

FACULTAD DE CIENCIAS DE
LA SALUD

Carrera de Psicología

**“DESARROLLO PSICOLOGICO: UN PROYECTO
EDUCATIVO PARA ESTUDIANTES”**

**Trabajo de suficiencia profesional para optar al título
profesional de:**

Licenciado en Psicología

Autores:

Diego Alonso Jara Rivera
Milagros Patricia Rodriguez Montenegro


Asesor:

Dr. Heber Domingo Seminario Ortiz
ORCID: 0000-0001-8654-9982

Lima - Perú

2025

Informe de Similitud

 turnitin Página 2 of 103 - Descripción general de integridad

Identificador de la entrega trn:oid::1:3135954670




12% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

▸ Bibliografía

Fuentes principales

- 11%  Fuentes de Internet
 - 2%  Publicaciones
 - 2%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)
-

Dedicatoria

A quienes nos han servido como guías e inspiración en este camino. En especial, a Julio Ames, por su apoyo incondicional; a Adrián Ames, por ser mi mayor fuente de motivación; y a la señora María Rivera, por su valiosa contribución. Sin ellos, este logro no habría sido posible. Cada uno de ellos es una fuente de energía que nos impulsa a seguir luchando por nuestros sueños y alcanzar nuestras metas.

Agradecimiento

En primer lugar, expresamos nuestro más profundo agradecimiento a Dios, por brindarnos la fortaleza y sabiduría necesarias para superar las adversidades que hemos enfrentado en este camino. Asimismo, extendemos un especial reconocimiento al Dr. Heber Domingo Seminario Ortiz, cuyo constante apoyo y generosa disposición para compartir sus conocimientos han sido fundamentales para la realización de este trabajo de suficiencia profesional.

Tabla de contenido

Índice de tablas	6
Índice de Figuras.....	7
Lista de Anexos	8
RESUMEN EJECUTIVO.....	9
CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN.....	10
CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO.....	14
CAPÍTULO III. DESCRIPCIÓN DE LA EXPERIENCIA	34
CAPÍTULO IV. RESULTADOS	59
CAPÍTULO V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	68
REFERENCIAS	70
ANEXOS	85

Índice de tablas

Tabla 1 Resultados Pre y Post cuestionario del Programa Preventivo Promocional "Aprendiendo a estudiar"	59
Tabla 2 Resultados Pre y Post cuestionario del programa: "Aprendiendo a Valorarme"	61
Tabla 3 Resultados pre y post cuestionario del programa "Todos contra el bullying"	63
Tabla 4 Cumplimiento del Plan Operativo del Programa Preventivo Promocional	65
Tabla 5 Cumplimiento del Plan Operativo del Programa de Intervención	67

Índice de Figuras

Figura 1	Programa preventivo promocional "Aprendiendo a estudiar	36
Figura 2	Primera charla educativa "Aprendiendo a mi estilo"	37
Figura 3	Segunda charla educativa: "Me preparo para el éxito"	38
Figura 4	Tercera charla educativa: "Gestionando mis emociones"	39
Figura 5	Programa preventivo promocional: "Aprendiendo a Valorarme".....	40
Figura 6	Primera charla educativa: "¿Cuánto me conozco?"	41
Figura 7	Segunda charla educativa: "Reconociendo mis emociones"	42
Figura 8	Tercera charla educativa: "Fortalecemos juntos mi autoestima.....	43
Figura 9	Programa preventivo promocional: "Todos contra el Bullying"	44
Figura 10	Primera charla educativa: "Conociendo de cerca al bullying".....	45
Figura 11	Segunda charla educativa: "Resolución de conflictos"	46
Figura 12	Tercera charla educativa: "Control de impulsos"	47
Figura 13	Cuarta charla educativa: "La empatía"	48
Figura 14	Charla educativa: "Superando la procrastinación".....	49
Figura 15	Charla educativa: "Conociendo la ansiedad"	50
Figura 16	Charla educativa: "Hablemos sobre el cutting"	51
Figura 17	Charla educativa: "Conciencia sobre la depresión"	52
Figura 18	Charla educativa: "Socialización escolar"	53
Figura 19	Intervención en lectoescritura	55
Figura 20	Intervención en habilidades motoras finas	56
Figura 21	Intervención de lectura guiada	57
Figura 22	Actividades sensoriales	58

Lista de Anexos

Anexo A. Aprendiendo a mí estilo	85
Anexo B. Me preparo para el éxito.....	86
Anexo C. Gestionando mis emociones	87
Anexo D. ¿Cuánto me conozco?	88
Anexo E. Fortalecemos juntos mi autoestima	89
Anexo F. Conociendo de cerca al bullying.....	90
Anexo G. Resolución de conflictos	91
Anexo H. Control de impulsos	92
Anexo I. La empatía	93
Anexo J. Superando la procrastinación	94
Anexo K. Conociendo la ansiedad.....	95
Anexo L. La atención	96
Anexo M. Lectoescritura	97
Anexo N. Habilidades motoras finas	98
Anexo O. Lectura guiada	99
Anexo P. Actividades sensoriales.....	100

RESUMEN EJECUTIVO

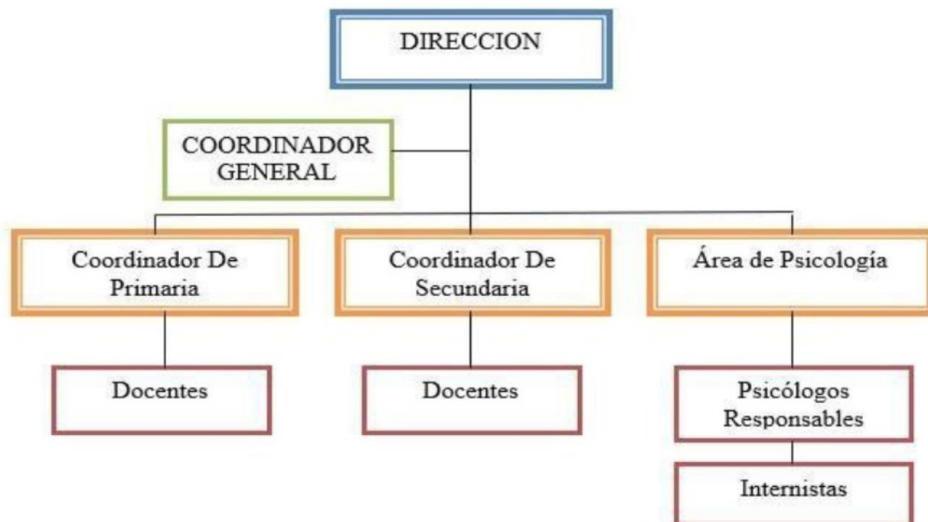
La experiencia profesional se desarrolló en la Institución Educativa Privada "Divino Niño de Praga", donde se atendieron diversas problemáticas psicosociales y educativas de los estudiantes. Durante este período, se diseñaron e implementaron programas preventivos y promocionales, como "Aprendiendo a estudiar", "Aprendiendo a valorarme" y "Todos contra el bullying", además de realizar charlas educativas sobre temas como la depresión, la ansiedad, el cutting, entre otros.

Las sesiones se llevaron a cabo utilizando dinámicas grupales, cuestionarios pre y post, intervención, materiales visuales y técnicas participativas, con el objetivo de promover habilidades emocionales, sociales y académicas. Se aplicaron enfoques de psicoeducación, orientación psicopedagógica y estrategias de aprendizaje activo. Los resultados obtenidos mostraron mejoras significativas en áreas clave como la autoestima, el control de impulsos, la resolución de conflictos y los hábitos de estudio de los participantes.

Esta experiencia permitió desarrollar competencias profesionales fundamentales, como la empatía, la comunicación efectiva y el diseño de programas educativos, logrando un impacto positivo en toda la comunidad educativa. Las conclusiones subrayan la relevancia de la psicoeducación en la creación de ambientes escolares inclusivos y seguros, así como en el impulso del desarrollo integral de los alumnos.

CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN

El presente trabajo de suficiencia profesional ha sido desarrollado por los bachilleres en Psicología, Diego Alonso Jara Rivera y Milagros Patricia Rodríguez Montenegro, el cual ha sido ejecutado durante el periodo de marzo a diciembre de 2024 en la Institución Educativa “Divino Niño de Praga”, la cual fue fundada en el año 2003 por la directora Mary Alvarez Escalante en el Distrito de San Miguel, Lima. La institución educativa, en su trayectoria educacional viene desarrollando un sistema de enseñanza personalizada donde uno de los pilares es el soporte emocional a toda la comunidad educativa. Esta institución cuenta con una plana docente pedagógica y el acompañamiento del departamento de psicología, quien se encarga de la evaluación y observación de todos los integrantes de la institución en los niveles inicial, primaria y secundaria.



Durante esta experiencia, hemos recopilado información valiosa sobre la puesta en práctica, respecto a los aprendizajes adquiridos en nuestro paso por la universidad,

como son las actividades preventivas, promocionales y de intervención, los cuales presentaremos a continuación.

El Capítulo I, comprende la introducción, donde se menciona información relevante de la institución educativa a la cual prestamos servicio. En el Capítulo II, se presenta el Marco Teórico donde incluimos las teorías de Moyano (2019) y Muñoz (2022) sobre la convivencia escolar y los factores que afectan a los estudiantes. La teoría de Kelley (2021) respecto a las intervenciones psicoeducativas. García y Rodríguez (2019) nos habla acerca de la psicoeducación en el ámbito de la violencia escolar. Pérez y Gonzales (2022) sobre los programas y talleres psicoeducativos. Vera (2022) se pronuncia respecto a la orientación psicopedagógica y el proceso de acompañamiento. Preciado nos expone su teoría sobre la función de prevención en el ámbito educativo. Martínez y Suarez (2020) nos mencionan algunas técnicas de estimulación y fortalecimiento de la autonomía en los estudiantes. Se incluye también la teoría de Makama y Soto (2019) respecto a la Psicoeducación en prevención, promoción e intervención con relación a la salud mental. García y Rodríguez (2019) nos hablan acerca de la contribución de los programas psicoeducativos y talleres para promover las habilidades en resolución de conflictos. Cosma (2023) nos señala su teoría respecto a los trastornos de salud mental infantil en el contexto escolar. Contamos con la teoría de Alva (2021) respecto a problemas emocionales en los niños y adolescentes, Muñoz (2021), la OMS (2023), Ríos y Luna (2023) nos hablan acerca de la depresión, sus síntomas, la prevalencia y las posibles causas. El MINSA (2020), la OPS (2022) y un estudio de Sánchez (2021) nos hablan sobre la ansiedad y el incremento significativo de esta problemática en los últimos años. En lo que respecta al cutting, contamos con las teorías de Añazco y Mendoza (2021), Mori, Gutiérrez y Yañez (2022). Acerca del Bullying

contamos con información de la UNESCO (2023), el MINEDU (2024) y teorías Picho (2020), Diaz (2023), Duarte y Mendoza (2021) quienes lograron reducir la violencia en el aula a través de un programa implementado en México. Entre los autores que nos hablan sobre procrastinación tenemos a Otero (2023), Estrada (2021), Vargas (2023), Rojas (2023), Báez (2023), Grané (2021) y Diaz (2019). Sobre inteligencia emocional tenemos las teorías de Ramos (2020), Rabanal (2020) y Jondec (2021). Los autores que nos hablan acerca del control de impulsos son Thagard (2019), Arrieta y Chaverri (2019). Sobre el reconocimiento de emociones tenemos autores como Briceño (2022), Montiel (2023), Cando y Gómez (2023). Entre los autores que nos hablan acerca de la resolución de conflictos tenemos a Bernal, Saker, Sánchez y Martínez (2021). Mencionaremos las teorías de Gonzales (2021), Montenegro (2023), Córdova y Kaplan (2021) con respecto a la socialización en el ámbito educativo. Pérez (2020), Saltos (2020), Chen y Lew (2019) nos hablan acerca de la empatía. En cuanto al desarrollo del aprendizaje contamos con información de la UNICEF (2022) y las teorías de Gonzales, Lomeli (2021), Santamaria y Vega (2022). Con respecto a la función de intervención psicoeducativa tenemos a autores como Diaz (2019), Betancourth (2020), Salvatierra (2021), Gaetha (2021) y Abid (2023). Autores que nos brindan información referente a la atención y concentración vienen siendo Caicedo, Mayo Clinic (2023), Shi y Qu. (2022) Sobre lectoescritura tenemos las teorías de Graham (2020), Reutzel (2019) y Abad (2023). Rahimi y Babeed (2021), Sanches, Restrepo (2019), Ramsa y Rawlan (2021) nos hablarán acerca de la Lectura guiada. En cuanto a las actividades de Motricidad fina tenemos a Duque (2021), Tiburcio (2022) y Fermín (2021). La UNESCO (2023) nos brinda información referente a las actividades sensoriales y los autores que se pronuncian respecto a este tema son Bonany (2022), Moreno (2022), Dixon (2021), Aldabe y Rivera (2020). También veremos la teoría de Landinez (2022), Meza y Domo (2019) respecto a la memoria de

trabajo. En el Capítulo III, tenemos la recopilación de las experiencias desarrolladas dentro de la Institución. Las actividades que hemos venido desarrollando se encuentran clasificadas como funciones preventivas, promocionales y de intervención; dentro de la función preventiva- promocional veremos las sesiones de charlas y programas educativos desarrollados para los alumnos de primaria y secundaria. Dentro de la función de intervención veremos las sesiones asignadas por la psicóloga de la institución para aquellos niños neurodivergentes o alumnado con necesidad de apoyo. En el Capítulo IV, se muestran los resultados obtenidos del pre y post cuestionario realizado al alumnado participante en los programas preventivos promocionales. En el Capítulo V, se brinda las conclusiones y recomendaciones.

Finalmente, pasaremos a las referencias bibliográficas y anexos que acreditan el desarrollo del presente trabajo.

CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO

La psicología educativa constituye una especialidad dentro de la psicología que se enfoca en estudiar los procesos relacionados con la enseñanza y el aprendizaje en contextos escolares., su propósito es entender cómo los individuos adquieren y retienen el conocimiento, además de mejorar este proceso Vital et al., (2020).

Existen múltiples factores que afectan a los estudiantes, desde características personales hasta influencias socioculturales; en este sentido, la convivencia escolar es un aspecto crucial en el ámbito personal y académico (Moyano et al., 2019). En particular, cuando un alumno exhibe un comportamiento inadecuado en el aula como por ejemplo jugar con otro compañero mientras el docente se encuentra hablando, pararse constantemente dentro del salón de clase, gritar a los compañeros o quitarle sus pertenencias, estos aspectos que se evidencian en la vida cotidiana en un colegio impactan negativamente en sus compañeros y en la evolución de la lección (Muñoz et al., 2022; Vila et al., 2021).

A nivel mundial, la O.M.S. (2020) sugiere que las percepciones que los estudiantes tienen sobre su entorno escolar pueden influir de manera considerable. en su rendimiento académico, esto puede deberse a los conflictos entre compañeros, el abuso verbal y psicológico, de igual manera, la falta de normas claras y respetadas en el aula impacta de manera negativa el ambiente escolar y las condiciones esenciales para un aprendizaje adecuado. En Lima, Mori (2020) investigó sobre el vínculo entre la exposición a la violencia y los niveles de agresividad en adolescentes, utilizando una muestra de 406 escolares de entre 12 y 18 años, que cursaban desde el primer hasta el quinto año de secundaria. El estudio encontró que los mayores índices de exposición a la

violencia se daban en los medios de comunicación en un 72.9%, el hogar en 64.6% y la escuela en un 49.6%, mientras que la comunidad tenía una exposición promedio de un 61.7%. Morin concluyó que la televisión es un factor significativo que contribuye a la adopción de conductas violentas en los adolescentes. En términos de prevención, las intervenciones psicoeducativas contribuyen al bienestar psicológico y buscan disminuir el efecto de los factores de riesgo (Kelley et al., 2021). En el contexto de la violencia escolar, la psicoeducación tiene un papel vital, ya que brinda herramientas a alumnos, profesores, padres de familia y miembros de la comunidad para identificar, prevenir y enfrentar conductas violentas (García y Rodríguez, 2019). Los programas y talleres psicoeducativos diseñados específicamente para los alumnos pueden desarrollar habilidades para la resolución de conflictos, fomentar la empatía y mejorar la comunicación interpersonal, lo que a su vez ayuda a mitigar la agresión y el acoso en las instituciones educativas. Esta estrategia proporciona recursos esenciales para el desarrollo socioemocional de los alumnos, la formación de los profesores y la participación activa de los padres de familia en la creación de entornos educativos seguros y libres de violencia (Pérez y González, 2022).

