

**UNIVERSIDAD PRIVADA ANTENOR ORREGO**

**FACULTAD DE MEDICINA HUMANA**

**PROGRAMA DE ESTUDIO DE PSICOLOGÍA**



**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN  
PSICOLOGÍA**

---

**“Adaptación de conducta y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una  
Institución Educativa Nacional de La Esperanza.”**

---

**Área de Investigación:**

Ciencias Médicas – Psicología positiva y Bienestar Psicológico

**Autoras:**

Serna Alarcón, Shirley Jessenia  
Rivera Pérez, Claudia Alessandra

**Jurado Evaluador:**

**Presidente:** Moya Chávez María Ysabel.

**Secretario:** Caro Vela Jorge Miguel.

**Vocal:** Cabanillas Tarazona Luz Elena.

**Asesor:**

María Celeste Fernández Burgos

**Código Orcid:** <https://orcid.org/0000-0002-1218-5597>

**TRUJILLO – PERÚ**

**2023**

**Fecha de sustentación: 06/12/23**

# Adaptación de conducta y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Nacional de La Esperanza

INFORME DE ORIGINALIDAD



Dra. María Celeste Fernández Burgos

<b>6%</b>	<b>8%</b>	<b>1%</b>	<b>3%</b>
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

<b>1</b>	<b>repositorio.upao.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>4%</b>
<b>2</b>	<b>hdl.handle.net</b> Fuente de Internet	<b>3%</b>

Excluir citas      Activo

Excluir coincidencias      < 1%

Excluir bibliografía      Activo

### ***Declaración de originalidad***

Yo, María Celeste Fernández Burgos, docente del Programa de Estudio de Psicología de Pregrado, de la Universidad Privada Antenor Orrego, asesor de la tesis de Investigación titulada “Adaptación de conducta y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Nacional de La Esperanza”, autoras Shirley Jessenia Serna Alarcón y Claudia Alessandra Rivera Pérez, dejo constancia de lo siguiente:

- *El mencionado documento tiene un índice de puntuación de similitud de 6%. Así lo consigna el reporte de similitud emitido por el software Turnitin el día 17 de diciembre del 2023.*
- *He revisado con detalle dicho reporte y la tesis, y no se advierte indicios de plagio.*
- *Las citas a otros autores y sus respectivas referencias cumplen con las normas establecidas por la Universidad.*

*Lugar y fecha: Trujillo, 17 de diciembre del 2023*

#### **ASESOR**

*María Celeste Fernández Burgos*

*Dni: 42850132*

*Orcird: 0000-0002-1218-5597*

*Firma:*



*Shirley Jessenia Serna Alarcón*

*Dni: 76198970*



*Claudia Alessandra Rivera Pérez*

*Dni: 71272951*

## **Dedicatoria**

Hacia mis padres, por confiar y creer en mí, por entregar su esfuerzo y sacrificio diario, por suplir todas mis necesidades, por ser padres responsables y por pedir día a día la bendición y cuidado de dios todo poderoso hasta hacer posible el culmino de esta etapa tan importante en mi realización personal y profesional.

Dedico también a ese ser tan recordado quien hizo de mí niñez la etapa más mágica y especial, mamita Sabina gracias por tanto amor.

Finalmente dedico a quienes siempre me impulsaron motivacionalmente para hasta el final mantenerme firme y cursar todo este trayecto universitario, aquellas personas a quien estimo mucho y repetían, “ya falta poco” los mismos que hoy en día comparten mi felicidad del logro alcanzado.

**Serna Alarcón Shirley Jessenia**

A mi hermana, por ser mi principal apoyo en todo mi camino, la que siempre creyó en mí y me brindó su confianza, por darme los mejores consejos y ayudarme a comprenderme más, por ser la persona que supo sacar lo mejor de mí.

A mis mascotas, por estar presentes en mis momentos más duros y en los que quería rendirme, por ser siempre fieles y animarme a seguir adelante, por ser quienes me mostraron un amor puro.

Para mis amigos, quienes me enseñaron muchas cosas en el camino, me brindaron su apoyo cuando estaba perdida y siguieron conmigo en este largo trayecto llamado vida.

Por último, para mis padres, quienes estuvieron presentes en todo camino, me apoyaron a su manera y siguieron conmigo a través de las dificultades.

**Rivera Pérez Claudia Alessandra**

## **Agradecimientos**

A nuestros docentes y asesores quienes nos guiaron en todo este período y proceso de formación profesional. Así mismo agradecemos a los estudiantes quienes dispusieron su tiempo para responder las pruebas aplicadas.

## Resumen

La presente investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre adaptación de conducta y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa nacional de La Esperanza, la cual presenta un tipo de investigación sustantiva – descriptiva y de diseño correlacional, para ello se empleó una muestra 237 estudiantes de 1° a 3° grado de secundaria a quienes se les aplicó los instrumentos Adaptación de Conducta (IAC) y Bienestar psicológico (Bieps-J). Los resultados denotan que existe una relación altamente significativa ( $\rho=.514$ ,  $p<.01$ ) directa y en grado medio entre adaptación de conducta y el bienestar psicológico.

**Palabras claves:** Adaptación de conducta, Bienestar Psicológico, Estudiantes.

## **Abstrac**

The objective of this research was to determine the relationship between behavioral adaptation and psychological well-being in high school students of a national educational institution of La Esperanza, which presents a type of substantive-descriptive and correlational research design, for which a sample of 237 students from 1st to 3rd year of high school was used, to whom the Behavioral Adaptation (IAC) and Psychological Well-Being (Bieps-J) instruments were applied. The results show that there is a highly significant direct relationship ( $\rho=.514$ ,  $p<.01$ ) between behavioral adaptation and psychological well-being.

**Keywords:** Behavior adaptation, Psychological well-being, Student

## **Presentación**

Señores miembros del jurado calificador.

Conforme a los lineamientos vigentes plasmados dentro del reglamento de grados y títulos de la Universidad Privada Antenor Orrego, Facultad de Medicina Humana, Programa Profesional de Psicología dispongo hagan uso de su criterio profesional y sometan a evaluación la presente investigación denominada: “Adaptación de conducta y bienestar psicológica en estudiantes de secundaria de una institución educativa nacional de La Esperanza” desarrollada con el propósito de alcanzar el título de Licenciados en Psicología. Considerando que dicha investigación recibirá el valor merecido dentro de lo justo y disponiendo amplitud ante las observaciones, agradecemos anticipadamente todas aquellas apreciaciones y sugerencias otorgadas al presente trabajo de investigación.

Br. Serna Alarcón Shirley Jessenia

Br. Rivera Pérez Claudia Alessandra

## ÍNDICE DE CONTENIDO

DEDICATORIA	iv
AGRADECIMIENTOS	v
RESUMEN	vi
ABSTRACT	vii
PRESENTACIÓN	viii
CAPÍTULO I	13
MARCO METODOLÓGICO	13
1.1. EL PROBLEMA	13
1.1.1. Delimitación del problema	13
1.1.2. Formulación del problema	19
1.1.3. Justificación del estudio	19
1.1.4. Limitaciones	19
1.2. OBJETIVOS	20
1.2.1. Objetivos generales	20
1.2.2. Objetivos específicos	20
1.3. HIPÓTESIS	21
1.3.1. Hipótesis general	21
1.3.2. Hipótesis específicas	21
1.4. VARIABLES E INDICADORES	22
1.4.1. Variable 1: Adaptación de conducta	22
1.4.2. Variable 2: Bienestar psicologico	22
1.5. DISEÑO DE EJECUCIÓN	22
1.5.1. Tipo de investigación	22
1.5.2. Diseño de investigación	23
1.6. POBLACIÓN Y MUESTRA	23
1.6.1. Población	23
1.6.2. Muestra	25
1.6.3. Muestreo	27
1.7. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS	27
1.7.1. Técnicas	27
1.7.2 Instrumentos	28
1.8. PROCEDIMIENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS	32
1.9. ANÁLISIS ESTADÍSTICO	33
CAPÍTULO II	34
MARCO REFERENCIAL TEÓRICO	34
2.1. ANTECEDENTES	34

