Baremos del Inventario de Adaptación de Conducta (Ruiz, 2008).

Tabla 8

Baremos de Adaptación de Conducta Educativa.

Niveles		
Muy Desfavorable	0	8
Desfavorable	9	17
Favorable	18	25
Muy favorable	26	33

Anexo n°9: Operacionalización de la Adaptación de Conducta según Ruiz (2008).

VARIABLE	DEFINICION CONCEPTUAL	DEFINICION OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
ADAPTACIÓN DE CONDUCTA	La adaptación de conducta es la capacidad de hallar equilibrio emocional frente a los cambios y dificultades de la vida en el área personal, familiar, educativo y social (Ruiz, 2008).	La variable es medida mediante los resultados obtenidos de los puntajes del Inventario de Adaptación de Conducta IAC, el cual fue adaptado por Ruiz (2008) para el Perú.	Adaptación de Conducta Personal	<ul style="list-style-type: none"> - Suelo tener mala suerte en todo. - Me equivoco muchas veces en lo que hago. - encuentro pocas ocasiones de demostrar lo que valgo. - Si fracaso en algo una vez, es difícil que vuelva a intentarlo. - Hablando sinceramente, el futuro me da miedo. - Envidia a los que son más inteligentes que yo. - Estoy satisfecho con mi estatura. - Si eres hombre preferirías ser una mujer. - Mis tutores me tratan como si fuera un adolescente pequeño. - Me distancio de los demás. - A menudo me siento realmente fracasado. - Si volviera a vivir, haría muchas cosas de manera distinta a como las he hecho. - Con frecuencia me siento incapaz de seguir estudiando o trabajando sin saber por qué. - Muchas veces me digo a mí mismo: ¡Qué tonto he sido! - después de haber hecho un favor o prometido algo. - Muchas veces pienso que el profesor no me considera una persona, sino un número. - Mis compañeros de clase me hacen caso siempre. - Me considero poco importante - Soy poco popular entre mis amigos. - Soy demasiado tímido - Me molesta no ser más guapo y atractivo. - Me fastidia pertenecer a una familia más pobre que la de otros compañeros. - Estoy enfermo más veces que otros. - Estoy de acuerdo con que hay que cumplir las normas de convivencia. - Soy poco ingenioso y brillante en conversaciones. - Tengo poca – voluntad – para cumplir lo que me propongo. - Me molesta que los demás se fijen en mí. 	<p>ESCALA LIKERT</p> <p>(1) SÍ (0) NO</p>

VARIABLE	DEFINICION CONCEPTUAL	DEFINICION OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
ADAPTACIÓN DE CONDUCTA	La adaptación de conducta es la capacidad de hallar equilibrio emocional frente a los cambios y dificultades en las experiencias de vida de los individuos tanto en el área personal, familiar, educativo y social (Ruiz, 2008).	La variable es medida mediante los resultados obtenidos de los puntajes del Inventario de Adaptación de Conducta IAC, el cual fue adaptado por Ruiz (2008) para el Perú.	Adaptación de Conducta Familiar	<ul style="list-style-type: none"> - En mi casa me exigen mucho más que a los demás. - Me siento satisfecho con mis tutores, aunque no sean importantes. - Me avergüenza decir la ocupación de mis tutores. - Me gusta oír como habla mi tutor con los demás. - Mis tutores dan importancia a las cosas que hago. - Me siento satisfecho de pertenecer a mi familia. - Cuando mis tutores me riñen, casi siempre tienen razón. - La mayor parte de las veces, mis tutores me riñen por algo que les sucede a ellos, no por lo que haya hecho yo. - Mis tutores me riñen sin motivo. - Sufro por no poder conseguir llevar a casa mejores calificaciones. - Mis tutores solucionan correctamente los asuntos familiares. - En general, estoy de acuerdo con la forma de actuar de mis tutores. - Mis tutores son demasiado severos conmigo. - Mis tutores son muy exigentes. - Mi familia limita demasiado mis actividades. - Mis tutores se riñen mucho entre ellos. - El ambiente de mi casa es desagradable o triste. - Mis tutores tratan mejor a mis hermanos que a mí. - Mis tutores exigen mejores calificaciones de las que puedo conseguir. - Mis tutores me dan poca libertad. - Mis tutores se interesan por mis cosas. - Mis tutores me dejan decidir libremente - Admiro las cualidades de las demás personas de mi familia. - Estoy seguro de que mis tutores me tienen un gran cariño. - Mis tutores me ayudan a realizarme. - Mis tutores me permiten elegir libremente a mis amigos - Estoy convencido de que mi familia aprueba lo que hago. - Me siento unido a mi familia. - Creo que a pesar de todo lo que se diga, los padres comprenden bien a sus hijos. - Mi padre me parece un ejemplo a imitar. 	<p>ESCALA LIKERT</p> <p>(1) SÍ</p> <p>(0) NO</p>