La orientación Psicopedagógica

Es el proceso de acompañamiento que se orienta a prevenir y remediar dificultades propias del desarrollo, a promover el autoconocimiento, la conciencia social y el desarrollo de habilidades que permitan formar individuos sanos, independientes y comprometidos con el bienestar común Vera et al., (2022).

En cuanto a la orientación psicopedagógica, esta está relacionada con la educación y a menudo se conoce simplemente como orientación educativa. Sin embargo, existen

enfoques más específicos, como la orientación vocacional, la consejería educativa o la orientación ocupacional. A pesar de las diferencias, todas estas formas de orientación se centran en el proceso educativo dentro de los sistemas escolares y universitarios Vera et al., (2022).

- **Principios de la orientación psicopedagógica**

Principio antropológico: Este concepto se fundamenta en la noción de que todas las personas necesitan algún tipo de apoyo, y la intervención debe centrarse en lo que es necesario para ellos.

Principio de prevención: Proveniente del campo de la salud mental y de la teoría de la crisis, este principio busca fomentar el desarrollo completo del individuo. Se aborda de forma proactiva para prevenir problemas o, en su defecto, mitigar sus efectos. El principio de desarrollo postula que el individuo es un ser en continuo crecimiento. La educación se entiende como un proceso que activa y estimula el potencial de la persona, ofreciéndole entornos que faciliten el cambio y el desarrollo.

Principio de acción social: El rol del orientador es el de un facilitador de transformación. Su intervención se enfoca en un enfoque ecológico, llevándose a cabo en un contexto social determinado, con la finalidad de comprender y modificar dicho entorno (Colectivo de Autores, 2020).

- **Funciones del psicólogo educativo**

Función de prevención en el ámbito educativo

El propósito de la prevención es crear condiciones favorables que favorezcan el desarrollo óptimo de las capacidades educativas, al mismo tiempo se evitan las consecuencias negativas derivadas de la discrepancia entre las necesidades educativas de

los estudiantes y las respuestas proporcionadas por los sistemas educativos y sociales, Preciado (2023). Esto incluye acciones específicas para abordar problemas educativos concretos, como la adaptación al entorno escolar o la identificación temprana de estudiantes con necesidades educativas especiales. Además, se abordan intervenciones desde las primeras etapas de la educación, mediante técnicas de estimulación y procesos diseñados para fortalecer la autonomía y las competencias de los estudiantes frente a las demandas del entorno educativo Martínez y Suárez, (2020).

La psicoeducación constituye un enfoque de intervención que facilita el trabajo en áreas como la prevención, la promoción y la intervención vinculadas a la salud mental (Makama et al., 2021). Dentro de los programas de atención y prevención, destacan los programas psicoeducativos, que, por su naturaleza práctica, buscan aumentar el conocimiento sobre trastornos o condiciones de salud, aclarar sus causas y efectos, disminuir los riesgos de su aparición y, en muchos casos, influir positivamente en su evolución Soto et al., (2019). En el contexto de la violencia escolar, la psicoeducación juega un papel crucial al proporcionar a los alumnos, profesores, padres de familia y otros integrantes de la comunidad educativa las herramientas necesarias para reconocer, prevenir y manejar conductas violentas (García y Rodríguez, 2019).

Los talleres y programas psicoeducativos orientados específicamente a los estudiantes pueden potenciar habilidades para resolver conflictos, cultivar la empatía y mejorar la comunicación entre individuos, lo que favorece la disminución de la agresividad y el acoso en los centros educativos, además, este tipo de programas contribuye a reducir la sensación de incapacidad y favorece la liberación emocional, física y social de sentimientos como la angustia, el temor, el malestar, el estigma y el aislamiento,

preparando tanto a estudiantes como a docentes para enfrentar nuevas situaciones, y promoviendo la reflexión sobre ellas. Pérez y Gonzales, (2022).

- **Prevención**

Trastornos de Salud Mental Infantil en el contexto escolar

La formación del personal educativo en temas de salud mental y en la identificación de conductas externalizantes es esencial para apoyar el bienestar de los estudiantes. Las escuelas juegan un papel clave en el desarrollo integral de niños y adolescentes, siendo el lugar donde pasan la mayor parte de su tiempo, interactúan con sus compañeros y crecen tanto en lo académico como en lo social y emocional (Cosma et al., 2023). Estos entornos educativos crean las condiciones necesarias para identificar y fortalecer habilidades y destrezas, proporcionando contextos adecuados para el crecimiento humano, convirtiéndose en espacios de interacción y desarrollo. Además, son fundamentales para el fortalecimiento de competencias socioemocionales y habilidades comunicativas, que se integran al proceso de enseñanza-aprendizaje (Mejía et al., 2020).

Según Álava (2021), los niños y adolescentes con problemas emocionales, conductuales o de aprendizaje pueden enfrentar fracaso escolar o incluso abandonar la escuela, lo que repercute negativamente en su salud mental, educación y perspectivas futuras. Por lo tanto, una intervención temprana dentro de las escuelas puede ser decisiva para su bienestar, evitando que problemas como la ansiedad y la depresión interfieran en su rendimiento académico y desarrollo social.

Es indispensable adoptar un enfoque renovado para crear un ambiente que fomente la salud mental positiva entre los adolescentes. La salud mental de los niños y adolescentes es un derecho fundamental que las escuelas deben abordar de manera

integral, y es esencial contar con recursos adecuados para acciones preventivas que complementen el tratamiento y reduzcan la incidencia de trastornos (Muñoz, 2022).

- **Depresión**

La depresión se considera el trastorno mental más común a nivel global, tal como señala la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2023). Este trastorno afecta con mayor frecuencia a las mujeres, especialmente en el caso de las adolescentes (Muñoz et al., 2021). Un estudio llevado a cabo por Ruiz et al. (2020) destaca que, los síntomas depresivos fueron reportados en el 51% de las adolescentes de entre 14 y 16 años, una cifra tres veces mayor que en los varones. Esta tendencia fue corroborada por Ríos y Luna (2023), quienes encontraron que el 65.75% de los estudiantes experimentaron síntomas depresivos, de los cuales el 92.20% eran mujeres.

Por otro lado, Rojas (2022) refiere que, el acoso escolar contribuye al desarrollo de la depresión. En alumnos de una escuela en Villa El Salvador, al Sur de Lima, se halló una relación significativa entre el bullying y la incidencia de depresión en estudiantes de secundaria. La investigación, de enfoque cuantitativo y transversal, reveló una conexión moderada entre el bullying y la depresión, con un valor de $p < 0,01$.

- **Ansiedad**

En relación con la ansiedad, la O.P.S (2021) reportó que el 56.4% de los adolescentes presentan síntomas de trastorno de ansiedad, alcanzando un 61.2% en algunos casos. Esto indica que, por cada diez adolescentes, seis padecen ansiedad. Durante la pandemia, la O.P.S (2022) reportó un incremento del 25% en los niveles de ansiedad en comparación con años previos, lo que generó inquietud sobre el

empeoramiento del bienestar psicológico en la población. Este aumento se registró en el 90% de los países que participaron en la encuesta, subrayando la magnitud del problema.

En Perú, el MINSA (2020) reporta un incremento significativo de casos de ansiedad, afectando al 70% de los adolescentes peruanos en cuanto a su bienestar mental. Además, un estudio realizado por Sánchez et al. (2021) sobre indicadores de somatización, depresión, ansiedad y evitación experiencial en 1264 adolescentes de diferentes regiones del país indicó que el 45% de la población estudiada presentó entre 3 y 6 de los indicadores de ansiedad. Estos resultados sugieren que la ansiedad es un problema creciente entre los adolescentes peruanos, con consecuencias negativas para su salud mental.

- **Cutting**

Añazco y Mendoza (2021) realizaron un estudio en una escuela de Bongará, ubicada en el departamento de Amazonas, con una muestra de 139 adolescentes. Los resultados revelaron que el 42.45% de los alumnos presentaba autolesiones de baja intensidad, mientras que un 5.04% reportaba autolesiones graves. Además, se observó que el 4.3% de los adolescentes provenientes de familias disfuncionales experimentaban autolesiones leves, y un 1.39% padecía autolesiones severas.

En Arequipa, Gutiérrez y Yañez (2022) llevaron a cabo un estudio para analizar la conexión entre las conductas autolesivas y la ideación suicida en adolescentes, utilizando una muestra de 64 alumnos femeninas con años comprendidas entre las edades de 13 a 16 años. Los hallazgos indicaron que el 53.1% de las participantes mostraron autolesiones leves, el 40.6% moderadas y el 6.3% autolesiones graves.

- **Bullying**

El bullying es un fenómeno que afecta a niños y adolescentes en todos los países y se manifiesta de diversas formas: dentro y fuera de las aulas, en el transporte escolar y en los medios digitales. La violencia escolar, en su mayoría, ocurre entre estudiantes y puede ser perpetrada por otros miembros de la comunidad educativa UNESCO (2023). Hoy en día, los índices de violencia escolar han aumentado en diversas instituciones educativas, convirtiéndose en un tema de preocupación para docentes, psicólogos y padres de familia MINEDU (2024).

Varios estudios han demostrado los efectos negativos de una convivencia escolar deficiente. En México, un programa implementado por Duarte y Mendoza (2021) logró reducir la violencia en el aula. En una muestra de 35 alumnas, los niveles de violencia disminuyeron ligeramente de 1.12 a 1.10 al enseñar nuevas habilidades de convivencia escolar. De manera similar, en Chile, Díaz et al. (2023) señalan que, el 40.9% de los 730 estudiantes encuestados percibían una mala convivencia con sus compañeros y docentes. El estudio resaltó que los estudiantes más fuertes ejercían abuso sobre los más débiles, especialmente en lugares como los baños, con un 20.4%, y los patios, con un 10%. En Perú, la investigación realizada por Picho et al. (2020) incluyó a 120 estudiantes de entre 14 y 16 años, revelando que el 15% de los participantes percibieron una convivencia escolar inadecuada, el 58.3% la consideraron regular y el 26.7% la describieron como buena. Además, se observó que la violencia tiene un impacto negativo en la calidad de la convivencia escolar.

- **Procrastinación Académica**

La procrastinación académica es un patrón de conducta habitual caracterizado por la postergación deliberada de tareas que deben cumplirse dentro de un plazo determinado. Este comportamiento está vinculado a factores conductuales, como la baja autoestima, la falta de confianza, la deficiencia en la autorregulación, desorganización, y, en algunos casos, tendencias perfeccionistas, impulsividad y ansiedad (Otero-Potosí et al., 2023). Según Vergara et al. (2023), se observó un alto grado de procrastinación entre los estudiantes de secundaria, con un 64,9% de ellos mostrando niveles elevados de procrastinación. De manera similar, en Ecuador, Bedón (2023) reportó un 51,2% de estudiantes de secundaria con altos índices de procrastinación.

Estrada (2021) menciona que el 65,3% de los adolescentes de Puerto Maldonado dejan de lado sus responsabilidades académicas, como dejar las tareas para el último momento, no estudiar para los exámenes y tener dificultades para organizar su tiempo. Esto genera un bajo rendimiento escolar, abandono de asignaturas e incluso el retiro de la escuela. En su estudio con estudiantes de secundaria en Lima, Vargas (2023) descubrió que el 95% de los participantes presentaban un nivel moderado de procrastinación, mientras que solo un 5% mostraba niveles insignificantes de este comportamiento. De manera similar, Rojas (2023) encontró que un 22,2% de los estudiantes de secundaria presentaban una procrastinación de nivel medio, y únicamente un 3,6% mostraba un nivel alto.

Función de promoción en el ámbito educativo

- **Promoción**

Como profesionales en psicología educativa, desempeñamos un papel fundamental en la promoción de la inclusión y la equidad. Nos dedicamos a cultivar la tolerancia y la empatía, asegurándonos de que todos los estudiantes, sin importar sus diferencias, tengan las mismas oportunidades dentro del ámbito educativo, además, en nuestra función como psicólogos educativos, nos enfocamos en la promoción de la salud mental, la cual es esencial para apoyar el desarrollo emocional y psicológico de los escolares (Báez, 2023). La escuela es responsable de incentivar en los estudiantes, hábitos y actividades que aporten a una mejor calidad de vida, es por ello que se espera que los docentes adopten actitudes, comportamientos y conocimientos que faciliten la educación sanitaria y sirvan como modelos a seguir para los estudiantes (Díaz, 2019).

- **Inteligencia emocional**

Ramos (2020) sostiene que incorporar la inteligencia emocional en el entorno escolar no solo contribuye a mejorar el clima educativo, sino que también potencia el aprendizaje y facilita la resolución de conflictos entre los estudiantes. Es esencial que los alumnos desarrollen competencias en el manejo del pensamiento emocional para poder abordar de manera efectiva tanto los retos académicos como los personales. Esto implica la capacidad de identificar y comprender las emociones en diversas situaciones, así como gestionarlas de forma positiva y constructiva, según Torres (2021).

Grané (2021) resalta que la inteligencia emocional en el entorno escolar permite el desarrollo integral de los estudiantes, mejorando su capacidad de aprender, trabajar en

equipo y solucionar conflictos. Rabanal (2020) investigó en Moyobamba que, trabajar la inteligencia emocional tiene un impacto significativo en la reducción de la agresividad física, los insultos y la hostilidad entre los adolescentes. Jondec (2021) demostró que, en su investigación con adolescentes de Chimbote, los comportamientos de rechazo social y las conductas delictivas disminuyeron como resultado de trabajar la inteligencia emocional, subrayando la importancia de abordar este aspecto para reducir la delincuencia juvenil.

- **Control de impulsos**

El control de impulsos es un proceso complejo y vital para las interacciones sociales, no solo en los ámbitos académico y laboral, sino también en los aspectos personales y colectivos, ya que facilita la consecución de diversos objetivos. Al tener en cuenta factores como las emociones, las creencias, la motivación, el contexto social y la racionalidad, es posible entender más a fondo la complejidad de las decisiones diarias de las personas, las cuales no pueden ser explicadas únicamente desde una perspectiva racional y controlada (Arrieta y Chaverri, 2019). El autocontrol se vincula de manera directa con las capacidades cognitivas, aunque también abarca dimensiones emocionales y sociales. Las emociones desempeñan un papel crucial en las relaciones interpersonales, ya que reflejan cómo una persona percibe y evalúa su entorno social (Thagard, 2019).

- **Reconociendo mis emociones**

Según la RAE (2020), la emoción se define como una alteración intensa y temporal del ánimo, que puede ser placentera o dolorosa, acompañada de una reacción somática. Briceño (2022) afirma que la gestión emocional ayuda a prevenir conflictos innecesarios, facilita la expresión de nuestras emociones, fomenta la empatía y nos orienta

hacia nuestros objetivos. Según Cando y Gómez (2023), la inteligencia emocional puede desarrollarse y fortalecerse a lo largo de la vida; de lo contrario, la falta de desarrollo emocional puede ocasionar incomprensión de las propias emociones, lo que lleva a inestabilidad emocional, ansiedad, nerviosismo, impulsividad, agresividad y, en algunos casos, depresión y baja autoestima. A menudo, no somos completamente conscientes de las emociones que experimentamos a diario. Sin embargo, sólo una adecuada gestión emocional puede prevenir conflictos tanto internos como externos (Montiel, 2023).

- **Resolución de conflictos**

Transformar los conflictos en oportunidades positivas en el contexto escolar es un reto para quienes gestionan un ambiente de paz y convivencia saludable. La experiencia escolar demuestra la necesidad de que los educadores no solo enseñen, sino también se especialicen en gestionar estas situaciones (Bernal y Saker, 2021). La escuela tiene la responsabilidad de formar a los estudiantes de manera integral, previniendo conflictos mediante la reflexión, investigación y trabajo en equipo (Sánchez et al. 2021). La mediación es una herramienta educativa que refuerza la convivencia escolar y promueve la resolución pacífica de disputas. Así mismo la creatividad juega un papel importante en abordar los temas de convivencia y fomentar relaciones armoniosas (Martínez, 2022).