2.1.1 A nivel Internacional	34
2.1.2. A Nivel Nacional	38
2.1.3. A Nivel Regional	44
2.2. MARCO TEÓRICO	47
2.2.1. Adaptación de conducta	47
2.2.2. Bienestar psicologico	70
2.3. Marco conceptual	89
2.3.1 Adaptación de conducta	89
2.3.2 Bienestar psicologico	90
CAPÍTULO III	91
RESULTADOS	91
CAPÍTULO IV	96
ANÁLISIS DE RESULTADOS	96
CAPÍTULO V	106
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	106
5.1 Conclusiones	106
5.2 Recomendaciones	108
CAPÍTULO VI	110
6.1 Referencias	110
6.2 ANEXOS	128

## ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1.</b> Distribución de la población de estudiantes de primero a tercero de I.E nacional de Trujillo .....	24
<b>Tabla 2.</b> Distribución de la muestra de estudiantes de primero a tercero de I.E nacional de Trujillo .....	25
<b>Tabla 3.</b> Correlación de adaptación de conducta y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa nacional de La Esperanza.....	91
<b>Tabla 4.</b> Correlación de la dimensión adaptación personal y las dimensiones del bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Nacional de La Esperanza.....	92
<b>Tabla 5.</b> Correlación de la dimensión adaptación educativa y las dimensiones del bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa nacional de La Esperanza .....	93
<b>Tabla 6.</b> Correlación de la dimensión adaptación familiar y las dimensiones del bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa nacional de La Esperanza .....	94
<b>Tabla 7.</b> Correlación de la dimensión adaptación social y las dimensiones del bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa nacional de La Esperanza .....	95

<b>Tabla 8.</b> Nivel de adaptación de conducta en estudiantes de secundaria institución educativa de La Esperanza .....	138
<b>Tabla 9.</b> Nivel de adaptación de conducta según dimensión en estudiantes de secundaria de una institución educativa nacional de La Esperanza .....	139
<b>Tabla 10.</b> Nivel de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa nacional de La Esperanza.....	140
<b>Tabla 11.</b> Nivel de bienestar psicológico según dimensión en estudiantes de secundaria de una institución educativa nacional de La Esperanza.....	141
<b>Tabla 12.</b> Validez del instrumento: escala de adaptación de conducta en estudiantes de secundaria de una institución educativa nacional de La Esperanza .....	142
<b>Tabla 13.</b> Confiabilidad del Instrumento: escala de adaptación de conducta en estudiantes de secundaria de una institución educativa nacional de La Esperanza .....	145
<b>Tabla 14.</b> Validez del instrumento: escala de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa nacional de La Esperanza .....	146
<b>Tabla 15.</b> Confiabilidad del Instrumento: escala de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa nacional de La Esperanza .....	147

## CAPÍTULO I

### MARCO METODOLÓGICO

#### 1.1. EL PROBLEMA

##### 1.1.1. Delimitación del problema

Durante la etapa adolescente se dan la mayor cantidad de cambios, estos son; cambios orgánicos, hormonales, psicológicos e incluso socioemocionales, dicha etapa predispone al individuo a un sin número de acontecimientos que lo exponen a la vulnerabilidad, pues tiene que asumir nuevas responsabilidades, así como generar su propia capacidad para adaptarse a los cambios.

Es ahí donde un gran número de esta población se ve inmersa en diversas situaciones no alineadas con aquellas solicitudes propias del entorno y conductuales, generando respuestas desadaptativas que afectan su bienestar físico, psicológico y social, estos cambios se desencadenan de manera consecutiva provocando en el individuo sentimientos de inestabilidad en el ámbito personal, familiar y social, deteriorando su salud mental y fomentando la incertidumbre en cuanto al buen funcionamiento de condición de vida, estilo y calidad de la misma, ante ello contar con respuestas adaptativas y poseer bienestar psicológico es de gran ayuda durante este proceso de cambio y etapa adolescente.

Al respecto De la Cruz y Cordero (como se citó en Rodríguez Carranza, 2022) define la adaptación conductual como aquel aspecto regulador con el que deberían contar los individuos durante la etapa adolescente, actúa como un aspecto que busca equilibrar la personalidad incluyendo los estados emocionales bajo la determinación de lograr un ajuste entre su propia forma de ser, sus necesidades, preferencias y lo que el entorno establece. Así mismo la adaptación deberá ser consigo mismo partiendo desde lo personal

que implica aceptación, autonomía a nivel de pensamiento y sentimientos, buena convivencia familiar, adecuación positiva en el contexto educativo y contexto social general que lo rodee.

Ante ello, el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia ([UNICEF] citado en Campuzano, 2018) señala que la adaptación de conducta resulta trascendental para el adolescente quien se encuentra vulnerable a influencias o problemas que tendrá que afrontar tanto a nivel emocional, conductual y social.

Del mismo modo Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry (citado por Cipriano, 2016) indica que en términos globales existe aproximadamente 41% de varones y 49% de mujeres con edades oscilantes desde los trece hasta los diecinueve que padecen dificultades en la conducta, a nivel anímico, emocional, angustias, incertidumbres e inclinación por la ingesta psicoactiva.

Por su parte la Organización Mundial de la Salud ([OMS] citado por Ribera et al; 2019) pone en manifiesto que un 43% demuestra que los responsables de los asesinatos realizados mundialmente terminan siendo sujetos con edades desde los 10 hasta los 29 años, esta cifra equivale a una cuarta parte de la cantidad total de los decesos. Otra de las cifras que evidencian esta realidad son las detenciones de 255 y 624 adolescentes con cargos delictivos como el crimen agravado de muerte, caso omiso a las normas sociales, interrupción a la tranquilidad ciudadana e incumplimiento de las normas conductuales.

Nuestro país no es ajeno a dicha problemática es así que la Defensoría Municipal del Niño y del Adolescente ([DEMUNA] citado por López y Huamaní, 2017) demuestra porcentajes importantes como un 20% correspondiente a 13,088 menores de edad que padecieron intimidación, maltratos o abusos, abandonos y faltas a las reglas conductuales

y demás. A todo ello se suma otros 2825 menores de edad causantes de omisión a las medidas correctivas conductuales, es por ello que 1261 procesos de la capital limeña recibieron atención psicológica, pero 757 de ellos se asignaron al rubro educativo.

De igual manera, el Instituto Nacional de Estadísticas e Informática ([INEI] citado por Campuzano, 2018) evidencian que 74% de adolescentes entre los doce y diecisiete años han sido agraviados por maltrato psicológico o conductual producido por sus pares dentro de su centro educativo, de todo ello se registra un 71.1% como perjudicados anímica y emocionalmente y un 30.4% agraviados de daños corporales. El 80% de daños fueron ocasionados dentro de las aulas en una I.E y el 20% restante suelen suscitarse en espacios públicos.

Del mismo modo el INEI (como se citó en Ribera, et al; 2019) notó el aumento de un 80% en desacatos he incumplimiento a las normas del hogar, conductas que sostienen los menores de entre 12 a 17 años, se estima que dichos comportamientos son consecuencias de vínculos débiles, poca atención, ausencia afectiva además de insuficiencia formativa en principios complementados con un contexto social violento y delictivo el mismo que da lugar al incremento conductual inapropiados y desadaptado.

De no atender a dicha problemática Ramírez et. al (citado en Torres Gonzales 2021) indica que la inadaptación conductual asegura la aparición de fracasos escolares, dificultad en el cumplimiento de objetivos y metas, ausencia de disciplina hasta un posible abandono educativo dando por hecho el retraso académico, también, es posible la aparición de otras afecciones psicológicas como perturbaciones o sintomatologías a nivel fisiológico como ansiedad, depresión, incremento de temor, inseguridad o incapacidad para resolver conflictos y consecuentemente la posibilidad de generar limitaciones para

establecer buenos vínculos sociales ya sea con los profesores, compañeros, amigos, la familia entre otros.