VARIABLE	DEFINICION CONCEPTUAL	DEFINICION OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
ADAPTACIÓN DE CONDUCTA	La adaptación de conducta es la capacidad de hallar equilibrio emocional frente a los cambios y dificultades en las experiencias de vida de los individuos tanto en el área personal, familiar, educativo y social (Ruiz, 2008).	La variable es medida mediante los resultados obtenidos de los puntajes del Inventario de Adaptación de Conducta IAC, el cual fue adaptado por Ruiz (2008) para el Perú.	Adaptación de Conducta Educativa	<ul style="list-style-type: none"> - Leo todo lo que tengo que estudiar subrayando los puntos más importantes. - Subrayo las palabras cuyo significado no sé, o no entiendo. - Busco en el diccionario el significado de las palabras que no sé o no entiendo. - Doy una leída parte por parte y repito varias veces hasta recitarlo de memoria. - Trato de memorizar todo lo que estudio - Me limito a dar una leída general a todo lo que tengo que estudiar. - Estudio sólo para ser evaluado. - Estudio por lo menos dos horas diarias. - Cuando hay evaluaciones, recién en el salón de clase me pongo a revisar mis cuadernos. - Me pongo a estudiar el mismo día de la evaluación. - Espero que se fije la fecha de una evaluación para ponerme a estudiar. - Leo la pregunta, busco en el libro y escribo la respuesta casi como dice el libro. - Leo la pregunta, busco en el libro, leo todo y luego contesto según como he comprendido. - Le doy más importancia al orden y presentación del trabajo que al contenido. - En mi casa, me falta tiempo para terminar mis tareas, las termino en el colegio, preguntando a mis amigos. - Pido ayuda a mis tutores u otras personas y dejo que me resuelvan todo o gran parte de la tarea. - Dejo para último momento la ejecución de mis tareas, por eso no las concluyo dentro del tiempo fijado. - Empiezo a resolver una tarea, me canso y paso a otra. - Cuando no puedo resolver una tarea me da rabia o mucha cólera y ya no lo hago. - Cuando tengo varias tareas, empiezo por la más difícil y luego voy pasando a las más fáciles. - Durante las sesiones de clases me distraigo pensando lo que voy hacer a la salida. - Durante las sesiones de clases me gustaría dormir o tal vez irme de esta. - Repaso momentos antes de la evaluación. - Preparo un plagio por si acaso me olvido una sesión. - Confío en mi buena suerte por eso solo estudio aquellos temas que supongo que el (la) profesor(a) preguntará. 	<p>ESCALA LIKERT</p> <p>(1) SÍ</p> <p>(0) NO</p>

				<ul style="list-style-type: none"> - Cuando tengo dos o más evaluaciones el mismo día, empiezo a estudiar por el tema más difícil y luego el más fácil. - Me presento a rendir mis evaluaciones sin haber estudiado todo el curso. - Durante la evaluación se me confunden los temas y se me olvida lo que he estudiado. - Cuando no entiendo algo levanto la mano y pregunto al(la) profesor(a) - Estoy atento a las bromas de mis compañeros que a la sesión de aprendizaje. - Me canso rápidamente y me pongo hacer otras cosas. - Cuando no entiendo un tema mi mente se pone a pensar soñando despierto. - Mis imaginaciones o fantasías me distraen durante las sesiones de aprendizaje. 	
--	--	--	--	--	--