- **Socialización en el ámbito educativo**

González (2021) destaca que el desarrollo social de los alumnos depende en gran medida de la educación que reciben en el aula, donde aprenden a convivir, cooperar y respetar las diferencias. En un estudio llevado a cabo en España por Montenegro et al. (2023), se encontró que el aprendizaje cooperativo está vinculado con una mejora en la convivencia escolar, beneficiando a los alumnos que aún no han alcanzado un nivel

académico adecuado. A nivel nacional, en Huancavelica, Córdova (2020) también encontró una relación importante entre la convivencia del estudiante y su aprendizaje cooperativo. Ambos estudios concluyen que el aprendizaje cooperativo favorece tanto la convivencia como la integración social de los estudiantes. Estos hallazgos nos invitan a considerar la escuela no sólo como un espacio pedagógico, sino también como un lugar de interacción social, donde se forman vínculos importantes entre estudiantes y los adultos, como señala (Kaplan 2021).

- **Empatía**

En las instituciones educativas, la empatía permite proponer ideas y acciones claras y efectivas para superar los desafíos presentes y futuros (Pérez, 2020). Según diversas investigaciones, la interacción entre docentes y estudiantes en los entornos educativos tiene un impacto significativo en la experiencia de aprendizaje y desempeña un rol clave en el desarrollo de la empatía, lo cual hace que esta dinámica interpersonal contribuya a la formación integral de individuos empáticos, y va más allá de una transmisión de conocimientos (Saltos et al., 2020). En este sentido, la literatura existente resalta la manera en que los docentes tienen una influencia considerable en el desarrollo de la empatía en los estudiantes, más allá de solo impartir conocimientos, es esencial considerar las interacciones cotidianas en el aula, fomentar conversaciones informales y establecer una relación afectiva sólida entre educador y alumno (Chen y Lew 2019).

- **Desarrollo del aprendizaje**

La teoría de la Zona de Desarrollo Próximo (ZDP), formulada por Vygotsky, subraya el papel crucial de la interacción social y la guía del docente en el proceso de aprendizaje de los estudiantes. Según esta teoría, el aprendizaje está profundamente

influenciado por las relaciones e interacciones sociales que ocurren dentro del contexto educativo (González Lomelí et al., 2021). Según Santamaría y Vega (2022), los docentes deben motivar a los estudiantes utilizando metodologías y técnicas activas. Además, destaca que la motivación está estrechamente vinculada con el intelecto, así como la formación cognitiva, y puede afectar positiva o negativamente el interés y la adquisición de conocimientos por parte de los alumnos. UNICEF (2022) destaca que la etapa de la adolescencia favorece la adquisición de nuevas habilidades y el fortalecimiento de competencias sociales y emocionales.

Función de intervención psicoeducativa

Díaz et al. (2019) describen los programas de Intervención Psicoeducativa como actividades diseñadas para mejorar el aprendizaje, considerando los principios psicológicos, pedagógicos y neuronales. Por su parte, Betancourth et al. (2020) señalan que, para que las intervenciones sean efectivas, es crucial estudiar a la población objetivo y aplicar los principios y técnicas adecuados. Esto garantiza que las intervenciones sean eficaces, utilizando herramientas que favorezcan el cambio conductual.

Según Salvatierra (2021), es fundamental que las intervenciones se basen en un estudio profesional y no en enfoques improvisados o generalizados, ya que cada grupo etáreo puede requerir un tratamiento específico, siendo las estrategias psicopedagógicas, métodos y técnicas empleadas en los entornos educativos para resolver y superar dificultades de aprendizaje, enfocándose en identificar los retos particulares que enfrentan los estudiantes y en diseñar intervenciones apropiadas para apoyar su proceso de aprendizaje.

- **Estrategias para el Aprendizaje**

Las estrategias de aprendizaje resultan esenciales para potenciar el rendimiento académico, esto resalta la importancia de diagnosticar las dificultades de los estudiantes antes de implementar estrategias de lectura como el skimming y el scanning, (Geetha 2021). Las estrategias se adaptan a las necesidades específicas del estudiante, mejorando así la comprensión lectora y facilitando el aprendizaje en el aula. Por ejemplo, las estrategias para el aprendizaje activo en cursos STEM (Innovación y Creatividad en el Aula), comunicación clara de expectativas. Las técnicas de estudio y las habilidades de gestión del tiempo contribuyen a obtener mejores resultados académicos (Abid et al., 2023). y el uso de retroalimentación constante, contribuye a mejorar la experiencia de aprendizaje y a abordar la resistencia de los estudiantes hacia el aprendizaje activo. (Nguyen et al. 2021).

Atención y Concentración

Iranzo (2020) sostiene que el aprendizaje y la adquisición de información en los niños se realiza principalmente a través de los sentidos. En este sentido, plantea que cualquier dificultad o comportamiento observable puede recibir y replicar estímulos, lo que ayuda a fortalecer la atención y la concentración. Por ello, es esencial que el niño reciba instrucciones a través de estímulos que pueda percibir y observar.

Las habilidades cognitivas, como la memoria de trabajo, la atención y la velocidad para procesar datos, juegan un rol fundamental en la capacidad de los estudiantes para aprender y rendir académicamente (Shi y Qu, 2022). Los trastornos de atención comprenden un grupo de afecciones que afectan el nivel de una persona para concentrarse, lo que puede generar dificultades para seguir instrucciones, completar

tareas y aprender (Caicedo, 2023). Estos trastornos pueden impactar negativamente el desempeño de una persona en el ámbito laboral, educativo o en sus relaciones sociales (Mayo Clinic, 2023).

- **Lectoescritura**

Graham (2020) argumenta que la lectura y la escritura deben ser enseñadas de manera integrada, ya que ambas habilidades se influyen mutuamente y mejoran el aprendizaje global del estudiante. Esta integración no solo facilita el desarrollo de competencias lingüísticas, sino también contribuye a una mejor capacidad de expresión escrita y comprensión textual.

Reutzet et al. (2019) sostienen que la fluidez en la escritura de letras es un indicador significativo del rendimiento académico, y sugieren que fomentar esta habilidad desde edades tempranas tiene un impacto positivo en el desarrollo académico a largo plazo. La ausencia de habilidades en lectura y escritura en los estudiantes no solo impacta su desempeño académico, sino que también puede tener repercusiones en su desarrollo emocional. En este sentido, resulta fundamental detectar estos problemas de manera temprana y ofrecer el apoyo adecuado tanto en el entorno escolar como en el hogar, con el fin de promover un desarrollo óptimo de las habilidades de lectoescritura en los niños (Quezada et al., 2023). Asimismo, factores emocionales como la ansiedad, la falta de motivación o una autoestima baja pueden afectar negativamente el rendimiento de los niños en estas áreas (Abad, 2023).

- **Lectura Guiada**

Las estrategias de lectura guiada se presentan como recursos efectivos para mejorar la comprensión lectora, integran técnicas de pre-lectura, durante la lectura y post-lectura para facilitar el proceso de comprensión (Ramsa y Rawian 2021). Estas estrategias también favorecen la adaptación al entorno de aprendizaje en línea, mejorando la comprensión de textos y favoreciendo la participación de los estudiantes (Magnusson et al, 2019; Rahimi y Babaei, 2021).

En el entorno educativo, la lectura no se limita a ser una habilidad técnica, sino que también es una herramienta fundamental para la investigación y el aprendizaje. A medida que los niños avanzan en su formación, la capacidad de leer de manera eficiente se convierte en un factor crucial para su éxito académico (Sánchez, 2021). Además, la lectura enriquece tanto la expresión oral como la escrita, mejorando el vocabulario y la gramática. Por lo tanto, no solo es una actividad académica, sino también un recurso esencial para el desarrollo cognitivo y para enfrentar los retos intelectuales que los niños encontrarán a lo largo de su trayectoria escolar (Restrepo et al., 2019).

- **Ejercicios de Motricidad Fina**

El desarrollo de la motricidad fina juega un papel fundamental en el aprendizaje infantil, ya que involucra la coordinación y control preciso de los movimientos de las manos y los dedos. Estas habilidades son esenciales para realizar actividades cotidianas como escribir, abotonar ropa, cortar con tijeras y manejar objetos pequeños. Además, durante el juego, los niños ejercitan estas destrezas, dado que muchas actividades recreativas requieren de la coordinación de manos y dedos. Algunas de estas actividades

incluyen jugar con bloques, manipular plastilina, ensartar cuentas en un hilo y pintar con los dedos, que contribuyen al desarrollo de la motricidad fina (Duque, 2021).

Tiburcio (2022) analizó el efecto de un programa de psicomotricidad fina en la mejora de la preescritura en niños de 5 años en Lima, utilizando una muestra de 47 niños. Los resultados mostraron una mejora notable, con una puntuación inicial de 27.1 y una posterior de 43.3, además de un valor de significancia bilateral de 0.000, lo que permitió concluir que el programa de psicomotricidad fina tiene un impacto positivo en la preescritura. En otro estudio, Fermín (2021) llevó a cabo una investigación en una institución educativa en Chimbote, empleando observación y una lista de cotejo para evaluar los efectos de los talleres de motricidad fina en el desarrollo de la preescritura. Se realizaron 10 talleres con una muestra de 24 niños de 5 años. Los resultados indicaron que el 3.91 % de los niños alcanzaron el nivel inicial, el 7.9 % el nivel de proceso, el 66.9 % el nivel de logro y el 20.90 % el nivel de logro destacado, según la prueba de Wilcoxon. Estos resultados señalaron que los talleres de motricidad fina tuvieron un impacto positivo significativo en el desarrollo de la preescritura en los niños de 5 años.

Actividades Sensoriales en Estudiantes Neuro Divergentes

La UNESCO (2023) define a las escuelas como inclusivas cuando están abiertas a la inscripción de todos los niños, sin importar las dificultades que puedan presentar. Estas instituciones se caracterizan por su dedicación a identificar y superar cualquier barrera que pueda dificultar el aprendizaje de todos sus miembros, con el objetivo de eliminar obstáculos y ofrecer una educación de calidad. Según Bonany (2022), la estimulación sensorial cumple dos funciones principales: promover en gran medida las habilidades sensoriales y mejorar el proceso cognitivo mediante una educación eficaz.

Para ello, se emplean elementos como la música, las luces, los colores y las actividades motoras, con el fin de trabajar los estímulos primarios: el tacto, la audición y la vista.

Las estrategias de estimulación sensorial para niños con Trastorno del Espectro Autista (TEA) están diseñadas para ofrecer experiencias sensoriales controladas que ayuden a los niños a sentirse más cómodos y a regular sus respuestas sensoriales. Esto se logra creando ambientes organizados que mantienen una rutina constante, utilizando juguetes y materiales que estimulan los sentidos, como pelotas suaves, masas sensoriales, burbujas, juguetes con texturas y luces suaves. Estos elementos permiten al niño explorar y procesar distintas sensaciones, reduciendo el estrés sensorial al minimizar cambios inesperados (Moreno, 2022).

En relación con el aprendizaje de niños con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH), Aldave y Rivera (2020) destacan que este aspecto es crucial, especialmente en el nivel primario, ya que es en esta etapa donde muchos niños comienzan su educación formal antes de ser diagnosticados. Esto los expone a retos cognitivos que afectan su capacidad de concentración, atención y esfuerzo al realizar tareas escolares. Según Dixon (2021), La técnica de estimulación sensorial táctil activa diversas áreas del cuerpo, como las manos, la cara, los brazos y las piernas, a través de receptores somáticos, que incluyen mecanorreceptores y nociceptores. Mediante el sistema nervioso, el sentido del tacto establece un vínculo entre la recepción de estímulos del entorno y las sensaciones que se experimentan.

- **Memoria de Trabajo**

Landínez et al. (2022) sostienen que los niños con limitaciones en su memoria de trabajo enfrentan mayores retos académicos y cognitivos, especialmente en lo que

respecta a la atención y la organización, lo que resulta aún más problemático en el caso de los niños con TDAH. Comprender estas dificultades permite diseñar intervenciones más efectivas que ayuden a los estudiantes a superar tales obstáculos. Por su parte, Meza y Domo (2019) analizan las funciones neuropsicológicas clave que influyen en el aprendizaje, tales como la atención, la memoria de trabajo y la función ejecutiva. También indican que estos procesos son esenciales para el éxito académico y que las carencias en cualquiera de estos aspectos pueden tener un impacto negativo en el rendimiento de los estudiantes. Los autores proponen la creación de intervenciones educativas orientadas a fortalecer estas capacidades, mejorando la atención y la memoria de trabajo, lo que favorecería un aprendizaje más profundo y duradero.

CAPÍTULO III. DESCRIPCIÓN DE LA EXPERIENCIA

La experiencia profesional como bachiller en psicología inició el día 15 de febrero de 2024, en la I.E.P. Divino Niño de Praga, dentro de la modalidad de vacaciones útiles. Durante este periodo, se tuvo una participación muy activa en el acompañamiento al personal de internos en psicología, impartiendo cursos de verano y refuerzo escolar, centrado en áreas fundamentales como habilidades sociales, lectoescritura y memoria de trabajo, apoyando así el desarrollo integral de los estudiantes. Con el inicio del año escolar, el día 4 de marzo, asumí la responsabilidad del curso de tutoría, en el cual pude diseñar y ejecutar la planificación de charlas con un enfoque promocional, preventivo y social. Los temas abordados se adaptaron a las necesidades específicas de los estudiantes, fomentando su bienestar y fortaleciendo su desarrollo psicosocial.

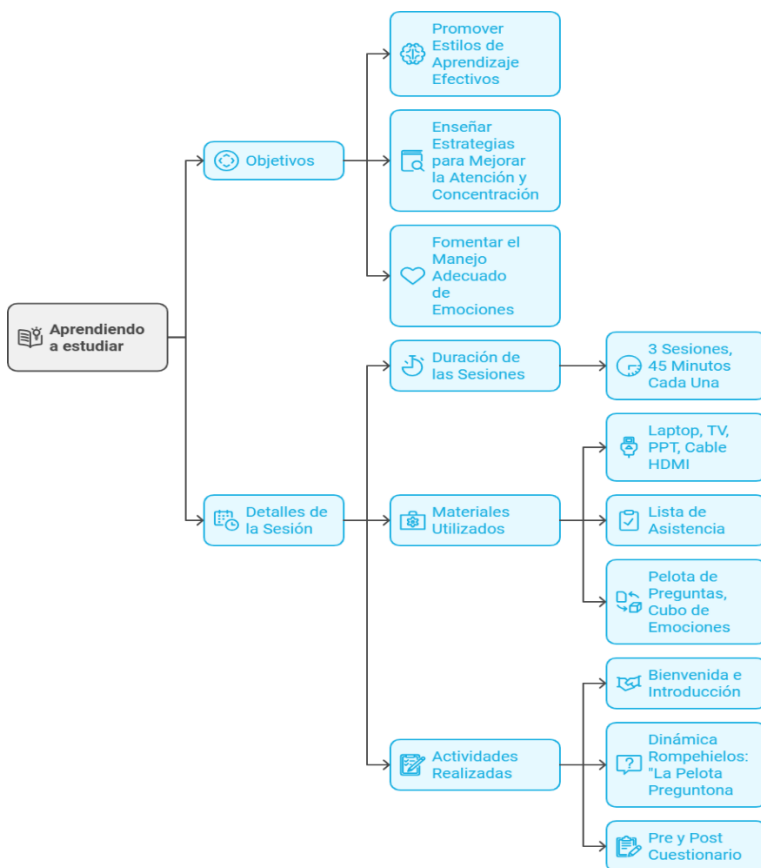
La I.E.P. Divino Niño de Praga implementó el enfoque pedagógico mediante charlas de una hora semanal. Para su ejecución, fue necesario adecuar ciertos espacios y contar con materiales pertinentes. Estas actividades incluyeron charlas, programas de capacitación y sesiones con los estudiantes, las cuales fueron coordinadas en conjunto con la psicóloga de la institución educativa. Aunque estas sesiones no tuvieron una calificación formal, su objetivo principal estaba centrado en ayudar a los estudiantes a identificar los riesgos sociales y proporcionarles herramientas prácticas para gestionarlos de manera efectiva.

En estrecha coordinación con la psicóloga de la institución, se realizó el acompañamiento especializado a estudiantes neurodivergentes y aquellos con dificultades de aprendizaje. En este trabajo se incluyeron estrategias personalizadas para fortalecer sus habilidades académicas y sociales, promoviendo su inclusión en el entorno escolar.

En la parte preventiva y promocional, se realizaron charlas educativas en prevención tocando temas libres como Depresión, Ansiedad, Cutting, Bullying y procrastinación académica. Asimismo, se realizaron programas preventivo-promocionales asignados por la psicóloga educativa, los cuales se llevaron a cabo dentro del curso de tutoría y taller. Además de ello, fueron incluidos temas promocionales como el fortalecimiento de la inteligencia emocional, control de impulsos y resolución de conflictos.