En ese sentido, es necesario tener en cuenta que los problemas de adaptación conductual pueden traer dificultades de diversa índole en las diferentes áreas de la vida del adolescente.

Fernández et. al (2015) describe al bienestar psicológico como producto de un vínculo estrecho entre elementos emocionales y cognitivos. Donde el juicio del individuo para valorar su satisfacción con la vida a través de un equilibrio entre los logros obtenidos y las expectativas que tiene de su futuro en las áreas que considera de mayor importancia le permiten alcanzar una realización personal en la cual predominan los estados emocionales positivos.

Según la OMS (como se citó en Gaxiola y Palomar, 2016) el bienestar psicológico es como un aspecto relevante que gestiona y mantiene el buen estado de salud mental y personal del individuo situados en zonas marginales reduciendo la posibilidad de verse inmersos a los peligros latentes, ya que el desarrollarse en estos ambientes aumenta la vulnerabilidad a la que son propensos, por lo cual es vital la promoción de un bienestar psicológico adecuado hacia la satisfacción personal y se refleje en la vida del individuo, incluyendo sus próximas etapas.

Sin embargo, en el artículo publicado por la Universidad Católica de San Pablo (2020) estudio que fue realizado en Europa organizado por la Corporación psiquiátrica y psicológica de bienestar para niños y adolescentes españoles donde se registró un aproximado a 12000 progenitores con nacionalidad italiana y española que notaron en sus menores desde los 3 hasta los 18 años perturbaciones de índole conductual y emocional

como dificultades para concentrarse, frustración, incertidumbre y angustia, disgusto, sentimientos de congoja, temores a contagios virales, alteraciones en la alimentación o sueño. Dichas sintomatologías ocupan un nivel de entre 20 a 70%.

Del mismo modo, según el análisis de la UNICEF (2021) en una encuesta realizada en América Latina y el Caribe lugar donde se registra que el 27% del total de encuestados presentan afecciones ansiosas, el 15% experimentan síntomas depresivos como resultado del covid 19. Además, también se reconoce que mayoritariamente los individuos adolescentes presentan conductas como provocarse autolesiones, alteraciones en la alimentación, sueño y perturbaciones emocionales como frustración, incertidumbre, angustia, disgusto y sentimientos de congoja.

En nuestro país acontece una situación similar es por ello que los resultados que arroja la Encuesta Nacional sobre Relaciones Sociales (ENARES, 2019) muestra un porcentaje adolescente con edades desde los 12 hasta los 17 años que han sido afectados por abusos infantiles dentro de su hogar, abusos emocionales y conductuales experimentados por lo menos en alguna ocasión el 78,0%, mientras que en los últimos 12 meses la cifra muestra un 40,5% y los que alguna vez fueron víctimas de violencia sexual están considerados dentro de un 34,6%.

Así también, se evidencia que en algunas poblaciones y sectores de nuestro país se presenta con mayor alcance los problemas o carencias de bienestar psicológico, es por ello que en Lima rural se registra un 4% y en la ciudad de Iquitos un 8.8% teniendo como población muestral a mayores de 12 años quienes padecen este déficit de bienestar, todo ello es señalado por el Ministerio de salud del Perú (MINSA, 2020).

De no atender a dicha problemática la OMS (2020) refiere como consecuencias a la ausencia de bienestar psicológico hace que los jóvenes sean propensos a desarrollar algún trastorno mental que interfieran en su desenvolvimiento o desarrollo tanto personal como interpersonal, algunas de las limitaciones contraproducentes pueden ser la dificultad para establecer o mantener relaciones amicales o con su propia familia, tener dificultad para mantener la concentración en sus estudios lo que implica problemas en su formación escolar como también el poco control para regular sus emociones y disminución en su juicio desencadenando conductas de riesgo y comportamientos violentos.

La población del presente estudio no es ajena a tal realidad, es así que dichos estudiantes presentan dificultad para seguir e internalizar normas de convivencia e integrarse a la práctica de valores que promueve la institución educativa, incapacidad para expresar respeto y tolerancia por las creencias religiosas propias o las que profesan los demás, así como poca comunicación con sus docentes sintiéndose poco identificados con la institución educativa, ello denotaría dificultades en torno a la adaptación de conducta; del mismo modo dichos estudiantes muestran cambios bruscos de estado de ánimo, poca capacidad a la frustración, ansiedad, sentimientos de poca satisfacción con su propia vida o tendencia al pesimismo lo cual refleja posibles alteraciones en cuanto al bienestar psicológico.

Ante ello surge el interés por conocer si hay una relación entre la adaptación de conducta y el bienestar psicológico en dichos estudiantes.

### **1.1.2. Formulación del problema.**

¿Cuál es la relación entre la adaptación de conducta y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa nacional de La Esperanza?

### **1.1.3. Justificación del estudio.**

El actual estudio es conveniente porque aborda una problemática actual en nuestra sociedad ya que ha habido un incremento de cifras respecto a dificultades en torno a la adaptación de conducta, así como evidencia de alteraciones de bienestar psicológico en adolescentes.

Así también cuenta con implicancias prácticas, porque a partir de los resultados se podrán ejecutar charlas y talleres que permitan mejorar la adaptación de conducta y promover el bienestar psicológico de los estudiantes que forman parte de la población de estudio.

Del mismo modo dicha investigación cuenta con valor teórico pues va a permitir ampliar el conocimiento y actualizar información acerca de las variables de estudio en beneficio del quehacer de la psicología.

Finalmente cuentan con relevancia social porque al conocer más sobre adaptación de conducta y su posible relación con el bienestar psicológico, se podrá planificar y ejecutar acciones que beneficien de forma directa a los estudiantes que forman parte del estudio, pero a su vez de forma indirecta se promuevan mejores relaciones con su entorno familiar y social, contribuyendo así al bienestar de nuestra sociedad.

### **1.1.4. Limitaciones**

- Los resultados obtenidos sólo podrán generalizarse con poblaciones de similares características que la muestra de estudio.

## **1.2. OBJETIVOS**

### **1.2.1. Objetivos generales**

Determinar la relación entre adaptación de conducta y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa nacional de La Esperanza.

### **1.2.2. Objetivos específicos**

- Establecer la relación entre la dimensión de adaptación personal de adaptación de conducta y las dimensiones (control de situaciones, proyectos, vínculos psicosociales y aceptación de sí mismo) de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Nacional de La Esperanza.
- Establecer la relación entre la dimensión de adaptación educativa de adaptación de conducta y las dimensiones (control de situaciones, proyectos, vínculos psicosociales y aceptación de sí mismo) de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Nacional de La Esperanza.
- Establecer la relación entre la dimensión de adaptación familiar de adaptación de conducta y las dimensiones (control de situaciones, proyectos, vínculos psicosociales y aceptación de sí mismo) de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Nacional de La Esperanza.
- Establecer la relación entre la dimensión de adaptación social de adaptación de conducta y las dimensiones (control de situaciones, proyectos, vínculos psicosociales y aceptación de sí mismo) de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Nacional de La Esperanza.

## **1.3. HIPÓTESIS**

### **1.3.1. Hipótesis generales**

Hi: Existe relación entre adaptación de conducta y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Nacional de La Esperanza.