VARIABLE	DEFINICION CONCEPTUAL	DEFINICION OPERACIONAL	DIMENSION	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
ADAPTACIÓN DE CONDUCTA	La adaptación de conducta es la capacidad de hallar equilibrio emocional frente a los cambios y dificultades en las experiencias de vida de los individuos tanto en el área personal, familiar, educativo y social (Ruiz, 2008).	La variable es medida mediante los resultados obtenidos de los puntajes del Inventario de Adaptación de Conducta IAC, el cual fue adaptado por Ruiz (2008) para el Perú.	Adaptación de Conducta Social	<ul style="list-style-type: none"> - En las discusiones casi siempre tengo yo la razón. - Estoy seguro de que encontraré profesores o profesoras que me juzguen mal. - En vez de matemática, se debería estudiar cursos como teatro, música, etc. - Mis tutores se comportan de forma poco educada. - Me gusta ayudar a los demás en sus problemas, aunque me cause molestias hacerlo. - Tengo más éxitos que mis compañeros en las relaciones con las personas del sexo opuesto. - entablo conversación con cualquier persona fácilmente. - Me gusta que me consideren una persona con la que hay que contar siempre. - Siento que forma parte de la sociedad. - Tengo amigos en todas partes. - Me gusta estar donde haya mucha gente reunida. - Participar en las actividades de grupos organizados. - Hacer excursiones en solitario. - Participar en discusiones. - Asistir a fiestas con mucha gente. - Ser el centro de atención en las reuniones. - Organizar juegos en grupo. - Recibir muchas invitaciones. - Ser el que habla en nombre del grupo. - Que mis compañeros se conviertan fuera del colegio en mis amigos. - Formo parte de un grupo de amigos - Soy uno de los chicos más populares de mí colegio. - Me gusta organizar los planes y actividades de mi grupo. - Me gusta participar en paseos con mucha gente. - Organizo reuniones con cualquier pretexto. - En las fiestas me uno al grupo más animado. - Cuando viajo entablo conversación fácilmente con las personas que van a mi lado. - Me gusta estar solo mucho tiempo. - Prefiero quedarme en mi cuarto leyendo u oyendo música a reunirme con mi familia a ver televisión y comentar cosas. - Me molesta no tener libertad y medios para vivir de otra forma. 	<p>ESCALA LIKERT</p> <p>(1) SÍ (0) NO</p>

Anexo n°10: Inventario de Adaptación de Conducta

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADOR	ITEMS	OPCIÓN DE RESPUESTA	
				SÍ (1)	N0(0)
Adaptación de Conducta	Adaptación de conducta Personal	Del 1 al 10; del 42 al 51; del 83 al 92.	<ul style="list-style-type: none"> - Autoconcepto - Autoestima - Capacidad de Autocrítica 		
	Adaptación de conducta Familiar	Del 11 al 20; del 52 al 61; del 93 al 102.	<ul style="list-style-type: none"> - Actitudes críticas frente a las relaciones familiares - Clima familiar. 		
	Adaptación de conducta Educativa	Del 21 al 31; del 62 al 72; del 103 al 113	<ul style="list-style-type: none"> - Actitudes críticas frente a proceso de enseñanza-aprendizaje y hábitos de estudio. - Actitudes críticas frente a sistema educativo: institución, docentes y compañeros de clase. 		
	Adaptación de conducta Social	Del 32 al 41, del 73 al 82, del 114 al 123	<ul style="list-style-type: none"> - Comprensión de normas comunitarias. - Actitudes críticas frente a relaciones sociales. 		

Anexo II: Matriz de Consistencia

Planteamiento del programa	Objetivos	Variables e indicadores	Muestra	Diseño	Instrumento
<p>Pregunta general</p> <p>¿Cuál es el nivel de adaptación de conducta en estudiantes de primer ciclo de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo?</p>	<p>Objetivo general</p> <p>Determinar el nivel de adaptación de conducta general en estudiantes de primer ciclo de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo.</p> <p>Objetivos específicos</p> <p>-Identificar el nivel de adaptación de conducta personal en estudiantes de primer ciclo de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo.</p> <p>-Delimitar el nivel de adaptación de conducta familiar en estudiantes de primer ciclo de la Carrera de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo.</p> <p>-Establecer el nivel de adaptación de conducta educativa en estudiantes de primer ciclo de la Carrera de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo.</p> <p>-Definir el nivel de adaptación de conducta social en estudiantes de</p>	<p>Variable 1</p> <p>Adaptación de Conducta</p>	<p>- Población: 150 alumnos de primer ciclo de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo.</p> <p>- Muestra: 43 alumnos de 16 a 21 años de primer ciclo de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo.</p>	<p>No experimental transaccional descriptiva, cuantitativa.</p>	<p>Inventario de Adaptación de Conducta IAC. (Ruiz,2008).</p>

	primer ciclo de Psicología de una Universidad Privada de Trujillo.				
--	--	--	--	--	--

Anexo N° 12: Propuesta de programa de adaptación de conducta en estudiantes

I. DATOS GENERALES

1.1. Nombre de la Propuesta: Programa de adaptación de conducta en estudiantes de primer ciclo de psicología de una universidad privada de Trujillo.