Figura 1

Programa preventivo promocional "Aprendiendo a estudiar"



En la figura 1, se observa el detalle de las actividades incluidas en el programa preventivo promocional “Aprendiendo a estudiar”, el cual tuvo como objetivo promover adecuados hábitos de estudio y prevenir problemas de aprendizaje, así como problemas psico-emocionales (depresión, ansiedad, frustración) en los estudiantes del Segundo año de educación secundaria. Este programa incluyó tres charlas de 45 minutos. Para las dinámicas se utilizaron materiales como: Una pelota y un cubo con imágenes de emociones en cada lado, Además de ello, se realizó un pre y post cuestionario antes de iniciar y al término del programa respectivamente, con la finalidad de evaluar los conocimientos instaurados en los estudiantes.

Figura 2

Primera charla educativa "Aprendiendo a mi estilo"



Se puede observar en la figura 2, el paso a paso de la charla educativa “Aprendiendo a mi estilo” el cual tuvo como objetivo, promover adecuados hábitos de estudio. Luego de haber sido desarrollado el pre-cuestionario por los estudiantes, se realizó el registro de asistencia para seguidamente aplicar la dinámica rompe hielo “La pelota preguntona”, donde cada integrante debía presentarse y contestar dos preguntas que podía hacerle cualquiera de los compañeros. Luego de ello, se procedió con la exposición del tema “Estilos de aprendizaje”, esta exposición estuvo acompañada de diapositivas y el video titulado “Estilos de aprendizaje”. Seguidamente se realizó una lluvia de ideas relacionada a las diversas técnicas de estudio. Se proyectó un segundo video titulado “Aprendiendo a aprender”. Finalmente, los estudiantes hicieron un intercambio de experiencias relacionadas al tema.

Figura 3

Segunda charla educativa: “Me preparo para el éxito”



La figura 3, nos muestra las actividades realizadas en la segunda charla “Me preparo para el éxito”. El objetivo de la sesión fue brindar estrategias de atención y concentración. Iniciamos la charla con el registro de asistencia y la dinámica de apertura “los opuestos” con la finalidad de generar concentración en los alumnos, debían realizar la acción opuesta a la indicada por los facilitadores. Ejemplo: Pararse, un paso a la derecha, un paso hacia atrás. Además de ello, se expuso temas relacionados a la “atención y concentración”, acompañados de dos videos, el primero de ellos, nos brindó ejercicios cerebrales para mejorar tanto la memoria como la lógica. Seguidamente, realizamos una lluvia de ideas referente a cómo mejorar la atención y concentración. El segundo video “Las 16 mejores técnicas de estudio”. Finalmente, los alumnos compartieron voluntariamente sus experiencias sobre las técnicas de estudio que venían aplicando de manera particular hasta el momento por las que deseaban modificar en adelante.

Figura 4

Tercera charla educativa: “Gestionando mis emociones”



La Figura 4, corresponde a la tercera y última sesión titulada “Gestionando mis emociones”, del programa “Aprendiendo a estudiar”, el objetivo fue promover un adecuado manejo de emociones. Se expusieron temas relacionados a la gestión emocional y la dinámica “El cubo de las emociones”, con la finalidad de conocer qué tanto, los participantes reconocían sus emociones. En esta dinámica, los estudiantes lanzaron el cubo y dependiendo de la expresión emocional que les haya tocado, debían recordar e identificar alguna experiencia que le haya hecho sentir la emoción del cubo. Se presentaron dos videos relacionados al tema, el primero, titulado “Identificando mis emociones”, el segundo, un extracto de la película “intensamente”. Al finalizar la presentación de los temas, se absolvieron algunas consultas de los estudiantes. Posteriormente, se realizó una lluvia de ideas sobre algunas situaciones relacionadas al tema. Al finalizar la charla se procedió a tomar la evaluación final con la que nos apoyamos para medir el nivel de conocimientos adquiridos al término del programa. La evaluación contó con enunciados donde debían marcar la opción Verdadero o Falso.

Figura 5

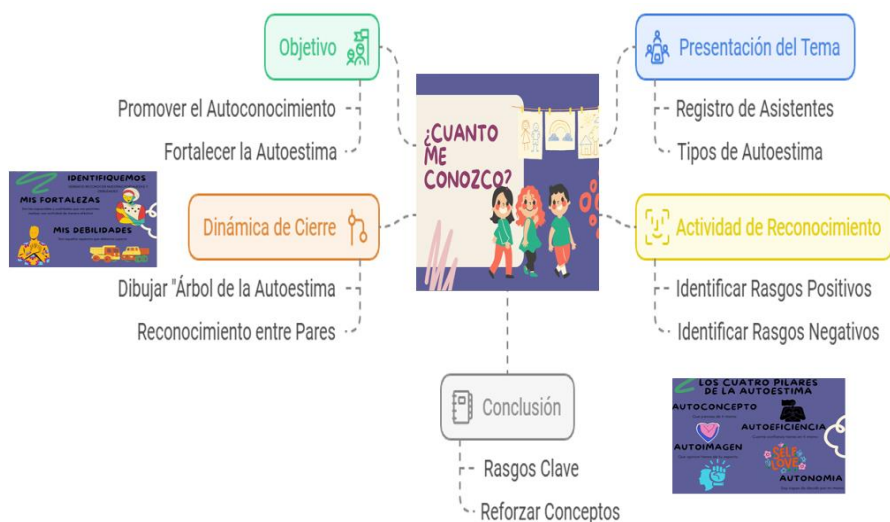
Programa preventivo promocional: “Aprendiendo a Valorarme”



En la figura N°5 se observan las temáticas realizadas en el programa preventivo “Aprendiendo a Valorarme”, el cual tuvo como objetivo fortalecer los niveles de autoestima en los alumnos del quinto año de educación secundaria y a su vez lograr que exterioricen sus emociones de manera funcional. Para la realización de este programa se emplearon materiales como hojas de colores, plumones, papelógrafos y dispositivos tecnológicos, a fin de enriquecer las actividades y facilitar el aprendizaje en los jóvenes. Se realizaron 3 charlas educativas de 45 minutos por sesión. En estas charlas se brindaron estrategias para reconocer y regular las emociones, fortalecer la autoestima y fomentar el desarrollo personal. Se realizaron evaluaciones a través de un pre y post cuestionario, con la finalidad de poder medir los conocimientos previos al programa, así como los adquiridos posterior a este.

Figura 6

Primera charla educativa: “¿Cuánto me conozco?”



En la Figura 6, observamos la primera charla del programa “Aprendiendo a Valorarme”. Titulada “¿Cuánto me conozco?”, su objetivo fue promover el autoconocimiento. Iniciamos con el registro de asistencia, para luego realizar la dinámica “Nombre y apellido positivo”, donde los estudiantes debían presentarse cambiando de apellido por un día. Para ello, escribimos en una hoja nuestro nombre y a continuación una cualidad que tengamos, la cual nos sirvió de apellido. Seguidamente, hicimos la presentación de los estudiantes leyendo una a una todas las hojas. Luego, se conceptualizó la autoestima y tipos de autoestima (positiva y negativa). Seguido, se realizó una actividad mediante hojas de colores donde debían escribir sus características y puedan luego reconocer si corresponde a una autoestima positiva o negativa. Se realizó la dinámica “El árbol de mi autoestima”, donde dibujaron un árbol, en las raíces debían escribir sus cualidades, habilidades y capacidades. En el tronco, actividades positivas que realizan y en los frutos, los éxitos o triunfos que han conseguido. A continuación, cada estudiante podía añadir raíces y frutos que reconocen en sus compañeros.

Figura 7

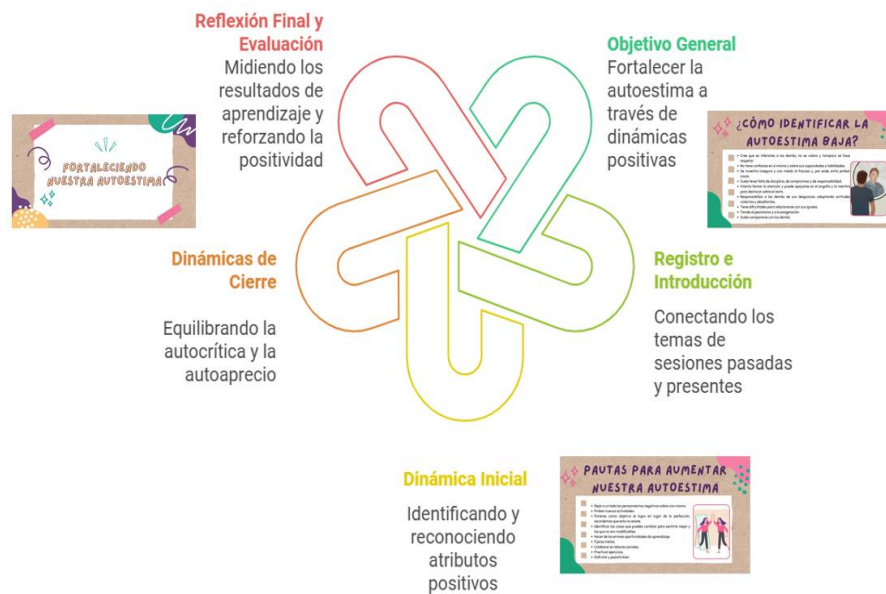
Segunda charla educativa: “Reconociendo mis emociones”



La figura 7, muestra las temáticas utilizadas en la segunda charla “Reconociendo mis emociones”, del programa “Aprendiendo a valorarme”. Esta charla tuvo como objetivo, lograr que los estudiantes exterioricen sus emociones de manera funcional. Se expusieron temas relacionados a las emociones básicas con el apoyo de diapositivas, brindando conceptualizaciones y ejemplificaciones. Se realizó la dinámica “El cubo de las emociones”. Luego, se proyectaron dos videos: El primero, un breve fragmento de la película “Intensamente”, El segundo, “El cuento del Monstruo de colores”. Seguidamente se realizó la dinámica “Positivo vs Negativo” donde los estudiantes debían escribir en una hoja un evento negativo (problema) que hayan presentado, escribiendo todo lo que le venga a la mente a través de su lado negativo, relacionado al problema. Ejemplo: “No lograré nada en la vida”. Luego a través de su lado positivo, escribir pensamientos relacionados al problema. Ejemplo: “Soy inteligente, saldré adelante”. A través de esta dinámica los participantes aprenden a buscar el lado positivo de las situaciones, neutralizando el lado negativo. Finalmente, los estudiantes de manera verbal explicaron el concepto de emociones brindando diversos ejemplos.

Figura 8

Tercera charla educativa: “Fortalecemos juntos mi autoestima”



La figura 8 nos muestra las actividades utilizadas en la tercera sesión “Fortalecemos juntos mi autoestima” del programa “Aprendiendo a Valorarme”. Se expusieron temas relacionados al fortalecimiento de nuestra autoestima. Esta charla estuvo acompañada de las dinámicas: “Atributos”, donde los primeros atributos que introducimos fueron: simpático/simpática o cariñoso/cariñosa y poco a poco se fueron introduciendo otros hasta llegar a cualidades como enérgico/enérgica o altruista. La segunda dinámica utilizada fue “El sobre”, para esta dinámica cada estudiante debía escribir su nombre en la parte externa de un sobre y pensar en tres defectos que considerasen tener para escribirlos en una hoja y colocarlo dentro. A continuación, estos sobres fueron rotando por todas las mesas de los compañeros y éstos debían escribir fuera del sobre cualidades que consideraban en aquella persona. Finalmente, se hace la siguiente reflexión; “si bien todos tenemos defectos, también tenemos muchas cualidades que otras personas aprecian”.

Figura 9

Programa preventivo promocional: “Todos contra el Bullying”



En la figura 9, se evidencian las actividades realizadas en el programa preventivo promocional “Todos contra el Bullying” el cual fué desarrollado para los alumnos del 1er año de educación secundaria. El objetivo del programa fué sensibilizar a los estudiantes sobre la prevención del acoso escolar. Se proporcionaron elementos conceptuales, estrategias y mecanismos para la prevención, detección y actuación en casos de acoso escolar en cualquiera de sus formas, de esta manera mantener la integridad de los estudiantes, garantizando que actúen en favor del respeto de los derechos y dignidad de sus pares. Este programa incluyó cuatro charlas de 45 minutos y se utilizaron los siguientes materiales: Una pelota para la realización de la dinámica “la pelota preguntona”. Se proyectaron diapositivas y videos relacionados al tema de bullying. Además de ello, se realizó un pre y post cuestionario al inicio y al final del programa respectivamente, con la finalidad de evaluar el nivel de conocimientos de los estudiantes antes del inicio del programa, así como los conocimientos instaurados al término de este.

Figura 10

Primera charla educativa: “Conociendo de cerca al bullying”



La figura 10, corresponde a la primera sesión: “Conociendo de cerca al bullying”, del programa “Todos contra el bullying”. La charla tuvo como objetivo fortalecer los conocimientos y aprender sobre la detección de los estudiantes en casos de acoso escolar. Realizamos la dinámica “La pelota preguntona”, posterior a ello se expusieron conceptos relacionados al bullying y sus implicaciones. Se realizó la actividad “¿Qué conoces acerca del bullying?”, donde a cada alumno se le entregó unos Posits para escribir lo que conocían acerca de esta problemática. Estos posits fueron pegados en la pizarra y leídos por los facilitadores. Se brindó información sobre los siguientes puntos: ¿Qué es el acoso escolar? Tipos de acoso escolar, personas involucradas y consecuencias. Con la finalidad de evaluar lo aprendido, se formaron grupos y se presentó por medio de videos un caso de acoso a cada equipo, cada grupo debía identificar qué tipo de acoso habían visualizado e identificar a las personas involucradas dentro de cada caso. Finalmente se brindó un espacio para reforzar los temas planteados y aclarar las dudas que tuviesen los estudiantes.

Figura 11

Segunda charla educativa: “Resolución de conflictos”



La Figura 11, corresponde a la segunda sesión titulada “Resolución de conflictos”, del programa “Todos contra el bullying”. Los objetivos fueron concientizar a los jóvenes sobre la importancia de la resolución de conflictos entre compañeros de clase, orientar a los estudiantes a elegir soluciones adecuadas frente a conflictos que se presenten en el aula y así disminuir la incidencia. Se recordó el tema desarrollado la sesión anterior “Conociendo de cerca al bullying” con la finalidad de realizar una conexión respecto a los temas incluidos en el programa. Se tocaron los siguientes puntos: ¿A qué llamamos resolución de conflictos?, su importancia y ¿Cómo podemos resolver conflictos? Se proyectó un video relacionado a las consecuencias de los conflictos y los beneficios de resolverlos de manera pacífica. Se hicieron preguntas a los estudiantes en base a lo que entendieron del video. Se realizó un juego de roles formando grupos, donde los estudiantes debían presentar un caso conflictivo (asignado por el facilitador), al mismo tiempo debían buscar una solución a dicha situación conflictiva. Por último, se hizo un refuerzo sobre los temas abordados durante la sesión y se aclararon las dudas de algunos estudiantes que manifestaban a través de intervenciones voluntarias.