### **1.3.2. Hipótesis específicas**

- Existe relación entre la dimensión de adaptación personal de adaptación de conducta y las dimensiones (control de situaciones, proyectos, vínculos psicosociales y aceptación de sí mismo) de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Nacional de La Esperanza.
- Existe relación entre la dimensión de adaptación educativa de adaptación de conducta y las dimensiones (control de situaciones, proyectos, vínculos psicosociales y aceptación de sí mismo) de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Nacional de La Esperanza.
- Existe relación entre la dimensión de adaptación familiar de adaptación de conducta y las dimensiones (control de situaciones, proyectos, vínculos psicosociales y aceptación de sí mismo) de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Nacional de La Esperanza.
- Existe relación entre la dimensión de adaptación social de adaptación de conducta y las dimensiones (control de situaciones, proyectos, vínculos psicosociales y aceptación de sí mismo) de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Nacional de La Esperanza.

## 1.4. VARIABLES E INDICADORES

**Variable 1:** Adaptación de conducta, la evaluación se llevará a cabo con el instrumento del Inventario de adaptación de conducta (IAC) de Cordero y de la Cruz cuyos indicadores son:

- Adaptación personal.
- Adaptación familiar.
- Adaptación educativa.
- Adaptación social.

**Variable 2:** Bienestar psicológico, la evaluación se llevará a cabo con el instrumento de Bienestar Psicológico para Adolescentes (BIEPS-J) de Casullo et al. cuyos indicadores son:

- Control de situaciones
- Proyectos
- Vínculos psicosociales
- Aceptación de sí mismo

## 1.5. DISEÑO DE EJECUCIÓN

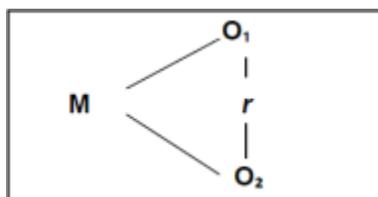
### 1.5.1. Tipo de investigación

La presente investigación es sustantiva porque se encarga de estudiar las variables tal y como se evidencian en la realidad (Sánchez y Reyes, 2006).

### 1.5.2. Diseño de investigación.

La presente investigación es de diseño descriptivo correlacional, porque examina la relación o asociación existente entre dos o más variables, en la misma unidad de investigación o sujetos de estudios (Sánchez y Reyes, 2006).

Esquema:



Donde:

M: Estudiantes de una Institución Educativa Nacional de Trujillo

O1: Adaptación de conducta

O2: Bienestar Psicológico

R: Relación de las variables de estudio.

## 1.6. POBLACIÓN Y MUESTRA

### 1.6.1. Población

La población estuvo constituida por 620 estudiantes de primero a tercero de secundaria de una institución educativa nacional de La Esperanza, matriculados en el periodo del 2022.

**Tabla 1**

Grado y Sección	N	%
3° “A”	35	5.65%
3° “B”	34	5.48%
3° “C”	35	5.65%
3° “D”	36	5.81%
3° “E”	34	5.48%
3° “F”	36	5.81%
2° “A”	32	5.16%
2° “B”	34	5.48%
2° “C”	36	5.81%
2° “D”	35	5.65%
2° “E”	34	5.48%
2° “F”	35	5.65%
1° “A”	36	5.81%
1° “B”	34	5.48%
1° “C”	35	5.65%
1° “D”	33	5.32%
1° “E”	33	5.32%
1° “F”	33	5.32%
<b>Total</b>	<b>620</b>	<b>100,0</b>

*Distribución de la población de estudiantes de primero a tercero de I.E nacional de La Esperanza.*

*Fuente:* Registro de estudiantes matriculados durante el 2022-10

### 1.6.2. Muestra

La muestra estuvo constituida por 237 estudiantes de primero a tercero de secundaria de una institución educativa nacional de La Esperanza, matriculados en el periodo del 2022.

Esquema:

$$\text{POBLACIÓN FINITA}$$

$$n = \frac{z^2 N p q}{e^2 (N - 1) + z^2 p q}$$

Donde:

n: Tamaño de la muestra

N: Población total

z: Porcentaje de fiabilidad

p: Probabilidad de ocurrencia

q: Probabilidad de no ocurrencia

e: Error de muestreo

**Tabla 2**

*Distribución de la muestra de estudiantes de primero a tercero de I.E nacional de La Esperanza*

Grado y Sección	N	%
3° "A"	13	5.49
3° "B"	13	5.49

3° “C”	13	5.49
3° “D”	14	5.91
3° “E”	13	5.49
3° “F”	14	5.91
2° “A”	12	5.06
2° “B”	13	5.49
2° “C”	14	5.91
2° “D”	13	5.49
2° “E”	13	5.49
2° “F”	13	5.49
1° “A”	14	5.91
1° “B”	13	5.49
1° “C”	13	5.49
1° “D”	13	5.49
1° “E”	13	5.49
1° “F”	13	5.49
<b>Total</b>	<b>237</b>	<b>100,0</b>

*Fuente:* Registro de estudiantes matriculados durante el 2022-10

**Criterios de inclusión:**

- Todos los alumnos matriculados formalmente en los grados 1° a 3° de secundaria entre 12 y 15 años de edad.
- Alumnos que responden de manera voluntaria al cuestionario

### **Criterios de exclusión**

- Alumnos que no asistan el día de la aplicación del cuestionario.
- Alumnos que no cuenten con el asentimiento firmado por su padre/madre o tutores.
- Alumnos que no completen las respuestas del cuestionario.

#### **1.6.2. Muestreo**

El muestreo utilizado corresponde a la técnica probabilística de tipo estratificado en la que se parte determinando los grupos totales que corresponde a la población para posteriormente abstraer las cantidades muestrales y una vez obtenidas estas van a ser repartidas entre las distintas estratificaciones poblacional haciendo uso del método o regla de tres simples (Bai et al., citado en Otzen y Manterola, 2017).

### **1.7. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS**

#### **1.7.1. Técnicas**

La técnica aplicada es la psicométrica, la misma que es una metodología, proceso o constructo teórico que se orientan a dar por hecho de manera medible las variables en el ámbito de la psicología, mediante un estudio métrico y exigible dentro del proceso de medición psicológica estructura la base para ser desarrollada dentro de lo adecuado. Su finalidad recae sobre la transformación de todas aquellas respuestas que las personas brindan a resultados, valores o datos a los cuales se les pueda asignar propiedades numéricas mediante el uso de procesos contables que permitan tener un nivel o valor el cual sea válido, confiable y estandarizado para los fines que sean necesarios (Muñiz, citado en Aragón, 2015).

### **1.7.2. Instrumentos:**

#### **- Inventario de adaptación de conducta:**

##### **Ficha técnica**

El instrumento fue creado por De la Cruz y Cordero (2004) en Madrid – España, el cual está dirigido para personas de edades entre 12 y 15 años, el tiempo estimado para ser desarrollado es alrededor de los 30 minutos, la prueba se puede aplicar de forma colectiva o individual.

Dicha escala fue adaptada y estandarizada en Trujillo por el Ruiz en el año 2003, dicha adaptación se realizó en estudiantes de secundaria.

##### **Descripción del instrumento**

El objetivo del instrumento es la evaluación de la capacidad adaptativa que la persona presenta dentro del ámbito: personal, escolar, familiar y social, de forma general, el instrumento alcanza un total de 123 reactivos distribuidas bajo los 4 ámbitos o también conocidos como dimensiones previamente descritas. Las alternativas que son usables para contestar las frases están entre “Sí” o “No” en caso de dudas o un término medio se puede elegir la interrogante “?”. Por último, la forma de calificación es de un punto si concuerda con la respuesta de la plantilla y cero si no concuerda con la plantilla.

##### **Propiedades psicométricas:**

Respecto a la validez de la versión original, De la Cruz y Cordero (2004) trabajaron con una muestra de 250 sujetos, la validez fue obtenida por medio del método ítem test, los coeficientes de correlación de Pearson ( $r$ ) son muy significativas ( $p < 0.001$ ) para la totalidad de ítems, excepto los ítems 33, 35, 39, 43, 60, 70 y 123 sin embargo por lo valores obtenidos se optó por mantener la estructura original del test., en conclusión

encontraron que dichos valores confirman que la lista de chequeo del IAC presenta una validez adecuada.