1.2. Beneficiarios: Estudiantes de primer ciclo de una Universidad Privada de Trujillo

1.3. Tiempo de duración: Tiempo aproximado de 60 minutos por sesión

1.4. Tipo de aplicación: Colectiva

1.5. Responsables: Briggitt Adalia Denegri Noriega

II. INTRODUCCIÓN

La siguiente propuesta está diseñada para ser aplicada pensando en beneficiar a los estudiantes de primer ciclo que obtuvieron porcentajes desfavorables y muy desfavorables en adaptación de conducta; para lo cual el programa está estructurado en 8 sesiones grupales semanales para que los alumnos potencien sus interacciones positivas, adecuándose a su grupo estudiantil, considerando además, que la adaptación permitirá a los estudiantes tener la habilidad para resolver exitosamente distintas situaciones que enfrentan según la etapa que atraviesan.

III. PLANTEAMIENTO DE LA NECESIDAD QUE RESPONDE LA PROPUESTA

Partiendo del desarrollo de la presente tesis se obtuvieron resultados que indican una necesidad de mejora de la adaptación de conducta de los alumnos, en el nivel de adaptación de conducta general el 12% de los estudiantes mostró un nivel desfavorable de adaptación, respecto al nivel de adaptación de conducta personal el 25% mostró un nivel desfavorable y 5% muy desfavorable; en la adaptación de conducta familiar y en la educativa el 16% de alumnos mostró un nivel desfavorable. Pensando en estos alumnos con problemas de adaptación de conducta en su centro universitario se ha elaborado la presente propuesta.

IV. OBJETIVOS


Objetivo General:



Mejorar la adaptación de conducta de los estudiantes de primer ciclo de una Universidad Privada de Trujillo.



Objetivos Específicos:


- Mejorar la adaptación de conducta personal de los estudiantes de primer ciclo de una Universidad Privada de Trujillo.
- Mejorar la adaptación de conducta familiar de los estudiantes de primer ciclo de una Universidad Privada de Trujillo.
- Mejorar la adaptación de conducta educativa de los estudiantes de primer ciclo de una Universidad Privada de Trujillo.


V. METODOLOGIA DE APLICACIÓN DE LA PROPUESTA



SESIÓN	CONTENIDO TEMÁTICO	META	TIEMPO
Sesión 1: Normas de Convivencia	<p><i>Presentación:</i> el facilitador se presenta al grupo de estudiantes y menciona los objetivos del programa. A continuación, se entregará a cada estudiante un folleto acerca del tema a tratar y un solapín para que coloque su nombre.</p> <p><i>Dinámica de Grupo:</i> Formando un círculo con los participantes, con la ayuda de una pelota un alumno debe pasar la pelota a otro indicando una letra, quien recibe la pelota debe indicar un nombre que inicie con esa letra, luego pasa la pelota a otro quien debe indicar otra letra y este dársela a otro que indique un nombre con esa letra y así sucesivamente de manera rápida y espontánea, pierden aquellos que demoran y van saliendo del círculo hasta que quede el ganador.</p> <p><i>Exposición:</i> Se proyectará el siguiente video: “Normas de Convivencia” para reforzar la actividad realizada.</p> <p> https://www.youtube.com/watch?v=MCGNdodJ7ws</p> <p>Luego el facilitador realizará preguntas respecto al tema.</p>	Los estudiantes deben aprender a reconocer y analizar las normas de su entorno, de convivencia y respeto con sus compañeros	60 min.