Figura 12

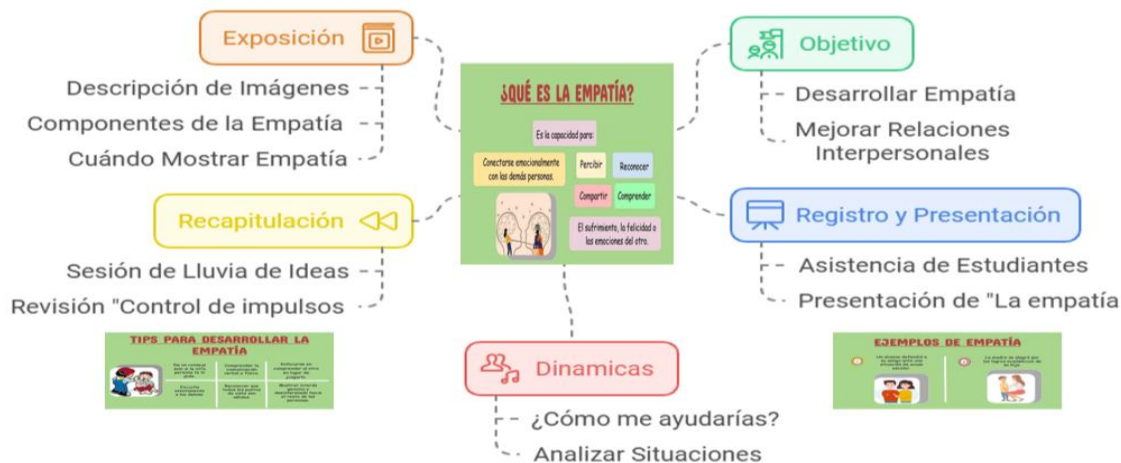
Tercera charla educativa: “Control de impulsos”



La Figura 12, nos muestra la tercera charla titulada “Control de impulsos” correspondiente al programa “Todos contra el Bullying”. Iniciamos la sesión con el registro de asistencia y un breve recordatorio sobre la sesión anterior “Resolución de conflictos”. La charla tuvo como objetivos aprender a controlar las emociones y deseos, poner en práctica ejercicios de autocontrol y concientizar al alumnado sobre las consecuencias de una falta de control de impulsos. Se brindó información sobre los puntos: ¿A qué llamamos impulso?, ¿Qué es el control de impulsos?, ¿Cómo se desarrolla el control de impulsos?, Ejemplos de control de impulsos en niños. Se proyectó un video “Ejercicios para el control de impulsos”. Se hicieron preguntas a los alumnos para evaluar la comprensión del tema. Se incluyó la dinámica “El globo” donde los alumnos debían llenar sus barriguitas de aire para luego deshincharla muy despacio. Se realizó una lluvia de ideas buscando soluciones a diversas situaciones mediante la generación de ideas espontáneas. Como último punto, se brindaron recomendaciones sobre el tema tratado.

Figura 13

Cuarta charla educativa: “La empatía”



La Figura 13, corresponde a la cuarta y última sesión titulada “La empatía”, del programa “Todos contra el bullying” tuvo como objetivos fortalecer los conocimientos sobre la empatía, sensibilizar a los estudiantes respecto a la importancia de la empatía en el entorno escolar. Iniciamos con el registro de asistencia y un repaso del tema anterior “Control de impulsos”. Se presentaron una diversidad de imágenes relacionadas a la empatía buscando que los alumnos las describieran hasta llegar al tema a tratar. Se expusieron los siguientes puntos: ¿Qué es la empatía?, Componentes de la empatía, ¿En qué momento mostramos empatía? Se incluyó la dinámica “¿Cómo me ayudarías?” la cual consistió en entregar un posit a cada alumno para que escriban una situación anónima en la que se sintieran tristes, molestos o preocupados. Estos posits fueron entregados al facilitador y se leyeron en voz alta. Luego se realizó la pregunta: ¿Cómo le mostramos empatía a esta persona en este caso? Posterior a ello, se realizó un resumen de la sesión y se aclararon algunas dudas de los estudiantes. Al finalizar la charla se procedió a tomar la evaluación final con la que nos apoyamos para medir el nivel de conocimientos adquiridos al término del programa.

Figura 14

Charla educativa: “Superando la procrastinación”



Superando la Procrastinación

Actividades Prácticas

- Ejercicios para identificar patrones de procrastinación.
- Planificación de tareas mediante listas y pasos pequeños.
- Análisis de ejemplos reales para facilitar la conexión con el tema

Materiales Utilizados

- Presentación en PowerPoint con imágenes gráficas y ejemplos
- Cuestionarios para reflexionar sobre hábitos personales.
- Videos ilustrativos sobre el impacto de la procrastinación

Metas a Lograr

- Reconocer cómo la procrastinación afecta el rendimiento escolar.
- Identificar patrones de procrastinación y manejarlos eficazmente.
- Aprender técnicas de organización, establecimiento de metas y control de distracciones.

Frecuencia y Duración de las sesiones

1 sesión, combinando teoría, actividades interactivas y feedback.

Objetivo de la Charla

- Comprender qué es la procrastinación, identificar sus causas y desarrollar hábitos que promuevan la productividad y la responsabilidad en las tareas.

La Figura 14 nos muestra el paso a paso de las actividades realizadas en la charla “Superando la procrastinación”. Fue realizada para los estudiantes del cuarto año de secundaria. Las metas fueron reconocer de qué manera la procrastinación afecta el rendimiento escolar, identificar patrones de procrastinación, establecer metas y control de distracciones. El objetivo fue concientizar a los estudiantes respecto a esta problemática e identificar las causas para desarrollar determinados hábitos que promuevan la productividad y la responsabilidad en las tareas escolares. Los materiales utilizados fueron, diapositivas en Power Point, adjuntando diversas imágenes, gráficos y ejemplificaciones, así como cuestionarios para reflexionar sobre los hábitos personales. Este material estuvo acompañado de videos sobre el impacto de la procrastinación. Se realizaron algunos análisis de ejemplos reales con la finalidad de facilitar la conexión con el tema y de esta manera, realizar ejercicios para identificar patrones de procrastinación y así realizar una planificación mediante listas y pasos pequeños a seguir que ayudan con la superación de la procrastinación.

Figura 15

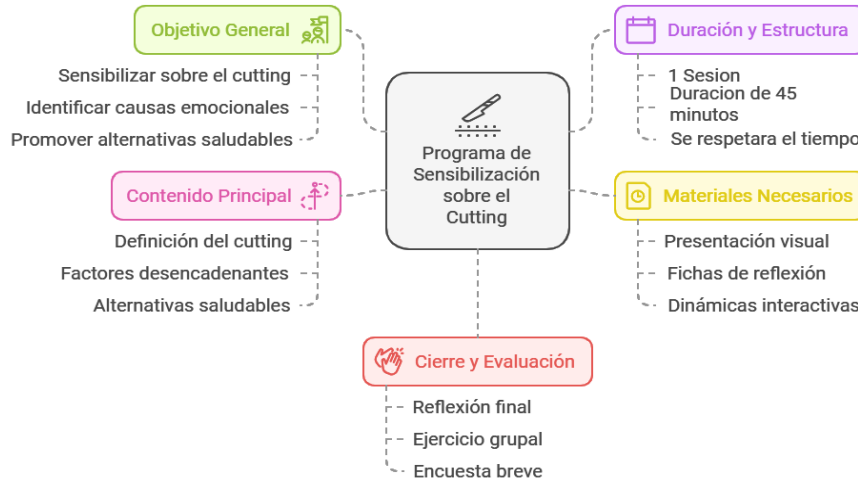
Charla educativa: “Conociendo la ansiedad”



La figura 15, señala las actividades realizadas en la charla “Conociendo la ansiedad” la cual fue planificada para los niños de primaria (de 1er a 6to grado). El objetivo fue enseñar a comprender e identificar la ansiedad, reconociéndola como una emoción que todos podemos sentir y manejarla de manera efectiva. Los materiales utilizados fueron: Imágenes de las emociones, hojas de colores, botellas transparentes, agua, purpurina, aceite, cuentos con historias breves. La charla fue realizada en una sesión de sesenta minutos, desarrollada dentro del horario del curso Taller o Tutoría en todos los grados de primaria. Se expusieron temas como: ¿Qué es la ansiedad?, ¿Cómo se siente y por qué ocurre? Se desarrollaron dibujos sobre ¿cómo crees que se ve o se siente la ansiedad?, se incluyó la dinámica: “Adivina la emoción” con imágenes de rostros o situaciones. Se explicó de manera práctica la respiración profunda inspirando mientras cuentan hasta tres y exhalando mientras cuentan hasta cinco. Se incluyó la “Botella de calma” para relajarse mirando como las partículas bajan lentamente. Se realizó un role-playing para practicar cómo hablar con un adulto cuando sienten ansiedad.

Figura 16

Charla educativa: “Hablemos sobre el cutting”



La Figura 16, muestra la temática en la charla “Hablemos sobre el cutting”, para los alumnos de secundaria de Primer a Quinto año. El objetivo fue sensibilizar a los estudiantes en esta problemática (autolesión no suicida), identificar las causas que suelen ser emocionales y promover alternativas saludables para la expresión de emociones y manejo del estrés. La charla se llevó a cabo dentro del curso de tutoría con una duración de cuarenta y cinco minutos. Los materiales utilizados fueron: Lápices, marcadores y hojas de colores. La sesión inició con la introducción al concepto de cutting y algunos de los factores asociados. Se brindaron algunas alternativas que podrían ser utilizadas por los adolescentes antes de incurrir en estas prácticas como, escribir un diario, practicar meditación o hacer ejercicios. Se proyectaron los videos “Estrategias para el manejo de emociones” y “La importancia de las redes de apoyo”. Se realizaron ejercicios prácticos como técnicas de respiración y relajación. Se realizó la actividad completa la frase: “Me siento orgulloso (a) de mí mismo (a) porque ...”. Finalmente, se realizó un resumen acerca de los temas abordados y los estudiantes pudieron brindar algunas experiencias personales sobre la cercanía que tuvieron ante esta problemática.

Figura 17

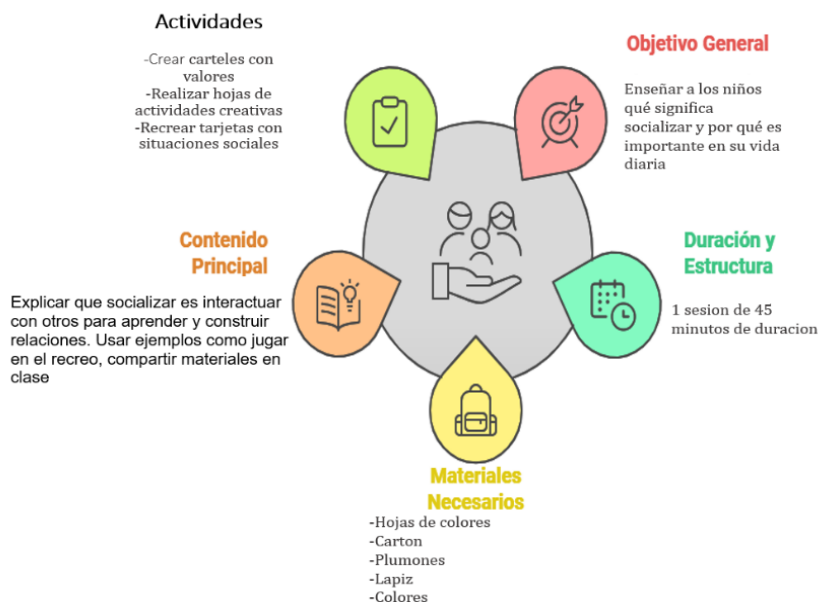
Charla educativa: “Conciencia sobre la depresión”



La Figura 17, muestra las actividades realizadas en la charla “Conciencia sobre la depresión”. Fue realizada para los estudiantes de educación secundaria de Primero a Quinto año. Se realizó dentro de los cursos, tutoría y taller y tuvo una duración de 45 minutos. El objetivo fue brindar información sobre la depresión e identificar síntomas clave, explicar las posibles causas y brindar herramientas prácticas. La charla inició con una lluvia de ideas sobre ¿Qué es la depresión? Se brindó información para desmentir algunas ideas equivocadas como: “La depresión es solo estar triste” o “Es una debilidad”. Se mencionó su sintomatología principal, posibles causas biológicas, psicológicas y sociales. Se brindaron algunas estrategias para el manejo de la depresión como las actividades físicas y creativas para mejorar el estado de ánimo, conversar con una persona de confianza, acudir a profesionales como consejeros escolares o psicólogos. Se realizó una actividad reflexiva donde los jóvenes debían responder a la pregunta: “¿Qué haces cuando te sientes mal?”, luego debían escribir: “Tres cosas que les produzca felicidad”, y finalmente escribir tres metas a corto plazo. Se presentaron videos con experiencias reales superando la depresión y se realizaron actividades de reconocimiento personal.

Figura 18

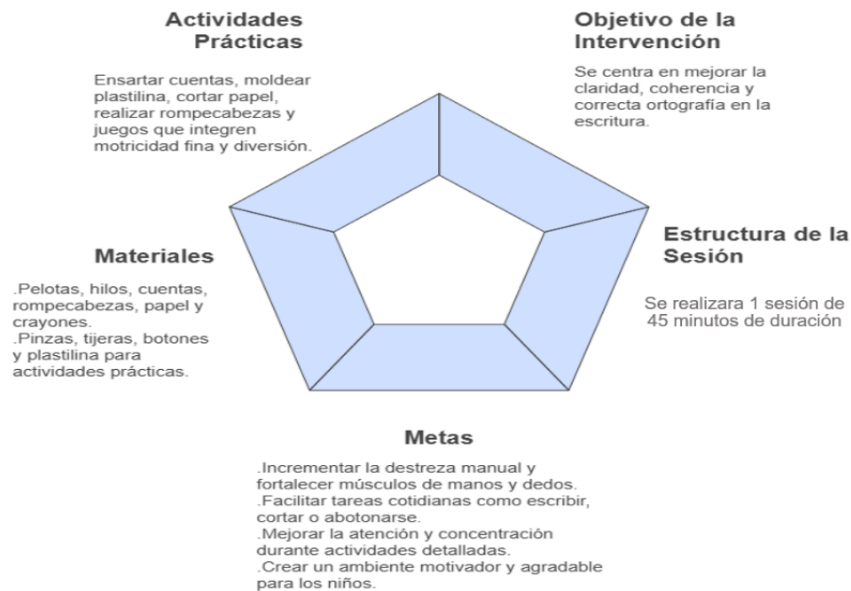
Charla educativa: “Socialización escolar”



La Figura 18 nos muestra la temática utilizada en la charla “Socialización escolar”, se llevó a cabo para los estudiantes de primaria y secundaria. El objetivo fue enseñar a los niños lo que significa socializar y por qué es importante en su vida diaria. La charla se realizó dentro de los cursos Tutoría y Taller, con una duración de cuarenta y cinco minutos. Los materiales utilizados fueron: Hojas de colores, plumones, lápiz y colores, bloques de construcción. Se expusieron puntos como: ¿Qué es la socialización?, su importancia, la importancia de aprender de otros, compartir experiencias y el trabajo en equipo. Se incluyeron las siguientes actividades: “Juego de presentación”, se realizó una actividad a través de la formación de equipos pequeños donde los niños debían resolver un conflicto (asignado por el facilitador), en el caso de los niños pequeños, para esta dinámica se incluyeron el armado de rompecabezas (el número de piezas dependía del grado) o la construcción con bloques a fin de poder practicar la cooperación. Se incluyó también un role-playing para aprender a manejar conflictos: “¿Qué hacer cuando dos compañeros quieren el mismo elemento/ juguete?”.

En la parte de intervención hemos realizado diversas actividades las cuales fueron asignadas por la psicóloga de la institución. Estas actividades son compartidas entre el personal de internos en psicología y los psicólogos que prestamos servicios dentro de la institución educativa. Es por ello que, no realizamos un seguimiento a cada caso, sin embargo, hemos podido notar un avance en los niños cuando volvemos a trabajar con ellos en lectoescritura, habilidades motoras finas, lectura guiada y actividades sensoriales.

Figura 19
Intervención en lectoescritura



En la Figura 19 podemos visualizar las sesiones que se realizaron para mejorar la lectoescritura en los estudiantes con problemas de aprendizaje. El objetivo principal estuvo centrado en mejorar la claridad, la coherencia y obtener una correcta ortografía en la escritura. Los materiales utilizados fueron pelotas, hilos, cuentas, hojas, botones, plastilina, crayones, a fin de poder realizar las actividades prácticas. Las actividades consisten en ensartar cuentas, moldear plastilina, embolillar papel, realizar recortes, abotonar y desabotonar botones, el deletreo, contar sonidos silábicos, reconocimiento de sonidos al inicio de las palabras, reconocimiento de palabras, realización de dictado. Con la finalidad de incrementar la destreza manual a fin de fortalecer los músculos de las manos y los dedos, así como facilitar la lectura y escritura. De esta manera también podemos mejorar la atención y concentración durante las sesiones, estimulándolos siempre con un ambiente agradable que motive la realización de estas actividades en los niños.