Respecto a la validez de la versión adaptada, Ruiz (2003) en la ciudad de Trujillo utilizó la validez de criterio, en donde correlacionó el IAC y prueba de Ajuste Bell con una muestra de 330 casos, hallándose una correlación significativa en el 95% de los casos evaluados (en un promedio de 0.264 y hasta un máximo de 0.517), de la cual se adquirió una correlación significativa superior al 0.05 de confianza.

Para la presente investigación se realizó un estudio piloto, con estudiantes del primer al tercer año de secundaria, a partir de ello se obtuvo una validez ítems test cuyos valores oscilan entre 0.149 y 0.611.

Así mismo aplicados los instrumentos a la población de estudio, se obtuvo en el proceso de validez interna ítem-test mediante correlación de Spearman que los 123 ítems son válidos, con cociente mínimo de .242 y máximo de .701.

Respecto a la confiabilidad, en la versión original, se trabajó con adolescentes con edades comprendidas entre los 12 y 15 años. Los coeficientes obtenidos fueron corregidos con la fórmula de Spearman-Brown, Adaptación Personal 0.81, Adaptación Familiar 0.85, Adaptación Escolar 0.85, Adaptación Social 0.82, Global 0.97, muestran una positiva firmeza interna dado que presenta un Alpha de 0.88 (De la Cruz y Cordero, 2004)

En cuanto a la confiabilidad del IAC, versión adaptada por Ruiz (2003) en la ciudad de Trujillo, se obtuvo los siguientes valores a través de Alfa de Cronbach en las áreas del IAC: Adaptación Personal 0.93, Adaptación Familiar 0.90, Adaptación Escolar

0.91, Adaptación Social 0.87 y Adaptación General 0.94 denotando que el instrumento es confiable.

En la presente investigación, a través del estudio piloto se utilizó el coeficiente alpha de cronbach encontrando un valor de 0.893, tales resultados confirman la confiabilidad del IAC en la muestra de estudio. Así mismo aplicados los instrumentos a la población de estudio, se realizó el análisis de confiabilidad interna a través de alpha de cronbach encontrando un valor general de 0.831 lo cual denota una confiabilidad buena.

#### - **Escala de bienestar psicológico**

##### **Ficha técnica**

La escala de bienestar psicológico para adolescentes fue elaborada por Casullo et al. (2002) en Buenos Aires, Argentina. La prueba puede ser aplicada en adolescentes con edades que oscilen entre los 13 y 18 años. El tipo de aplicación del instrumento no es rígida, lo que quiere decir que este puede ser aplicado tanto de manera individual como grupal. En cuanto al tiempo estimado para responder al cuestionario, este promedia entre los 10 a 15 minutos.

Así también, dicha escala fue estandarizada en la ciudad de Trujillo por Cortez Vidal (2016) siendo aplicada a alumnos del nivel secundario de edades entre 13 y 17 años.

##### **Descripción del instrumento**

El instrumento tiene como objetivo evaluar el grado de bienestar psicológico que presenta el adolescente en los siguientes aspectos: control de situaciones, proyectos, vínculos psicosociales y aceptación de sí mismo como también de forma general. Los ítems que componen el instrumento son 13, distribuidos en los aspectos o dimensiones

antes mencionados. Para efectuar las respuestas, el alumno deberá tener en cuenta opciones, las mismas que son mencionadas en la calificación; “uno” (1) si la alternativa marcada es “en desacuerdo”, “dos” (2) si la alternativa es “ni de acuerdo ni en desacuerdo” y “tres” (3) si la alternativa marcada es “de acuerdo”.

### **Propiedades psicométricas**

Respecto a la validez de la versión original, Casullo et. al (2002) utilizaron la validez de criterio, con dos muestras, la primera conformada por 498 adolescentes pertenecientes a escuelas públicas ubicadas en Buenos Aires, y la otra compuesta por 453 adolescentes que asistían a escuelas públicas en la ciudad de Tucumán, siendo obtenida a través del método ítem test la validez oscilaba entre 0.10 y 0.73.

Años más tarde, Cortez Vidal (2016) realizó la adaptación del instrumento en la ciudad de Trujillo, empleando 1017 adolescentes entre varones y mujeres de 13 y 17 años, que proceden de zonas urbanas y de la periferia, donde los coeficientes de correlación fueron significativos  $p < 0.01$  y al realizar el análisis factorial se obtuvo cuatro factores que explicaron el 59.29% de la varianza.

Así mismo, para la presente investigación se realizó un estudio piloto, con estudiantes del primer al tercer año de secundaria pertenecientes a una institución nacional, dando como resultados valores que oscilan entre 0.224 y 0.647 en el proceso de validez interna ítem-test. Del mismo modo aplicados los instrumentos a la población de estudio, se realizó el proceso de validez interna ítem-test mediante correlación de Spearman obteniendo que los 13 ítems son válidos, con cociente mínimo de .348 y máximo de .678.

Respecto a la confiabilidad, en la versión original, se empleó un análisis factorial de componentes principales de tal forma que se establecieron 4 factores bajo un 51% de la varianza el mismo que conlleva a obtener un valor total de 0.74 de confiabilidad al usar la prueba Alfa de Cronbach (Casullo et al. 2002).

Así también la confiabilidad de la versión adaptada en Trujillo, cuenta con confiabilidad de consistencia interna alta, donde el valor del alfa de Cronbach fue de 0.710 (Cortez Vidal, 2016).

Por último, respecto a la confiabilidad de la prueba piloto se empleó el coeficiente Alpha de Cronbach mostrando un resultado de 0.773 hasta 0.779. Del mismo modo aplicados los instrumentos a la población de estudio, tras el análisis de confiabilidad con el coeficiente Alpha de Cronbach, se determinó un cociente de .813, lo que indica que la prueba tiene una confiabilidad alta.

## **1.8. PROCEDIMIENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS**

Para la recolección de datos se coordinó con el director de la institución a quien se le presentó una solicitud mediante correo electrónico pidiendo el permiso correspondiente de acceso a la población, una vez aceptado se realizó una reunión para la coordinación directa con los tutores y docentes para fijar un horario en el cual se diera la aplicación de las pruebas pertinentes.

Previo a la aplicación de los cuestionarios, el tutor encargado del aula envió un comunicado a los padres para verificar la aceptación de participación de sus menores hijos, autorizado por ellos a través de firma en la agenda escolar, a partir de ello el tutor firmó el asentimiento informado. Posteriormente, antes de la recolección de los datos se explicó a toda la muestra seleccionada la finalidad de dicha aplicación del cuestionario de adaptación

de conducta y el cuestionario de bienestar psicológico. Una vez que los alumnos entregaron ambas pruebas resueltas se seleccionaran por grados y secciones, bajo este orden se insertaran los datos al Excel para proceder con el análisis estadístico.

## **1.9. ANÁLISIS ESTADÍSTICO**

Culminado el proceso frente a la recolección de los datos, se procesaron las respuestas obtenidas y se analizó el resultado arrojado, posterior a ello se verificó si se alcanzó o no a cumplir el criterio de normalidad ante tales reparticiones de puntuación sobre la base de cada variable sometida al estudio.

Para analizar cada ítem empleado se utilizó el coeficiente de correlación, ítem-test rectificado, así mismo, la confiabilidad Alfa de Cronbach para evaluar la consistencia interna de ambas escalas.

Del mismo modo se empleó la prueba de normalidad de kolmogorov smirnov identificando que la prueba estadística más pertinente es el coeficiente de correlación de Spearman ( $\rho$ ) para la obtención de los resultados. Por último, los resultados son presentados en tablas tomando en cuenta las normas APA (7ma edición).