	<p><i>Cierre de Sesión:</i></p> <p>Al finalizar la sesión se realizará la siguiente dinámica: se entrega a cada alumno unas hojas bond solicitándole que dibujen la silueta de su palma de la mano y en cada dedo debe escribir una norma con la cual se compromete a respetar, y en el centro de su palma deberá escribir su nombre, finalmente cada uno deberá salir al frente y mencionar las normas que anotó y con las cuales se compromete a respetar y cumplir.</p> <p>El facilitador expondrá una breve importancia del tema tratado y agradecerá la participación de los presentes.</p>		
<p>Sesión 2: Conociéndonos</p>	<p><i>Presentación:</i> el facilitador saludará a la audiencia, luego hará un breve repaso de la sesión anterior, y expondrá los objetivos de la presente sesión, haciendo entrega de un folleto con el tema a tratar.</p> <p><i>Dinámica:</i> Se elige a un voluntario para representar a un granjero, los demás participantes representarán en grupo a una cebolla reuniéndose concéntricamente simulando las capas de la cebolla, el granjero deberá intentar pelar esta cebolla “separarlos”, toda vez que un alumno del grupo sea separado por el granjero este también se convertirá en granjero y ayudará a separar a los demás; al finalizar la dinámica se solicitará al grupo que señale su apreciación respecto a la dinámica y qué sintió al efectuarla.</p> <p><i>Exposición:</i> Para entender un poco sobre la identidad personal se proyectará el siguiente video:</p> <p> https://www.youtube.com/watch?v=Hky1UqTXHrE</p> <p>Para reforzar lo desarrollado previamente, se proyectará el siguiente video:</p> <p> https://www.unicef.org/cuba/historias/quienes-son-los-jovenes-de-hoy-una-generacion-sin-limites</p> <p><i>Cierre de Sesión:</i> Después de lo expuesto, se ejecutará la dinámica ¿Quién soy? Pues ¡soy yo! Según lo cual, se hará entrega a cada estudiante hojas de periódico, revistas y otros documentos con</p>	<p>Lograr que los alumnos reflexionen acerca de su identidad personal.</p>	<p>60 min.</p>

	<p>impresiones para que cada uno realice un collage con información que haya encontrado que logre representarlo, posteriormente, a sus compañeros explicará la razón de por qué seleccionó dicha información y qué representa para él.</p> <p>Finalmente se despedirá agradeciendo la participación de cada uno de ellos.</p>		
<p>Sesión 3: Valorando mis valores</p>	<p><i>Presentación:</i> el facilitador saludará a la audiencia, luego hará un breve repaso de la sesión anterior, consultando si han apreciado mejoras en el comportamiento grupal, así mismo, expondrá los objetivos de la presente sesión, haciendo entrega de un folleto con el tema a tratar.</p> <p><i>Dinámica:</i> El facilitador deberá llevar noticias de controversia referentes a maltrato animal, bullying, violencia a niños, etc., se leerán estas noticias tratando de que el grupo participe respondiendo a ciertas interrogantes como: ¿quién?, ¿Qué? ¿cuándo?, ¿cómo?, ¿por qué?, tratando de reflexionar acerca del tema tratado, fomentando un clima de participación y expresión de ideas, opiniones de los jóvenes quienes compartirán su punto de vista, su lógica con sus compañeros.</p> <p><i>Exposición:</i> Para entender acerca de los valores y su importancia se proyectará el siguiente video:</p> <p> https://www.youtube.com/watch?v=nU59m6fKWs0</p> <p>y para poder realizar posteriormente preguntas de reflexión se proyectará el siguiente video:</p> <p> https://www.youtube.com/watch?v=qmUBIa7CfvI</p> <p><i>Cierre de Sesión:</i> Se efectuará la siguiente dinámica: se entrega a cada estudiante hojas bond en las cuales deben realizar un dibujo de sí mismo colocando al rededor sus valores fundamentales, haciendo referencia de como estos les aportan en su vida diaria.</p>	<p>Incrementar y fomentar la valoración del desarrollo moral de los estudiantes</p>	<p>60 min.</p>
<p>Sesión 4: Me acepto y me quiero como soy</p>	<p><i>Presentación:</i> el facilitador saludará a la audiencia, luego hará un breve repaso de la sesión anterior, así mismo, expondrá los</p>	<p>Fortalecer el desarrollo personal y</p>	<p>60 min.</p>