Figura 20

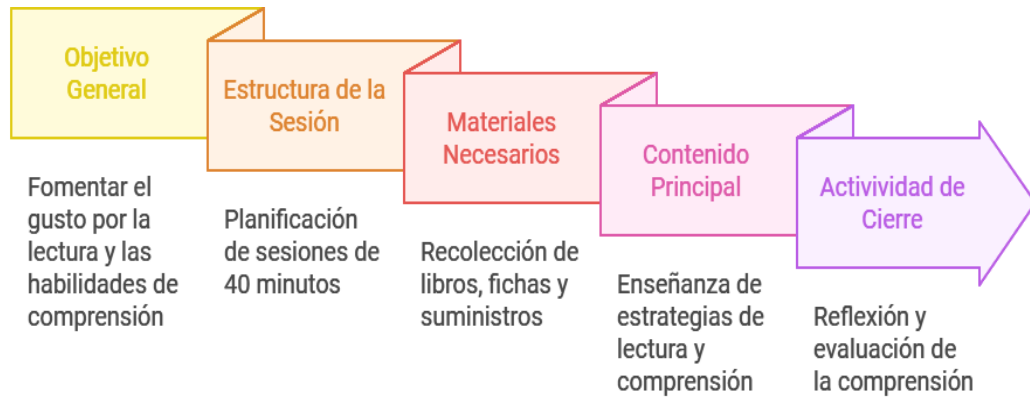
Intervención en habilidades motoras finas



La figura 20, nos muestra las actividades realizadas en intervención de habilidades motoras finas con el objetivo de mejorar la coordinación y el control de los dedos, manos y muñeca. Las actividades intervienen directamente en la destreza manipulativa que sería la precisión de los movimientos de las manos, dedos y la capacidad de manipulación de objetos. Los materiales utilizados fueron plastilina motivándolos a que aprieten, estiren, pellizquen y formen serpientes o gusanos con este material, incluso cortar la plastilina con tijera. Otro material utilizado fue la pintura y el pincel, para que el niño aprenda a sostener el pincel y así adquirir mayor control al usarlo como herramienta. El papel crepe para el embolillado, lo cual es una actividad que consiste en realizar bolitas de papel, previo al rasgado y arrugado. En esta actividad actúa directamente la pinza digital del pulgar e índice donde se realizan ejercicios de ojo-mano. Se emplearon tijeras para el recorte de papel ya que ayudan en el fortalecimiento muscular y la coordinación manual.

Figura 21

Intervención de lectura guiada



La figura 21, nos muestra las actividades que se realizaron en la intervención de Lectura guiada con el objetivo de fomentar habilidades de comprensión lectora en niños con necesidades de apoyo en la lectura de textos. Los materiales utilizados fueron libros, fichas, fabulas o textos informativos de interés para los niños. Las sesiones se realizaron leyendo en conjunto un fragmento corto (cuento o el pasaje de un libro adecuado para la edad del niño), haciendo pausas para hacer preguntas como: “¿Qué crees que va a pasar ahora?” O “¿Cómo se siente el personaje?” y explicar palabras o ideas difíciles, estimulando así la reflexión de los estudiantes. Se le pide al niño compartir lo entendido en el texto ayudándole a organizar las ideas. Se le apoya a identificar las ideas principales y a formular preguntas para profundizar la comprensión, a través de fichas con preguntas como: ¿Qué harías tu si fueras el personaje? ¿Qué hizo el personaje principal al final?, ¿Por qué crees que el personaje actuó de esa manera? ¿Qué aprendiste de esta historia? Estas preguntas permiten reflexionar sobre la lectura y compartir opiniones. Se utilizaron hojas y lápices para tomar notas, escribir respuestas o resumir lo leído. Dependiendo de la edad los niños pueden escribir lo que más les gustó o lo que aprendieron del texto.

Figura 22

Actividades sensoriales



La figura 22, muestra actividades utilizadas en las intervenciones sensoriales, con la finalidad de explorar el mundo que les rodea, estimular su curiosidad natural, desarrollar habilidades motoras y cognitivas importantes. Los materiales utilizados: arena, arcilla, telas, plastilina, esponja, aceites esenciales, hiervas secas o flores frescas, frutas, galletas dulces y saladas, imágenes brillantes, libros con ilustraciones llamativas, instrumentos musicales, grabaciones con sonidos de naturaleza, música relajante. Las actividades: Las estaciones sensoriales, iniciado con la estación del tacto, brindándoles objetos con diferentes texturas. Estación olfato: con diferentes fragancias, como los aceites esenciales o hierbas aromáticas. Estación gusto, con diferentes frutas o alimentos con sabores contrastantes. Estación sonido, con una variedad de sonidos. Estación vista, con imágenes de colores brillantes o patrones que estimulen este sentido. Se utilizó “La caja sensorial”, llenando una caja con diferentes materiales para que los niños exploren con sus manos para experimentar (algo suave, algo frío, etc.). La actividad “Adivina el sabor”, Se incluyeron actividades de juego con arena, arcilla, masilla y juegos con movimiento como el equilibrio, rodar pelotas y circuitos sensoriales.

CAPÍTULO IV. RESULTADOS

Tabla 1

Resultados Pre y Post cuestionario del Programa Preventivo Promocional

"Aprendiendo a estudiar"

Ord	Preguntas	Pre Cuestionario	Post Cuestionario
1	Los estilos de aprendizaje se refieren a las diversas formas en que las personas pueden adquirir conocimientos.	43%	93%
2	El aprendizaje kinestésico se puede dar viendo un video	50%	93%
3	¿Si aprendo la letra de una canción con solo escucharla diría que utilice el Aprendizaje visual?	36%	64%
4	Una buena atención y comprensión nos permite desarrollar mejor la imaginación y creatividad	50%	100%
5	La concentración es la capacidad de dirigir nuestros sentidos hacia un objetivo	50%	86%
6	La capacidad visual es un tipo de Atención	21%	93%
7	Los esquemas y cuadros comparativos son considerados técnicas de estudio	36%	86%
8	La gestión de emociones implica eliminar ciertas emociones que nos hacen sentir mal	43%	57%
9	Las emociones siempre deben ser positivas	64%	64%
10	Las emociones son estados afectivos que se puede controlar	21%	93%
Total Promedio		41%	83%

En La tabla 1 podemos notar que, entre los 3 puntos más resaltantes tenemos: La pregunta 4, la cual se incrementó en el post test en un 50%; tenemos la pregunta 6, con un incremento en el post test del 72% y la pregunta 10 con un incremento en el post test del 72%. Entre los puntos que no se obtuvo resultados positivos, podemos mencionar: La pregunta 9, las cuales se mantuvieron no teniendo una variación porcentual.

Podemos notar también que, al inicio de las actividades se obtuvo un resultado porcentual de 41% en aciertos. Posterior a las charlas, los resultados nos arrojan un 83% de aciertos. Con esto se concluye que luego de realizadas las sesiones, la gran mayoría de los estudiantes pudieron incorporar los temas expuestos dentro del programa “Aprendiendo a estudiar”.

Tabla 2

Resultados Pre y Post cuestionario del programa: "Aprendiendo a Valorarme"

Nº	Pregunta	Pre Cuestionario	Post Cuestionario
1	Identifica cuales son fortalezas y cuales son debilidades.	45%	80%
2	Señala ¿con qué frecuencia reflexionas sobre tus logros personales?	40%	75%
3	¿Crees que tus opiniones son tan importantes como las de los demás?	50%	85%
4	Cuando te sientes molesto(a) ¿Te detienes a pensar en cómo reaccionar o reaccionas sin pensarlo?	35%	70%
5	Define ¿Qué es para ti autoestima?	30%	65%
6	Relaciona la definición con la emoción indicada	60%	90%
7	Define ¿Qué es para ti autoconcepto?	25%	60%
8	¿Has establecido tus objetivos a corto, mediano y largo plazo?	20%	50%
9	¿Sientes que hasta el momento vas bien encaminado y llegarás al cumplimiento de todas tus metas?	35%	70%
10	Del 1 al 5 ¿Qué tan satisfecho te sientes contigo mismo(a)?	30%	80%
Total Promedio		37%	73%

En la tabla 2, podemos notar que dentro de los tres puntos que obtuvieron una mejora significativa fueron: “la identificación de autoconcepto”, con un incremento porcentual de 35%, “identificación de fortalezas y debilidades” con un incremento porcentual de 35% y “la importancia de la autoestima” con un incremento porcentual de 35%. Dentro de los puntos que obtuvo resultados menos significativos podemos mencionar: La pregunta 8 sobre ¿Has establecido tus objetivos a corto, mediano y largo plazo?” el cual tuvo una variación porcentual de 30% en relación con el pre-cuestionario del 50%.

El incremento total promedio de 36% evidencia una mejora integral en el autoconocimiento, la valoración personal y la gestión emocional de los participantes. Esto significa que el taller "Aprendiendo a Valorarme" logró cumplir con sus objetivos al promover herramientas y reflexiones clave para la mejora la autoestima y el bienestar general de los asistentes.

Tabla 3

Resultados pre y post cuestionario del programa “Todos contra el bullying”

Nº	Pregunta	Pre Cuestionario	Post Cuestionario
1	¿Qué es bullying?	60%	80%
2	Tipos de bullying	55%	75%
3	Consecuencias del bullying	50%	65%
4	¿Cómo identificas el bullying?	45%	70%
5	¿Qué sueles hacer cuando ves a un compañero triste?	40%	60%
6	¿Qué entiendes por empatía?	65%	85%
7	¿Cómo sueles reaccionar si algo te molesta?	70%	90%
8	Componentes de la empatía	50%	50%
9	¿Cómo actuarías si deseas solucionar un problema sin discutir?	75%	80%
10	¿Cómo sueles reaccionar ante un desacuerdo con tus compañeros?	55%	95%
Promedio general (%)		57%	75%

En La tabla 3 podemos dar a notar los 3 puntos más resaltantes. Entre ellos tenemos: “la reacción ante desacuerdos con compañeros” el cual se incrementó en el post test en 40%, “la identificación del Bullying” con un incremento en el post test del 25% y “definición de bullying” con un incremento en el post test del 20%. Donde no se obtuvo resultados positivos fue en la pregunta 8 sobre “Componentes de la empatía”, este punto se mantuvo en 50%, no teniendo una variación porcentual.

El incremento total promedio fue de 18%, esto indica que se logró mejorar el conocimiento y las habilidades de los participantes teniendo como objetivo sensibilizar y educar a los participantes sobre el acoso escolar, mejorando su capacidad para identificarlo y manejar conflictos de manera adecuada.

Tabla 4

Cumplimiento del Plan Operativo del Programa Preventivo Promocional

Ord	Actividades Programadas	Programadas	Desarrolladas	Cumplimiento (%)
1	Charlas dirigidas a estudiantes	21	18	85.7
2	Escuela para padres de familia	1	0	0.0
3	Capacitaciones (virtual y presencial) con los docentes	2	0	0.0
4	Orientación vocacional	1	0	0.0

La tabla 4 muestra el nivel de cumplimiento del plan operativo considerando un total de 21 actividades programadas.

De las actividades planificadas, se desarrollaron 18, lo que representa un cumplimiento general del **72%**.

Dentro de las actividades cumplidas, destacan las charlas dirigidas a estudiantes, donde se programaron 21 y se llevaron a cabo 18, logrando un cumplimiento del **85.7%**. Sin embargo, tres actividades permanecen pendientes, con un cumplimiento del **0%**.

Tabla 5

Cumplimiento del Plan Operativo del Programa de Intervención

Ord	Intervenciones Programadas	Programadas	Desarrolladas	Cumplimiento (%)	Intervenciones Pendientes
1	Intervenciones generales a estudiantes	6	4	60	-
2	Intervención a alumnos con TDAH	1	0	0.0	Intervención a alumnos con TDAH
3	Intervenciones a niños TEA	1	0	0.0	Intervenciones a niños TEA

La tabla 5 detalla el cumplimiento del plan operativo relacionado con las intervenciones educativas programadas. De un total de **6 intervenciones planificadas**, se lograron desarrollar **4**, alcanzando un cumplimiento del **60 %**

CAPÍTULO V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

- En el programa “Aprendiendo a estudiar” Se evidenció un incremento significativo en el conocimiento de los estudiantes, pasando de un 41% a un 83% de aciertos en el promedio general, destacando avances en temas como atención, concentración, comprensión emocional, capacidad visual y el entendimiento de las emociones como estados controlables.
- En el programa “Aprendiendo a valorarme”, el incremento total promedio de 36% evidencia una mejora integral en el autoconocimiento, valoración personal y gestión emocional.
- El resultado del programa “Todos contra el bullying” tuvo un incremento total promedio de 18%, esto indica que se logró mejorar el conocimiento y las habilidades de los jóvenes en el manejo de conflictos.
- El cumplimiento en general refleja un buen avance, sin embargo, se requiere mayor enfoque en las áreas con menor progreso.

Recomendaciones

- Implementar la aplicación de escalas validadas como el Inventario de Autoestima de Coopersmith para obtener un perfil diagnóstico inicial de cada participante.
- Incluir ejercicios específicos donde los estudiantes puedan definir metas claras y alcanzables para cada plazo (corto, mediano y largo).
- Implementar talleres dirigido a los docentes en observación de indicadores por problemas psicosociales.
- Utilizar técnicas de motivación como visualización de logros, testimonios inspiradores y recompensas por avances para que los estudiantes logren definir y cumplir sus metas.
- Implementar capacitación especializada dirigida a docentes e internos de Psicología sobre el trabajo con niños neurodivergentes.
- Evaluar las limitaciones que afectaron el cumplimiento para optimizar tiempo y recursos
- Fortalecer la coordinación entre padres para mejores resultados.

REFERENCIAS

- Abid, A., Jemili, F. y Korbaa, O. (junio de 2023). Fusión de datos en tiempo real para la detección de intrusiones en sistemas de control industrial basados en computación en la nube y técnicas de big data. *Cluster Computing* , 1–22.
<https://doi.org/10.1007/s10586-023-04087-7>.
- Añazco, I. (2021). Funcionalidad familiar y conductas autolesivas de los estudiantes de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui, Bongará – Amazonas, 2016 [Tesis de grado, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas]. Repositorio institucional de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas.
<http://repositorio.untrm.edu.pe/bitstream/handle/UNTRM/2498/A%C3%B1azco%20Urbina%20Isabel.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Arrellano, C., Romero, R. y Yañe, A. (2019). La agresividad y su relación con la socialización en la Institución Educativa 171 de Huaycán, Ate.
<http://repositorio.une.edu.pe/bitstream/handle/UNE/2601/Tesis-La-agresividad-y-surelaci%C3%B3n-con-la-socializaci%C3%B3n.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Arrieta, L. A. y Chaverri, P. (2019). Componentes del autocontrol. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 22(5), 1005-1023.
- Babaei-Pouya A Rostami F, Teimori-Boghsani G, Jahangirimehr A, Mehri Z y Feiz-Arefi M (2021) Carga mental y satisfacción laboral en trabajadores de la salud: el papel moderador del control laboral. *Front. Public Health* 9:683388. doi:

10.3389/fpubh.2021.683388

Bedón Cando, J. C., & Flores Hernández, V. F. (2023). Procrastinación académica y riesgo de adicción a las redes sociales e internet en estudiantes de bachillerato: Academic procrastination and risk of addiction to social networks and internet in high school students . LATAM Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales Y Humanidades, 4(1), 598–609. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.276>

Bernal, A., & Dabdoub, J. (2021, 16-18 de febrero). Educación del carácter [Sesión de Congreso]. XXI Congreso Internacional de Educadores: el futuro del aprendizaje, Lima, Perú. <https://tv.upc.edu.pe/cie-2021-1x35>

Betancourth, S., Tabares, Y., & Martínez, V. (2020). Programa de intervención en debate crítico sobre el pensamiento crítico en universitarios. Educación y Humanismo, 22(38), 1–17. <https://doi.org/10.17081/EDUHUM.22.38.3577>

Bonany, T. (2022). LA ESTIMULACIÓN SENSORIAL COMO ELEMENTO FUNDAMENTAL DE INCLUSIÓN. Acción Motriz, 23(1), 50–53. Recuperado a partir de <https://www.accionmotriz.com/index.php/accionmotriz/article/view/137>

Bonany, T., & Tate, J. (2022). LA ESTIMULACIÓN SENSORIAL COMO ELEMENTO FUNDAMENTAL DE INCLUSIÓN. Obtenido de Acción Motriz: <https://www.accionmotriz.com/index.php/accionmotriz/article/view/137>

Caicedo Vinuesa, Kerly Carolina (2023). Vulnerabilidad psicológica y violencia en las relaciones de pareja de estudiantes universitarios. Ecuador: Ambato

- Calero-Brito, P., Zapata-Mocha, E., Burbano-Santamaría, S., & Moyón-Coronel, E. (2024). Motricidad fina para el desarrollo de la escritura de los estudiantes: revisión de literatura. *593 Digital Publisher CEIT*, 9(1-1), 51-65.
<https://doi.org/10.33386/593dp.2024.1-1.2261>
- Camacho Marín, R. J., Maldonado Chochos, M. R., Belduma Rentería, L. A., & Morocho Carrillo, M. F. (2024). La influencia de las emociones en el proceso de aprendizaje: un estudio sobre la relación entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico en estudiantes de secundaria. *Emergentes - Revista Científica*, 4(3), 476–489. <https://doi.org/10.60112/erc.v4i3.231>
- Cando, L. A., & Gómez, D. G. (2023). Inteligencia emocional y asertividad en estudiantes universitarios: Emotional Intelligence and Assertiveness in University Students. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(1), Article 1. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.317>
- Carrasco, M., Rodríguez, J., Guerra, M., y García, P. (2019). Diseño y experiencia de aprendizaje cooperativo en el área de Ciencias. *Revista de estudios y experiencias en educación*, 18(38), 211-225. doi:
<https://dx.doi.org/10.21703/rexe.20191838carrasco13>.
- Cedeño Meza, J. G., & Loor Domo, E. J. (2019). Attention processes and executive functions in higher education students. *Espiraes Revista Multidisciplinaria De investigación*, 3(29), 33–47. <https://doi.org/10.31876/er.v3i29.589>
- Chen, Y., Lu, Y., Wang, B., & Pan, Z. (2019). How Do Product Recommendations Affect Impulse Buying? An Empirical Study on WeChat Social Commerce.