## CAPÍTULO II

### MARCO REFERENCIAL TEÓRICO

#### 2.1. Antecedentes

##### 2.1.1 A Nivel Internacional

Aragón et al. (2012) en su investigación “Adaptación familiar, escolar y personal en adolescentes de la ciudad de México” se planteó como finalidad determinar el nivel de adaptación en una muestra total de 707 adolescentes desde los 11 hasta los 17 años. La prueba que es usada para dicho fin es Escala Magallanes de Adaptación. Los resultados muestran que no existe diferencias significativas entre ambos sexos, ambos presentan un mismo nivel de adaptación a la madre, profesores, compañeros, escuela y personal. Sin embargo, hay una diferencia significativa ( $\alpha = 0.05$ ) en la adaptación al padre, en donde los hombres se encuentran mejor adaptados que las mujeres. Finalmente, las diferencias presentes son significativas en la adaptación al padre, profesores y escuela hallándose mejor adaptados los niños de 11 años y los adolescentes de 16 años de edad.

López et al. (2013) en el país de España, ciudad de Granada realizó su estudio “La relación entre el bienestar personal y la adaptación de conducta en el marco de la escuela Salugénica”, tuvo como objetivo establecer la relación con ambas variables de interés, mediante el uso de un diseño correlacional, su muestra estuvo conformada por 245 personas pertenecientes a una educación secundaria. Para dicho estudio los instrumentos empleados son la escala de bienestar psicológico (EBP) y el inventario de adaptación de conducta (IAC). Los resultados revelan diferencias significativas en bienestar psicológico en función del nivel de adaptación, el grupo con un nivel de adaptación más alto presenta mayor bienestar psicológico. Finalmente se corrobora la existencia de una correlación

altamente significativa  $**p<.01$  entre bienestar psicológico y adaptación global, personal, social, escolar y familiar.

Morales y Gonzáles (2014) en el estudio titulado “Resiliencia-Autoestima-Bienestar psicológico y Capacidad intelectual de estudiantes de cuarto medio de buen rendimiento de liceos vulnerables”, el propósito es investigar las variables que favorecen el desempeño sobresaliente en los provenientes de liceos prioritarios. El diseño empleado para el estudio fue no experimental transaccional, cuantitativo correlacional. La investigación se realizó con la participación de 175 estudiantes con un alto índice de vulnerabilidad, para lo cual se utilizó los instrumentos: Raven's Standard Progressive Matrices (PMS), Inventario de autoestima de Coopersmith, Test de Resiliencia (SV-RES) y Escala de Bienestar Psicológico (Bieps). Finalmente, los resultados obtenidos mostraron una correlación y significancia ( $p<0,01$ ) entre las tres variables, pero estas no se correlacionan con el rendimiento escolar.

Sauleda Andersson (2017) en Ecuador, realizó su tesis titulada “Relación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico en adolescentes ecuatorianos”, el objetivo fue profundizar en la relación entre el bienestar psicológico y la inteligencia emocional en adolescentes ecuatorianos. El tipo de investigación es transversal y ex post facto; se trabajó con una muestra de 486 alumnos con edades entre 13 y 16 años. Se les aplicó la adaptación castellana y la versión abreviada del Trait Meta Mood Scale (TMMS-24) y la Escala de Bienestar Psicológico para Adolescentes (BIEPS-J). Los resultados indican mayor presencia inteligencia emocional y bienestar psicológico en los varones que en las mujeres dejando una diferencia significativa entre ambos sexos. Finalmente se encontró una correlación altamente significativa  $**p<.01$  entre ambas variables, por último, el

análisis de regresión evidenció que la inteligencia emocional tuvo una capacidad predictiva leve sobre el bienestar, tanto en hombres como en mujeres.

Uribe et al. (2018) realizó en la ciudad de Montería, Colombia la investigación denominada “La importancia de las estrategias de afrontamiento en el bienestar psicológico en una muestra escolarizada de adolescentes”, el propósito de dicho estudio busca reconocer correlación alguna entre las variables estudiadas, el diseño fue tipo transversal correlacional, los instrumentos fueron aplicados a 104 estudiantes de ambos sexos que estudian en instituciones educativas ubicadas en las zonas de bajos recursos y socialmente vulnerables. Los cuestionarios aplicados fueron la Escala de Afrontamiento para Adolescentes y el cuestionario de Bienestar Psicológico. Los resultados muestran una correlación significativa  $*p < .05$  entre ambas variables. Se concluye que dichos adolescentes que emplean progresivamente las estrategias de afrontamiento orientadas hacia la resolución de problemas y la búsqueda de apoyo social, muestran mayores niveles de bienestar psicológico.

García et al. (2019) desarrolló su estudio acerca de la “Bienestar Psicológico en Adolescentes: Relaciones con Autoestima, Autoeficacia, Malestar Psicológico y Síntomas Depresivos”. El propósito de dicho estudio busca establecer la presencia de correlación alguna entre las variables sometidas a dicho análisis, el diseño empleado es no experimental transversal correlacional – causal. La cantidad de participantes fueron 188 estudiantes de primer a tercer grado de secundaria a quienes se les aplicó la Escala de bienestar de psicológico BIEPS – J de Casullo (2002) y la escala de autoestima de Rosenberg (1965), versión española validada por Oliva et al. (2011). Entre los resultados encontrados se tuvo la presencia de correlaciones significativas entre el bienestar

psicológico y las variables estudiadas: relaciones positivas con autoestima y autoeficacia ( $p < 0,001$ ), e inversamente con malestar psicológico y síntomas depresivos. Del mismo modo se encontró que la autoestima y la autoeficacia predicen significativamente el bienestar.

Putwain et al. (2019) en su estudio “El bienestar subjetivo relacionado con la escuela promueve la adaptabilidad posterior, logros y conducta conductual positiva” tuvo por objetivo probar un modelo bidireccional de adaptabilidad y bienestar subjetivo relacionado con la escuela, y cómo se relacionan con el rendimiento y la conducta conductual. La muestra lo conformaron 539 adolescentes del noroeste de Inglaterra de entre 12 y 16 años de edad. Las escalas empleadas fueron la de nueve ítems desarrollada por Martín et al. (2012) para medir la adaptabilidad y para medir el bienestar relacionado con la escuela se utilizó una escala de auto informe de seis ítems desarrollada por Loderer et al. (2016). La correlación es bivariada y latente con un valor de  $*p < .05$ . El bienestar relacionado con la escuela se correlaciono positivamente con el rendimiento y negativamente con la mala conducta, la adaptabilidad no se correlaciona con la mala conducta mientras que bienestar mostro mayor logro frente a la mala conducta, por lo que bienestar relacionado con la escuela no se correlaciona con la mala conducta. Se concluye que el bienestar subjetivo relacionado con la escuela predijo una mayor adaptabilidad, logro y una conducta conductual positiva y la adaptabilidad predice también una mayor conducta positiva.

Paredes Miranda (2020) desarrollaron su investigación sobre la “Inteligencia emocional y adaptación conductual en adolescentes con riesgo de callejización” para dicho estudio tuvieron como finalidad identificar correlación en ambas variables. Dicho

estudio fue de tipo descriptivo correlacional de corte transversal en adolescentes con edades de 12 hasta los 18 años de edad. Los instrumentos empleados fueron el Test de Inteligencia Emocional (Bar On Ice Na), y el Inventario de Adaptación Conductual (IAC). Obtuvieron como resultado niveles de Inteligencia Emocional adecuados de 16,25%, respecto a la adaptación Conductual fueron niveles bajos 23,75%. Para ambas variables de estudio existe una correlación significativa  $*p < .05$  entre inteligencia emocional y adaptación global.