	<p>objetivos de la presente sesión, haciendo entrega de un folleto con el tema a tratar.</p> <p><i>Dinámica:</i> La siguiente dinámica tiene la finalidad de desarrollar la autoestima de los alumnos; para lo cual, el facilitador colocará carteles en diferentes ubicaciones del aula, mencionando ciertas habilidades de uno mismo, estas pueden ser sociales como “soy muy amigüero”, académicas como “soy muy listo y aplicado”, físicas como “Soy muy guapo”, etc. estos carteles servirán como publicidad y así serán elaboradas incluyendo información de contacto en una pestaña desmontable, entonces cualquier joven que considere que el cartel lo define bien arranca una de sus estañas pegándola en el dibujo de ellos mismos que realizaron.</p> <p><i>Exposición:</i> Se proyectará el video “Conócete a ti mismo y valórate” para poder reforzar la idea previa.</p> <p> https://www.youtube.com/watch?v=Ei6x460-yvU</p> <p><i>Cierre de Sesión:</i> El facilitador desarrollará la siguiente dinámica de cierre: se solicitará a cada estudiante que escriba 3 virtudes y 3 defectos que crea tener en una hoja la cual guardará en un sobre, que pasará por todos los compañeros que sumarán a su vez tres virtudes pero no defectos, Cada estudiante procederá a leer las cosas buenas que los otros piensan de él; con la finalidad de que cada alumno entienda que es distinto y único que si podemos tener defectos pero que son más importantes nuestras cualidades.</p>	social del estudiante	
<p>Sesión 5: Si “yo” fuera “él”</p>	<p><i>Presentación:</i> el facilitador saludará a la audiencia, luego hará un breve repaso de la sesión anterior, y expondrá los objetivos de la presente sesión, haciendo entrega de un folleto con el tema a tratar.</p> <p><i>Dinámica:</i> Solicitar que cada alumno indique cuál es su estación del año preferida, y por qué; posteriormente, solicítales nombrar las 4 estaciones y discutir a la brevedad acerca de las características de cada una haciendo una lista; otorgándoles un tiempo específico para que puedan razonar al respecto se les pide que al estar listos avisen indicándoles que sería bueno que sean los</p>	Aumentar la empatía, mejorando las relaciones con su entorno.	60 min.

	<p>primeros en compartir sus ideas, indicando su "por qué" esa estación es la preferida, por ejemplo: "escogí esta estación de invierno porque me encanta dormir con el sonido de la lluvia", el estudiante deberá ir al grupo de los alumnos que también prefieren la misma estación. La idea es que cada alumno se identifique con el otro al compartir un pensamiento similar.</p> <p><i>Exposición:</i> Explicar más a detalle acerca de la importancia de la empatía, haciendo preguntas para conocer la comprensión del alumnado, posteriormente se proyectará el siguiente video:</p> <p> https://www.youtube.com/watch?v=4Hgmfkg-UTk</p> <p><i>Cierre de Sesión:</i> El facilitador desarrollará la siguiente dinámica de cierre: Solicitará a cada estudiante unirse con otro, ambos deberán decir lo que piensan que está sintiendo su compañero quien confirmará o corregirá lo que este pensó sobre él, al final se darán una cordial despedida, luego el facilitador preguntará ¿Cuál sería la importancia de ser empático?</p>		
<p>Sesión 6: Controlo mis emociones</p>	<p><i>Presentación:</i> el facilitador saludará a la audiencia, luego hará un breve repaso de la sesión anterior, y expondrá los objetivos de la presente sesión, haciendo entrega de un folleto con el tema a tratar.</p> <p><i>Dinámica:</i> El facilitador mencionará la siguiente narración: "Va Rafa muy alegre caminando por el parque, y de pronto ve a Lolo viniendo hacia él; Lolo tiene la mirada rara y Rafa se pregunta puede estar pasando. Ambos se saludan, pero de pronto Lolo empieza a gritar diciendo que Rafa le hizo quedar pésimo con sus amigos del barrio, y que es un feo amigo, que él es el culpable de todo lo que a él le pasa....entonces Rafa...debería....</p> <p>Esta narración busca que cada estudiante piense en el modo de cómo actuaría en esa situación. Posteriormente compartirán sus respuestas, clasificándolas en dos grupos, las positivas que buscan una solución pacífica y las que incrementan el conflicto. Al final se busca llegar a una conclusión explicando porque las primeras opciones son mejores que las segundas.</p>	<p>Mostrar a los alumnos que pueden ser capaces de controlar sus emociones y ser tolerantes con otros</p>	<p>60 min.</p>