Information & Management, 56, 236-248.

<https://doi.org/10.1016/j.im.2018.09.002>

chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://psicologia.mdp.edu.ar/wp-content/uploads/2024/08/SEMINARIO-DOCTORADO-PSICOLOGIA-VVL.pdf

Cordova, M., Floriani, D. E., Gonzalez-Perez, M. A., Hermans, M., Mingo, S., Monje-Cueto, F., Nava-Aguirre, K. M., Rodriguez, C. A., y Salvaj, E. (2021). COVID-19 and higher education: Responding to local demands and the consolidation of e-internationalization in Latin American universities. *Academia Revista Latinoamericana de Administración*, 34(4), 493-509.

<http://dx.doi.org/10.1108/ARLA-01-2021-0020>

Díaz, C. (2019). Estilos de aprendizaje y resultados del aprendizaje en estudiantes de Odontología de la Universidad Continental. Tesis para optar el título de Maestro en Educación con Mención en Docencia en Educación Superior, Escuela de Posgrado, Universidad Continental, Huancayo, Perú.

<https://repositorio.continental.edu.pe/handle/20.500.12394/6063>

Dixon (2021). Review of English Prepositions: Their meanings and uses, by R. M. W.

Novotny, L. M. (2022). Dialnet.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8712482>

Duque, Y. (2021). Actividades lúdicas para mejorar la motricidad fina en niños de 3 a 4 años de educación inicial. [Tesis de Maestría, Universidad Politécnica Salesiana]. Repositorio Institucional.

<http://repositorio.uan.edu.co/bitstream/123456789/1489/2/2020DiegoFerna>

ndoRamirezBastidas.pdf

Estrada, E. G., Roque, M. M., Gallegos, N. A., Mamani, H. J., & Zuloaga, M. C. (2021).

Estrés académico en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de la pandemia del COVID-19. AVFT – Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica, 40(1). http://saber.ucv.ve/ojs/index.php/rev_aavft/article/view/22351

http://saber.ucv.ve/ojs/index.php/rev_aavft/article/view/22351

Fermín, I. (2021). Talleres de motricidad fina como estrategia mejora el desarrollo de la pre-escritura de los niños y niñas de 5 años del nivel de educación inicial en la institución educativa N° 302 ruso, Chimbote 2021 [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Los Ángeles de Chimbote]. Repositorio de la Universidad Nacional de los Ángeles. <https://hdl.handle.net/20.500.13032/25212>

<https://hdl.handle.net/20.500.13032/25212>

Garza, C. y. P. (2021). Aportaciones sobre el autoconcepto y autoestima. Nunca es tarde para aceptarse. *Dilemas Contemporáneos Educación Política y Valores*.

<https://doi.org/10.46377/dilemas.v8i.2823>

Geetha, A., Hepsibha Balraj, T. (2021). Effect of Biofertilizer (Fermented fish waste - Gunapaselam) on structure and biochemical components of *Vigna radiata* leaves.

Research journal of chemistry and environment, 27(7):64 - 70.

doi:10.25303/257rjce6421

Gonzales-Sánchez, A., Berrío-Quispe, M., Alegría, R., y Trujillo, M. (2021).

Management and the Promotion of Educational Quality During the Health Emergency. *Revista Gestão Inovação e Tecnologias*, 11(3), 649660.

<https://doi.org/10.47059/revistageintec.v11i3.1965>

- González, F., Rodríguez, S., & Delfino, G. (2020). Ejercicio físico y malestar psicológico en población argentina, *Psykhe*, 29(2), 1-12.
<https://doi.org/10.7764/psykhe.29.1.1427>
- Graham, S., Harris, K. R., & Adkins, M. (2020). impact of supplemental handwriting and spelling instruction with first grade students who do not acquire transcription skills as rapidly as peers: A randomized control trial. *Reading and Writing*, 31(6), 1273–1294. <https://doi.org/10.1007/s11145-018-9822-0>
- Grané, M. (2021). Mediación digital parental. ¿Es necesaria una educación digital en la primera infancia? *EduTec, Revista Electrónica De Tecnología Educativa*, (76), 7-21. <https://doi.org/10.21556/edutec.2021.76.2037>
- Hernández Perdomo, J. E., López Leal, R. S., & Caro, O. (2019). Desarrollo de la empatía para mejorar el ambiente escolar. *Educación Y Ciencia*, (21), 217–244.
<https://doi.org/10.19053/0120-7105.eyc.2018.21.e9407>
- Iranzo, P. Camarero-Figuerola, M., Tierno, J. M., Barrios, R. (2020). Liderazgo y éxito escolar en contextos desfavorecidos: La perspectiva de los directores. *Revista de Educación*, 388, 167-192. <https://doi.org/10.4438/1988-592X-RE-2020-388-451>
- Kaplan, C. (2021). La justicia afectiva en la escuela como horizonte. *Educación en movimiento. Segunda época*, (4), 10-15.
- Kelley, T., Kessel, A., Collings, R., Rubenstein, B., Monnickendam, C., & Solomon, A. (2021). Evaluation of the iHEART mental health education programme on resilience and well-being of UK secondary school adolescents. *Journal of Public*

Mental Health, (20)1, 43-50. <https://doi.org/10.1108/JPMH-03-2020-0019>

Landínez, D. A., Arias, J. F., & Gómez, A. S. (2022). Executive Dysfunction in Adolescent with Obesity: A Systematic Review. *Psyche*, 31(1). <https://doi.org/10.7764/psyche.2020.21727>

Landínez-Martínez, Gutiérrez de Blume, A. P., Montoya-Londoño, D. M., & Toro-Zuluaga, N. A. (2022). Las variables sociales y la conciencia metacognitiva de los jóvenes adultos colombianos. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 20(3), 1-32. <https://dx.doi.org/10.11600/rlcsnj.20.3.5379>

Lorenzo Ruiz, A. et al. 2020. La Psicología como Ciencia y Profesión en el Afrontamiento del COVID-19. *Revista Caribeña de Psicología*. 4, 2 (jul. 2020), 153–165. DOI:<https://doi.org/10.37226/rcp.v4i2.4815>.

Magnusson, K., Nilsson, A., Andersson, G., Hellner, C., & Carlbring, P. (2019). Level of agreement between problem gamblers' and collaterals' reports: A Bayesian random-effects two-part model. *Journal of Gambling Studies*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1007/s10899-019-09847-y>.

Makama, M., Awoke, MA, Skouteris, H., Moran, LJ y Lim, S. (2021). Barreras y facilitadores de un estilo de vida saludable en mujeres posparto: una revisión sistemática de estudios cualitativos y cuantitativos en mujeres posparto y proveedores de atención médica. *Obesity Reviews* ,

Martínez, Víctor. (2022). Cómo leer, razonar y estudiar ciencia política. Claves y mapas preliminares. Universidad Autónoma de la Ciudad de México

- Martínez-Mejía, E. & Martínez-Guerrero, J. I. (2020). Perceived Organizational Support-Betrayal: Measurement model in Mexican workers. *Journal of Basic and Applied Psychology Research*, 1(2), 7-12. <https://doi.org/10.29057/jbapr.v1i2.5351>
- Ministerio de Educación (2019). *Evaluación de los aprendizajes de los estudiantes en la Educación Básica Regular*. Recuperado de <https://www.gob.pe/institucion/minedu/normas-legales/259702-025-2019-minedu>.
- Minsa: El 29.6% de adolescentes entre los 12 y 17 años presenta riesgo de padecer algún problema de salud mental o emocional. (s. f.). Noticias - Ministerio de Salud - Plataforma del Estado Peruano. <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/536664-minsa-el-29-6-de-adolescentes-entre-los-12-y-17-anos-presenta-riesgo-de-padecer-algun-problema-de-salud-mental-o-emocional>
- Montiel, O., Canales R., y Gardea O. (2023). Entrepreneurial Iatrogenesis: An Exploratory Approach. *European Journal of Family Business*, 13, 113-125. DOI: <https://doi.org/10.24310/ejfbefb.v13i1.15751>.
- Moreno & E. A Briceño Núñez, C. E. (2022). El caligrama como herramienta pedagógica para estimular la inteligencia lingüística en estudiantes de francés como lengua extranjera. *Revista De Propuestas Educativas*, 4(8), 33–51. <https://doi.org/10.33996/propuestas.v4i8.918>
- Moyano, G. (2019). La asertividad como estilo de comunicación en la formación del sujeto educador. *Scientific*, vol. 4, pp. 68-83, 2019. Recuperado de

<https://www.redalyc.org/jatsRepo/5636/563662173005/html/index.html>

- Muñoz, C., Cardona, D., Restrepo-Ochoa, D., & Calvo, A. (2022). Salud mental positiva: entre el bienestar y el desarrollo de capacidades. *CES Psicología*, 15(2), 151-168. <https://doi.org/10.21615/cesp.5275>
- Nguyen, QK (2021). Estructura del comité de auditoría, calidad institucional y estabilidad bancaria: evidencia de los países de la ASEAN. *Finance Research Letters*, 102369. <https://doi.org/10.1016/j.frl.2021.102369>
- Organización Mundial de la Salud. (2020). La salud mental en la escuela: Un enfoque integral. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240000000>
- Otero-Potosi, S. A., Nuñez-Silva, G. B., Suárez Valencia, C. E., y Pozo Castillo, D. F. (2023). El proceso de enseñanza en el aula desde la perspectiva del aprendizaje significativo. *Revista Latinoamericana* <https://doi.org/10.53595/rlo.v3.i7.063>
- Otero-Potosi, S., Nuñez-Silva, B., Suarez-Valencia, C., & Pozo-Castillo, F. (2023). El proceso de enseñanza en el aula desde la perspectiva del aprendizaje significativo, *Revista de Investigación en Ciencias Sociales*, 3(7), 13-24. <https://doi.org/10.53595/rlo.v3.i7.063>
- Perales, R., Floriano Viseu, F., & Almeida, L. S. (2021). Resolución de problemas matemáticos en alumnado con y sin superdotación intelectual. *Revista De Psicología*, 39(2), 1031-1066. <https://doi.org/10.18800/psico.202102.017>
- Perez Sandoval, E. (February 10, 2020). How to develop empathy in our students? Retrieved on May 12, 2020, from Observatory: <https://observatorio.tec.mx/edu->

bits-blog/comodesarrollarlaempatiaenestudiantes

Pérez-Díaz, P. A., Manrique-Millones, D., García-Gómez, M., Vásquez-Suyo, M. I., Millones-Rivalles, R., Fernández-Ríos, N., Pérez-González, J. C., & Petrides, K. V. (2022). Invariance of the trait emotional intelligence construct across clinical populations and sociodemographic variables. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.796057>

Picho Hidalgo, N. S., Quincho Cárdenas, N. S., & Salaman Tito, M. R. (2020). Procrastinación académica: una revisión descriptiva de la literatura. [Trabajo de investigación]. *Universidad Continental* <https://hdl.handle.net/20.500.12394/10383>

Preciado, Paul B.. *Dysphoria mundi*. Buenos Aires: Anagrama, 2023. Roudinesco, Élisabeth. *El yo soberano. Ensayos sobre las derivas identitarias*. Buenos Aires

Rabanal, J. (2020). *Liderazgo Directivo y Compromiso de Gestión Escolar en la Institución Educativa "Santa Rosa" del distrito de Namora, 2019*. (Tesis de maestría). Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo, Cajamarca, Perú, http://repositorio.upagu.edu.pe/bitstream/handle/UPAGU/1243/tesis%20Juan%20carlos%20%20empastado_CORREGIDO_FINAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Ramírez Coronel A, Malo-Larrea A, Martínez-Suárez PC, Montánchez-Torres ML, Torracchi-Carrasco E, González León FM. Origen, evolución e investigaciones sobre la Calidad de Vida: Revisión Sistemática. *AVFT-Arch Venez Farmacol Ter*. 2020 [citado 2021 feb 27];39(8):954-959. Disponible en: <https://ww>

w.revistaavft.com/images/revistas/2020/avft_8_2020/6_origen_evolucion_investigaciones.pdf DOI: <http://doi.org/10.5281/zenodo.4543649>

Ramos, G.E., Renau, M.A., Gómez, M.S. y Esteve, E.B. (2020). Desarrollo de la inteligencia emocional en niñas y niños de educación primaria. *Fòrum de Recerca*, (25), 109-110. <http://dx.doi.org/10.6035/ForumRecerca.2020.25>

Ramsa, N. I. B., & Rawian, R. M. (2021). A Review on Systematic Guided Reading Strategies and Its Implication on Reading Comprehension. *International Journal of Academic Research in Business & Social Sciences*, 11, 203-215

Reutzell, P., Mohr, K. A. J., & Jones, C. D. (2019). Exploring the relationship between letter recognition and handwriting in early literacy development. *Journal of Early Childhood Literacy*, 19(3), 349–374. <https://doi.org/10.1177/1468798417728099>

Robles Mori, H. (2020). Escala de autoeficacia académica en estudiantes universitarios de Lima. *Avances En Psicología*, 28(1), 101–110. <https://doi.org/10.33539/avpsicol.2020.v28n1.2115>

Rojas Cuastumal, V. A., & Pilco Guadalupe, G. A. (2023). Autoestima y Habilidades Sociales en Adolescentes: Self-esteem and social skills in teenagers. *LATAM Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales Y Humanidades*, 4(1), 3823–3833. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.529>

Saltos, E. R. (2020). *Importancia de la empatía docente-estudiante como estrategia para el desarrollo académico*. Ecuador: Dominio de las Ciencias. <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/10056/14763>

Salud mental. (2021). OPS/OMS | Organización Panamericana de la Salud.

<https://www.paho.org/es/temas/salud-mental>

Salud mental. (2023). OMS | Organización Panamericana de la Salud.

<https://www.paho.org/es/temas/salud->

[mental#:~:text=La%20depresi%C3%B3n%20contin%C3%BAa%20ocupando%](https://www.paho.org/es/temas/salud-mental#:~:text=La%20depresi%C3%B3n%20contin%C3%BAa%20ocupando%20la,el%20embarazo%20o%20el%20puerperio.)

[20la,el%20embarazo%20o%20el%20puerperio.](https://www.paho.org/es/temas/salud-mental#:~:text=La%20depresi%C3%B3n%20contin%C3%BAa%20ocupando%20la,el%20embarazo%20o%20el%20puerperio.)

Salvatierra, E. (2021). Plan de fortalecimiento de capacidades para la mejora de la gestión

de la reducción de la vulnerabilidad de las infraestructuras en el sector La Era, de

Ñaña, 2020. Trabajo de Investigación para optar el Grado Académico de Maestro

en Ciencias con Mención en Gestión de Riesgos de Desastres y Responsabilidad

Social, Escuela de Posgrado, Universidad Continental, Lima, Perú.

<https://repositorio.continental.edu.pe/handle/20.500.12394/9358>

Sánchez Marqueses, J. M., Fausor, R., Sanz-García, A., García-Vera, M. P., y Sanz, J.