Frosso et al. (2020) en su investigación “Interacción longitudinal entre la simpatía de los compañeros, la adaptación y bienestar psicológico de los jóvenes: un estudio de adolescentes inmigrantes y no inmigrantes en el contexto escolar”, tuvo como finalidad examinar la dirección de los efectos entre la simpatía de los compañeros, el ajuste escolar y el bienestar psicológico de los jóvenes y la moderación de estos efectos por el estatus de inmigrantes de los estudiantes. Los estudiantes de dicho grupo muestral fueron 1118 con 12.6 años y medio de edad. Los resultados revelan una intercorrelaciones bidireccional altamente significativa con una media típica de intercorrelaciones entre las variables de estudio de  $***p < .001$ . Se concluye que los estudiantes al ser apreciados tan solo por los griegos, pero no por los inmigrantes, los compañeros de clase influyen en el bienestar psicológico, sin embargo, agradar tanto a compañeros inmigrantes como griegos predecirá un mayor ajuste escolar.

### **2.1.2. A Nivel Nacional**

Mattos Quezada (2014) ejecuta una investigación sobre “Asertividad y adaptación de conducta en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa estatal de

Chimbote” planteándose como objetivo analizar la relación entre ambas variables. La investigación empleada fue sustantiva de tipo descriptivo correlacional, se trabajó con 174 participantes tanto mujeres como varones pertenecientes a los dos últimos años de secundaria. Se empleó la escala multidimensional de asertividad (EMA) de Flores y Díaz-Loving, 2004 y el Inventario de Adaptación de conducta (IAC) de De la Cruz y Cordero, 1990. Finalmente se obtuvieron resultados donde corrobora la presencia de correlación altamente significativa, negativa y de grado medio con un valor de  $p < 0.01$  relevante entre la primera variable y todas las dimensiones de adaptación de conducta. Sin embargo, esta relación significativa entre la dimensión adaptación escolar y asertividad no se encontró correlación significativa.

Lescano Ancajima (2016) desarrolló su estudio acerca de la “Relación entre el clima social familiar y adaptación de conducta en los y las adolescentes de tercer y cuarto grado de secundaria de la I.E José María Escrivá De Balaguer - Castilla 2014. Tuvo como objetivo establecer la relación entre el Clima Social Familiar y adaptación de conducta en los adolescentes. La muestra estuvo conformada por 105 adolescentes de los últimos grados de secundaria, para lo cual hicieron uso de los instrumentos de la Escala del Clima Social Familiar (FES) de R.H. Moos y E.J. Trickeet y el Inventario de Adaptación de Conducta (IAC). Los resultados obtenidos fueron que el 15.20% presentan dificultades de adaptación, el 51.40% presenta una adaptación normal y el 33.30% muestran una adaptación satisfactoria. Consecuentemente en los resultados obtenidos no se encontró la existencia de correlación entre la primera variable y la segunda variable indicando un valor de  $P = 0.416 > \alpha = 0.05$ .

Rodríguez Durand (2017) en la ciudad de Pimentel, realizó la tesis titulada “Cohesión, adaptabilidad familiar y bienestar psicológico en estudiantes de nivel secundaria de la Institución Educativa Alas Peruanas”, el diseño es no experimental de tipo descriptiva-correlacional, el objetivo fue determinar la relación Cohesión, Adaptación Familiar y Bienestar Psicológico en estudiantes de nivel secundario de la Institución Educativa Alas Peruanas. Se trabajó con una muestra de 115 estudiantes adolescentes que cursan el 1° al 5° grado de educación secundaria, a quienes se les aplicó la Escala de Cohesión, Adaptabilidad Familiar (FACES IV) y la Escala de Bienestar Psicológico para adolescentes. En sus resultados remarca que gran parte de los alumnos, presentan un nivel alto de ambas variables, obteniendo de ese modo una relación significativa de  $*p < .05$  entre las dos variables estudiadas.

Acurio Luna (2018) en el estudio denominado “Bienestar psicológico y conductas antisociales en estudiantes de secundaria de instituciones educativas - San Juan de Lurigancho. Lima”. El propósito de dicho estudio es hallar correlación entre el bienestar psicológico y las conductas antisociales en los estudiantes del nivel secundario. El diseño es no experimental, de corte transversal y de tipo correlacional, también se empleó una muestra de 471 escolares de 13 a 18 años. Los instrumentos empleados fueron la escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J) de María Casullo (2000) y el cuestionario de Conductas Antisociales (A-D) de Nicolás Seisdedos (1988). En cuanto a los resultados se confirma la existencia de una correlación significativa y de tipo inversa ( $p < 0.05$ ,  $r = -.276$ ) entre bienestar psicológico y conducta antisocial, concluyendo que aquellos estudiantes que poseen niveles mayores de conducta antisocial, presentan menores niveles de bienestar psicológico.

Huamani Mendoza (2019) realiza el estudio titulado “Bienestar psicológico y conductas antisociales en estudiantes de tercero a quinto de secundaria de tres instituciones educativas públicas de Los Olivos”. Plantea como objetivo identificar la relación entre el bienestar psicológico y las conductas antisociales en los estudiantes predeterminados, el tipo y diseño de estudio fue descriptivo correlacional con un diseño no experimental y de corte transversal. Contó con la participación de 250 escolares de tercero a quinto de secundaria, para lo cual se aplicó, los instrumentos de la Escala de Bienestar psicológico (BIEPS-J) de María Casullo y el Cuestionario de Conductas Antisociales en la Infancia y Adolescencia (CASIA) de María Gonzales Martínez. Respecto a los resultados, se obtuvo la presencia de una correlación inversa y de intensidad moderada entre ambas variables ( $p < 0.05$ ,  $r = -.581^*$ ), dando a entender que a mayor presencia de bienestar psicológico menor será la presencia de conductas antisociales.

Gutiérrez et al. (2020) “Apoyo social de familia, profesorado y amigos, ajuste escolar y bienestar subjetivo en adolescentes peruanos”. La finalidad de dicho estudio es analizar las relaciones de la percepción de apoyo social (de familia, profesorado, amigos) y el bienestar subjetivo de los adolescentes, mediado por su ajuste escolar. Participaron 1035 alumnos con edades entre 12 y 16 años pertenecientes a diferentes colegios de la ciudad de Lima, las pruebas usadas fueron: Apoyo de la familia y de los amigos (AFA-R) (González Ramírez & Landero Hernández, 2014) apoyo del profesorado (Moreno et al., 2012) y Ajuste escolar (Ishida, 2009) la percepción de bienestar de los adolescentes se midió con la escala de “satisfacción con la vida” y el “balance afectivo”. Hubo una correlación es significativa con un valor de  $p < .05$  por lo que los resultados del modelo

estructural final mostraron una alta capacidad predictiva del apoyo social (familia, profesorado y amigos) sobre el ajuste escolar y de este sobre el bienestar de los adolescentes. Además, se encontró un potente efecto del apoyo de la familia sobre el bienestar subjetivo de los adolescentes peruanos.

Balcázar Salinas (2020) realizó la investigación nombrada Bienestar psicológico y relaciones interpersonales en adolescentes de una institución educativa pública de un caserío de la provincia de San Pablo-Cajamarca, teniendo como propósito el determinar la influencia del Bienestar Psicológico en las Relaciones Interpersonales de los adolescentes, en la cual participaron 100 adolescentes con edades entre 13 a 14 años. Los instrumentos usados para la investigación fueron el cuestionario tipo Likert de 40 ítems y la Escala de Bienestar Psicológico en Jóvenes (BIESP-J). Los resultados indicaron la existencia de una correlación altamente significativa  $**p < 0.01$  entre ambas variables y un nivel adecuado de bienestar. Concluyendo que los estudiantes logran relaciones satisfactorias con sus semejantes y un bienestar psicológico satisfactorio.