	<p><i>Exposición:</i> El facilitador brindará más explicación sobre la importancia de controlar nuestras emociones, luego proyectará el siguiente video:</p> <p> https://www.youtube.com/watch?v=wURjVQY6hMs</p> <p><i>Cierre de Sesión:</i> El facilitador desarrollará la siguiente dinámica de cierre: Hacer con las sillas un círculo, delante de cada silla deberá colocar otra silla, de manera tal que los estudiantes se puedan sentar uno delante del otro, se sentarán por 2 minutos y pase a la silla siguiente. Durante estos minutos sentados uno de los estudiantes habla de su compañero que se sentó adelante, el otro solo escucha, después de esos 2 minutos se intercambian de posición, entendiendo y soportando lo que su compañero indica sobre él; finalmente el facilitador expondrá la importancia del control emocional y brindará las despedidas respectivas al grupo.</p>		
<p>Sesión 7: Me comunico asertivamente</p>	<p><i>Presentación:</i> el facilitador saludará a la audiencia, luego hará un breve repaso de la sesión anterior, y expondrá los objetivos de la presente sesión, haciendo entrega de un folleto con el tema a tratar.</p> <p><i>Dinámica:</i> El facilitador separará al grupo en subgrupos, según el número de participantes, ofreciendo a cada subgrupo una foto, pidiéndoles que de modo individual, puedan escriban algo sucedido previamente en esa fotografía, qué está ocurriendo en ese momento de la foto y que pasará después; al terminar comparten con sus compañeros su narrativa, pueden debatir entre ellos y formar una sola idea, cada subgrupo debería elegir un representante para exponer.</p> <p><i>Exposición:</i> El facilitador proporcionará una mayor explicación acerca de la importancia de comunicarse asertivamente, y proyectará el siguiente video:</p> <p> https://www.youtube.com/watch?v=jvxuQEe_0-w</p> <p><i>Cierre de Sesión:</i> El facilitador desarrollará la siguiente dinámica de cierre para una mejor comprensión del tema tratado:</p>	<p>El alumno tomará importancia acerca de una adecuada comunicación</p>	<p>60 min.</p>

	<p>El facilitador expondrá 3 etapas que llevan a una comunicación asertiva, siendo estas: 1. Expresión de sentimientos. 2. Pedir qué queremos que suceda u ocurra. 3. Expresar cómo nos sentiríamos posterior al cambio. Después cada alumno deberá escribir en una hoja alguna situación de su vida diaria que le genera algún conflicto y abajo deberá resolver esa situación conflictiva empleando un diálogo asertivo, con la finalidad de que el estudiante diferencie la comunicación asertiva y no asertiva.</p>		
<p>Sesión 8: comunicándome asertivamente Parte II</p>	<p><i>Presentación:</i> en esta parte el facilitador saludará a la audiencia, luego hará un breve repaso de la sesión anterior, y expondrá los objetivos de la presente sesión, haciendo entrega de un folleto con el tema a tratar, además de dar gracias por las participaciones en sesiones anteriores mencionando algunos puntos de resumen.</p> <p><i>Dinámica:</i> El facilitador formará grupos de 3 alumnos dentro de cada grupo rotarán los papeles: uno habla, otro escucha y el otro observa, todos deberán pasar por los 3 papeles. El alumno que escucha comentará al que habló si es observó en él una comunicación clara o no y por qué; el observador brinda sus impresiones; después se comentarán sus experiencias, lo aprendido y las dificultades que tuvieron.</p> <p><i>Exposición:</i> El facilitador proporcionará una mayor explicación acerca de la importancia de comunicarse asertivamente, y proyectará el siguiente video:</p> <p> https://www.youtube.com/watch?v=eF-UJWjGSX8</p> <p><i>Cierre de Sesión:</i> Para sensibilizar a los estudiantes acerca de la comunicación y escucha activa, para esto repartirá a cada estudiante un examen de 5 ítems a responder, según lo cual el alumno observará sus hábitos de escucha y comunicación. Después de esto se les explicará la importancia de la comunicación y un repaso de lo mencionado en las sesiones previas haciendo ver su importancia para una adecuación de conducta en cada esfera de sus vidas, sea personal, familiar, social. Finalmente se realizará un compartir con todos los participantes.</p>	<p>Conocer más acerca de la comunicación</p>	<p>60 min.</p>