(2022). Posttraumatic growth, metacognitive beliefs, self-absorption and

dysfunctional trauma-related attitudes in a sample of the Spanish general

population. *Ansiedad y Estrés*, 28(3), 194-206.

Sandoval-Gómez, V. E.; Sánchez-Restrepo, A. F. 2019. Género Cephalotes. Capítulo 29.

Pp. 899-915 in: Fernández, F.; Guerrero, R. J.; Delsinne, T. Hormigas de

Colombia. Bogotá: Universidad Nacional de Colombia, 1198 pp

Santamaría, F, y Vega, J. (2022). La motivación en el aprendizaje de la lectura en los

estudiantes. Disponible en: <https://revistas.investigacion-upelipb.com>

- Seijas, D. M. M. (2020). La mediación como estrategia de resolución de conflictos pacífica en el ámbito escolar. *Revista EDUCARE - UPEL-IPB - Segunda Nueva Etapa 2 0*, 24(1), 222-244. <https://doi.org/10.46498/reduipb.v24i1.1276>
- Shi, J. & Han, J. (2022). Comparing the effects of SPOC and face-to-face courses and factors influencing the effects. *International Journal of Information and Education Technology*, 12(6), 565-570.
<https://doi.org/10.18178/ijiet.2022.12.6.1654>
- Soto-Sanz, V. et al. (2019). Self-esteem and suicidal behaviour in youth: A meta-analysis of longitudinal studies. *Psicothema*, 31(3), 246–254.
<https://doi.org/10.7334/psicothema2018.339>
- Thagard, P. (2019b). *Natural philosophy: From social brains to knowledge, reality, morality, and beauty*. New York: Oxford University Press.
- Tiburcio, M. (2022). Programa jugando con mis manitos para la mejora de la pre-escritura en niños de 5 años en una institución educativa, Lima-2021. (Tesis para obtener el 44 grado académico de: Maestra en Educación Infantil y Neuroeducación), Lima, Lima. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/87889>
- Torres, J. (2021). *Fiabilidad de las escalas: interpretación y limitaciones del Alfa de Cronbach*. Universidad de Valencia.
https://www.researchgate.net/publication/350589592_Fiabilidad_de_las_escalas_interpretacion_y_limitaciones_del_Alfa_de_Cronbach
- Troya Santillán , C. M., Fiallos Castro, E. E., Guerra Villegas, T. K., Fiallos Castro , I. M., & Moreno Zambrano, G. F. (2024). El Impacto de la Lectura guiada en la

Comprensión de Textos Narrativos en Estudiantes de Educación Primaria. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(6), 869-886.
https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i6.14850

Vargas, A. D. P., Gaibor, I. Á., & Rodríguez, M. L. (2022). Relación entre el Burnout, Engagement, Afrontamiento al estrés y Optimismo en personal de organización no gubernamental. *Revista Imaginario Social*, 5(1), Art. 1. <http://revista-imaginariosocial.com/index.php/es/article/view/67>

Vera Arias, M. J., & Mendoza Vega, A. J. (2024). La atención como proceso cognitivo para estimular el aprendizaje de los estudiantes: Attention as a Cognitive Process to Stimulate Student Learning. *Revista Scientific*, 9(32), 320–339.
<https://doi.org/10.29394/Scientific.issn.2542-2987.2024.9.32.15.320-339>

Vergara, L., Bernett, M., Serpa, A., Navarro-Obeid, J., Martínez, I., & Montes-Millan, J. (2023). Procrastinación académica en estudiantes de educación secundaria y media. *Revista Innova Educación*, 5(1), Article 1.
<https://doi.org/10.35622/j.rie.2023.05.006>

Vila, F. (2021). Percepción sobre la violencia de género en estudiantes universitarios. Trabajo de investigación para optar el grado académico de Bachiller en Psicología, Escuela Académico Profesional de Psicología, Universidad Continental, Huancayo, Perú.

Vista de El Impacto del Acoso Escolar en los Adolescentes: Exploración de los Factores de Riesgo y Estrategias de Prevención Efectivas. (s. f.-b).

<https://estudiosyperspectivas.org/index.php/EstudiosyPerspectivas/article/view/411/643>

*Vista de La relación entre ansiedad y rendimiento académico en los
estudiantes ecuatorianos de 15 años. (s. f.).*

<https://pensamientoeducativo.uc.cl/index.php/pel/article/view/66369/58740>

Vista de Lectoescritura y su influencia en el proceso de aprendizaje. (s. f.).

<https://revistaogma.com/index.php/home/article/view/27/48>

Vital Vaquier, L. M., Martínez-Otero Pérez, V., & Gaeta González, M. L. G. (2020).

Teacher's empathy in preschool education: a study on Mexican educators.

Educação e Pesquisa, 46. <https://doi.org/10.1590/S1678-4634202046219377>

ANEXOS

Anexo A. Aprendiendo a mi estilo



La charla “Aprendiendo a mi estilo” corresponde a la primera sesión del programa “Aprendiendo a estudiar”, se desarrolló con la participación de 14 alumnos del Segundo año de educación secundaria. El tema desarrollado fue “Estilos de aprendizaje”, entendiendo que las personas aprendemos de diferente manera, no existiendo un estilo correcto o incorrecto. Sin embargo, es importante aprender a reconocerlo, debido a que influye en el rendimiento académico. Este trabajo se asemeja al trabajo de investigación realizado por Abid (2023), donde concluye que las técnicas de estudio y las habilidades de gestión del tiempo contribuyen a obtener mejores resultados académicos.

Anexo B. Me preparo para el éxito



Esta segunda sesión, “Me preparo para el éxito”, del programa “Aprendiendo a estudiar” se desarrolló con la participación de 14 alumnos del Segundo año de educación secundaria. Los temas que se incluyeron fueron “Atención y concentración” y “técnicas de estudio”, donde se brindaron estrategias para la mejora de estos procesos cognitivos a fin de obtener mejoras en la capacidad de los estudiantes para aprender y desempeñarse académicamente. En un trabajo realizado por Vera y Mendoza (2024), destacan estos procesos cognitivos fundamentales para lograr el aprendizaje en los estudiantes.

Anexo C. Gestionando mis emociones



La charla “Gestionando mis emociones” corresponde a la tercera sesión del programa “Aprendiendo a estudiar”, la cual se realizó con la participación de 14 estudiantes del segundo año de secundaria y se abordaron temas relacionados a la gestión emocional, teniendo en claro que una adecuada gestión emocional puede prevenir conflictos tanto internos como externos, orientándonos hacia el logro de nuestros objetivos. El trabajo realizado por Camacho Marín (2024) examinó cómo la conciencia emocional impacta en el desempeño académico de estudiantes de secundaria, proporcionando una visión integral del aprendizaje más allá de los factores cognitivos.

Anexo D. ¿Cuánto me conozco?



La charla “¿Cuánto me conozco?”, corresponde a la primera sesión del programa preventivo promocional “Aprendiendo a Valorarme”. En esta sesión contamos con la participación de 15 alumnos del quinto año de secundaria. La sesión buscaba promover el autoconocimiento en los jóvenes destacando la importancia del autoconocimiento para el desarrollo integral de los estudiantes. El trabajo de investigación de Perales (2021) concluye sobre la importancia en no dejar de atender el autoconocimiento y la autoestima en los jóvenes, por ser la causa principal de inseguridad y desconfianza en su desarrollo personal, académico y laboral.

Anexo E. Fortalecemos juntos mi autoestima



La charla “Fortalecemos juntos mi autoestima” corresponde a la segunda sesión del programa “Aprendiendo a Valorarme”. Se realizó con la asistencia de 15 estudiantes del quinto año de secundaria. Se mencionaron puntos relacionados al fortalecimiento de la autoestima donde se brindaron algunas estrategias, lo cual contribuirá en la mejora del rendimiento académico y emocional de los jóvenes. Los resultados de la investigación de Rojas y Pilco (2023) nos señalan la importancia del fortalecimiento de factores en las redes de apoyo como la familia, amigos, sociedad y ambiente escolar, siendo relevante trabajar sobre la autoestima en la etapa de la adolescencia, teniendo en cuenta que es el eje fundamental para su desarrollo óptimo en la sociedad.

Anexo F. Conociendo de cerca al bullying



La charla “Conociendo de cerca al Bullying” corresponde a la primera sesión del programa “Todos contra el bullying”. Se llevó a cabo con la asistencia de 14 estudiantes del primer año de secundaria. Se proporcionaron elementos conceptuales y estrategias para la prevención, detección y actuación en casos de acoso escolar, siempre actuando en favor del respeto y dignidad de los pares. Esta sesión se relaciona con el trabajo realizado por Montenegro y Román (2024) donde concluyen que las escuelas deben trabajar en colaboración con los psicólogos y otros profesionales para desarrollar programas que aborden causas y consecuencias del bullying, siendo la prevención del acoso una responsabilidad compartida por toda la comunidad educativa.

Anexo G. Resolución de conflictos



La charla “Resolución de conflictos” corresponde a la segunda sesión del programa “Todos contra el bullying”. Se llevó a cabo con la asistencia de 14 estudiantes del primer año de secundaria. Se proporcionaron elementos conceptuales y estrategias como role playing para orientar a los estudiantes a elegir soluciones adecuadas frente a los conflictos que se puedan presentar en el aula. El trabajo de Martínez (2020) resalta la importancia de técnicas que favorezcan la creación de un clima que permita suavizar las diferencias entre las partes, resaltando que la comunicación es un recurso comunicativo y esencial en la resolución de conflictos.

Anexo H. Control de impulsos



La charla “Control de impulsos” corresponde a la tercera sesión del programa “Todos contra el bullying”. Se llevó a cabo con la asistencia de 14 estudiantes del primer año de secundaria. Se brindaron elementos conceptuales y ejercicios de autocontrol con el objetivo de concientizar a los estudiantes respecto a tener una sana convivencia y las consecuencias ante la falta de control de impulsos. El trabajo de Chaverri y León (2022) sugiere que los adultos que convivimos con los niños, tenemos el rol fundamental de fortalecer el autocontrol infantil, pues este contribuye a crear un entorno confiable, seguro y estable para ellos. El generar un ambiente no confiable, inseguro e inestable crea una tendencia a propiciar un menor autocontrol y por tanto consecuencias como mayor probabilidad de salir prematuramente del sistema educativo, alimentación poco saludable, menor estabilidad emocional y relacional, mal manejo de los recursos económicos y probabilidad de asumir conductas de riesgo y conflictivas.

Anexo I. La empatía



La charla titulada “La empatía” se realizó con la asistencia de 14 estudiantes del segundo grado de primaria. Se mencionaron puntos relacionados a la empatía utilizando actividades diseñadas en la construcción de un ambiente escolar saludable y en la mitigación de la violencia en el aula. Los resultados de la propuesta metodológica de Hernández y López (2019) para fomentar el desarrollo de la empatía en los estudiantes, consistió en adecuar o implementar actividades referentes al uso del taller y análisis de videos y películas enmarcadas en la empatía y el ambiente escolar. Al hacer un análisis de lo descrito, se pudo observar que el estudiante participó y valoró positivamente la actividad, y fue consciente que cada una de las mismas ayudó a mejorar la calidad de vida dentro de la Institución Educativa. También se observó el cambio actitudinal, disminución de violencia con relación a los dos años anteriores.

Anexo J. Superando la procrastinación



La charla “Superando la procrastinación” se realizó con la asistencia de 14 estudiantes del cuarto año de secundaria. La sesión se llevó a cabo con actividades diseñadas para la identificación de patrones en procrastinación, establecer metas y el control de distracciones concientizando a los estudiantes respecto a esta problemática, desarrollar determinados hábitos que promuevan la productividad y la responsabilidad en las tareas escolares. El trabajo de análisis sociodemográfico de Serpa y Martínez (2022) concluye con una mayor tendencia de conductas procrastinadoras en estudiantes que dedican su tiempo libre a los videojuegos y la TV. Además, una cifra considerable expresó no haber reprobado años escolares. La forma en la que los estudiantes presentan conductas procrastinarias y debido a su edad, esta se hace más compleja, siendo más propensos a la distracción o elegir actividades que consideran más interesantes que las académicas obligatorias.

Anexo K. Conociendo la ansiedad



La charla “Conociendo la ansiedad” se realizó con la asistencia de 11 niños del primer grado de primaria. La sesión se llevó a cabo con actividades diseñadas en la comprensión e identificación de la ansiedad, se incluyeron estrategias sencillas para mejorarla y calmarse cuando los niños sientan esta emoción. En el trabajo realizado por Yáñez y Meneses (2020) concluyen en la relación existente entre la ansiedad y el rendimiento académico, aportando evidencia para repensar estrategias que permitan al estudiante mejorar la gestión de sus emociones y prestar especial atención al diseño de propuestas pedagógicas, lo que lleva a pensar a estos autores, en la importancia de discutir la forma de introducir la salud mental en el currículo escolar.

Anexo L. La atención



La charla titulada “Atención” se realizó con la asistencia de 10 niños del tercer grado de primaria. se expusieron temas relacionados a este proceso cognitivo, con presentación de videos y actividades con la finalidad de fortalecer la atención en los estudiantes para la mejora de esta habilidad cognitiva. El trabajo de Salgado y Moyano (2019) nos menciona dentro de sus resultados una guía para optimizar la atención de los alumnos que incluye los componentes de motivación, actividades participativas, implementación de normas de convivencia, análisis del estado emocional, aprendizaje cooperativo, actividades lúdicas, actitud positiva del docente, descansos activos, de gimnasia cerebral y representaciones simbólicas.

Anexo M. Lectoescritura



El anexo M, nos muestra algunas de las sesiones que se realizaron para mejorar la lectoescritura en los estudiantes con problemas de aprendizaje. Las actividades que facilitan la lectura y escritura también mejoran la atención y concentración durante las sesiones, facilitando su adaptación y rendimiento en el entorno escolar. El trabajo realizado por Bravo, Gonzales y García (2022) resaltan la asociación entre el rendimiento académico de los estudiantes y la práctica de lectoescritura, el cual puede resultar complejo para los estudiantes con problemas de rendimiento académico. Para ello se debe diseñar y aplicar estrategias de aprendizaje que respondan a las necesidades y características de los alumnos.

Anexo N. Habilidades motoras finas

En el Anexo N, podemos visualizar algunas actividades realizadas en intervención para el desarrollo de las habilidades motoras finas, utilizando plastilina, pintura, papel crepe para el rasgado, arrugado y embolillado, y demás actividades que ayudan en el fortalecimiento muscular y la coordinación manual que intervienen en la destreza manipulativa con el objetivo de entrenar estas habilidades, mejorando así su desempeño en tareas escolares que requieran precisión manual. Los estudios revisados por Calero y Zapata (2022) concluyen que cuanto mayor control y precisión exista en los pequeños músculos de la mano, más fácil resultará la tarea de escribir letras y palabras de forma clara y comprensible.

Anexo O. Lectura guiada



En el Anexo O, podemos visualizar algunas actividades realizadas en intervención de Lectura guiada, para fomentar habilidades de comprensión en niños con necesidades de apoyo en la lectura de textos. Ayudándolos a identificar las ideas principales y a formular preguntas para profundizar la comprensión a través de preguntas que permiten reflexionar sobre la lectura. El trabajo realizado por Moreno y Guerra (2024) concluyen que la implementación de la lectura guiada como una estrategia pedagógica produce un efecto notable en el mejoramiento de la comprensión de textos narrativos. Al tratarse de una actividad interactiva y estructurada, permite a los estudiantes mejorar su comprensión lectora y desarrollar habilidades críticas y analíticas en relación con los textos.

Anexo P. Actividades sensoriales



En el Anexo P, podemos visualizar algunas sesiones realizadas en intervención de actividades sensoriales, El objetivo principal fue desarrollar en los niños, la capacidad de identificar y diferenciar sensaciones a través de los sentidos, mejorando su coordinación y concentración a través de la exploración sensorial. El trabajo realizado por Romero y Rodríguez (2020) señala que la figura del terapeuta ocupacional no está incluida de forma obligatoria en el sistema educativo, pero sí se ha comprobado la necesidad de dicha figura para el tratamiento de niños con necesidades educativas especiales, siendo beneficiosa en los centros preescolares para todos los niños, con y sin dificultades en el neurodesarrollo. También es notable que un ambiente rico en sensaciones con actividades sensoriales tiene el potencial de mejorar las habilidades motoras y el equilibrio dinámico.