Injo Ulloque (2020) en el estudio titulado “Funcionamiento familiar y bienestar psicológico en estudiantes de una institución educativa pública, Lambayeque, 2019”, tuvo como objetivo relacionar el funcionamiento familiar y bienestar psicológico en estudiantes de una institución educativa pública de Lambayeque, el diseño empleado para el estudio fue de tipo observacional, prospectivo transversal y analítico, usando una población de 127 alumnos. Así mismo, se usaron los instrumentos como la escala de evaluación de cohesión – adaptabilidad familiar (FACES IV) y la escala de bienestar psicológico para jóvenes (BIEPS J). Obteniendo como resultado la presencia de

correlación con un valor de  $p < 0,035$  entre funcionamiento familiar y bienestar psicológico.

Tello Illa (2020) desarrolla la investigación denominada “Niveles de adaptación de conducta en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Pública de la Provincia de Urubamba, Cusco - 2017”. El objetivo fue encontrar los niveles de adaptación de estudiantes del nivel secundario, se empleó un diseño no experimental de corte transversal y el Inventario de adaptación de conducta (IAC) a un total de 212 alumnos comprendidos desde 1° a 5° grado, Respecto a los resultados se concluyó que los estudiantes de primero a quinto de secundaria presentan un nivel bajo de adaptación de conducta con un 54,3% del total, seguido del 42,2% de la población y por último el nivel alto con el 0,5%.

Arribasplata Carrasco (2021) en la investigación nombrada “Clima social familiar y adaptación de conducta en adolescentes de una institución educativa pública de la ciudad de Cajamarca -2020”, tuvo el objetivo de determinar la relación entre el clima social familiar y la adaptación de conducta en adolescentes de una institución educativa pública. El diseño usado para la investigación fue no experimental de corte transversal y los instrumentos empleados son la Escala de clima social familiar y el Inventario de adaptación de conducta. La aplicación de dichos instrumentos fue a 197 estudiantes de entre 11 y 17 años. Dando como resultados la existencia de una correlación directa entre clima social familiar y adaptación de conducta ( $Rho = ,821$ ), al igual que las dimensiones de adaptación y clima social familiar ( $Rho = 713,809$ ).

Cruz Cachi (2022) en el estudio nombrado “Funcionalidad familiar y bienestar psicológico en adolescentes de una institución educativa nacional de Lima Metropolitana” se tuvo como objetivo determinar la relación entre la funcionalidad familiar y bienestar psicológico en adolescentes. El diseño de este estudio es no experimental, de tipo descriptivo, comparativo y correlacional, de corte transversal, se utilizó a 358 jóvenes de edades entre 14 y 18 años a quienes se les aplicó la escala de evaluación de cohesión y adaptabilidad (FACES III; Olson, Portner y Lavee, 1982) y la escala de bienestar psicológico para jóvenes adolescentes (BIEPS – J; Casullo y Castro, 2000). Por último, los resultados obtenidos revelan una correlación significativa y baja entre la dimensión cohesión de la funcionalidad familiar y el bienestar psicológico ( $p < .01$ ,  $r = .346$ ), así como también una correlación significativa y baja entre la dimensión adaptabilidad y el bienestar psicológico ( $p < .01$ ,  $r = .315$ ), sin embargo, los adolescentes mostraron un nivel promedio (65%) de bienestar psicológico.

### **2.1.3. A nivel Regional o Local**

Cipriano Chávez (2016) realizó un estudio sobre “Valores interpersonales y adaptación de conducta en adolescentes” en una muestra de 182 estudiantes con edades de entre 12 a 17 años de edad de una institución educativa estatal de la ciudad de Trujillo”. Se planteó como objetivo determinar la relación que existe entre los valores interpersonales y la adaptación de conducta en los adolescentes secundarios de dicha I.E. estatal, se utilizaron el Cuestionario de Valores Interpersonales (Gordon, 1960; adaptado por Higuera & Pérez, 1972) y el Inventario de Adaptación de Conducta (De la Cruz & Cordero, 1993). El resultado de la dimensión de adaptación de conducta es; nivel medio en la adaptación escolar 47.3%; nivel bajo en adaptación personal 48.9%, familiar 67.0%

y social 55.0%. Concluyendo de ese modo que existe una correlación positiva de nivel significativo  $*P<.05$  entre ambas variables del estudio.

Salvador Chu (2016) en su investigación “Bienestar psicológico y habilidades sociales en alumnos de primer grado de nivel secundario de una institución educativa particular de la ciudad de Trujillo” el total de los participantes son 101 adolescentes matriculados, el objetivo pretende hallar correlación existente entre las variables de estudio, para la evaluación se aplicó el BIEPS-J y la lista de chequeo de habilidades sociales (LCHS). Los resultados bajo la prueba de Spearman refieren que existe correlación directa y muy significativa  $**p<.01$  entre ambas variables, de tal forma que cuando los niveles de bienestar psicológico se mantienen estables o se incrementan sucede lo mismo con las habilidades sociales, por el contrario, ambas disminuyen.

Casalino Ortiz (2017) realizó en la ciudad de Trujillo, la tesis titulada “Bienestar psicológico y clima social escolar en alumnos de 1er. y 2do grado de nivel secundaria de una institución educativa nacional”, el objetivo fue analizar la relación entre el bienestar psicológico y el clima social escolar en alumnos del nivel secundario de una Institución Educativa Nacional de Trujillo. El diseño es descriptivo–correlacional, la muestra estuvo compuesta por 200 estudiantes del primero y segundo grado de secundaria, a quienes se les aplicó la escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-J) y escala de Clima Social Escolar (CES). Finalmente se encontró correlación altamente significativa  $**p<0.01$  directa y en grado medio entre bienestar psicológico y clima social escolar. Los niveles para las dimensiones del bienestar psicológico son: control 54.9 % nivel medio, vínculos psicosociales nivel alto con un 39.3%, proyectos personales 45.1% nivel medio y aceptación nivel medio con un 36.1%. Frente a ello se considera de vital importancia el

estudio de dichas variables para el desarrollo personal, físico y emocional de los adolescentes.

Izquierdo et al. (2018) desarrolló su investigación de la “Inteligencia emocional y adaptación de conducta en adolescentes de una institución educativa del centro poblado de Sausal”, como objetivo se planteó establecer la relación que existe entre Inteligencia emocional y adaptación de conducta en adolescentes. El estudio es de tipo Correlacional; Los participantes son 60 adolescentes de entre 15 a 17 años, estudiantes del último año de educación secundaria. Los instrumentos utilizados para la evaluación fueron el Inventario de Inteligencia Emocional – NA de BarOn ICE y el Inventario de Adaptación de Conducta – IAC. Los resultados indican una predominancia de inteligencia emocional Adecuada de 66.4%; el 19.8% se encuentra dentro de un nivel Muy Desarrollado y un 13.8% está en un nivel Por Mejorar. Por su parte los niveles de adaptación de conducta en los adolescentes se sitúan en un nivel Medio con 70.9%, un 16.7% equivale a un nivel Alto y un 12. % engloba el nivel Bajo. En conclusión, la correlación es positiva y muy significativa ( $r=0.834$ )  $**p<0.01$  entre las variables abordadas.

Quiroz Murga (2018) en su estudio titulado “Clima social familiar y conducta social en estudiantes de tercero de secundaria de una institución educativa de Trujillo”, tuvo como propósito el determinar la relación entre Clima Social Familiar y Conducta Social en estudiantes, de tercero de secundaria de una Institución Educativa, el diseño empleado es descriptivo correlacional, los participantes fueron 80 estudiantes de 13 a 15 años a quienes se aplicó la Escala del Clima Social Familiar (FES) y la Batería de Socialización (BAS – 3). El resultado muestra la presencia de una correlación muy significativa  $**p<.01$  entre ambas variables estudiadas. Concluyendo de ese modo que el

clima social familiar que el adolescente percibe en casa, influye en la conducta que muestra frente a su entorno social.

Requejo Altamirano (2022) desarrolla un estudio acerca del “Clima social escolar y bienestar psicológico en estudiantes de quinto año de secundaria de una institución educativa de Trujillo”, planteando como objetivo determinar la relación entre clima social escolar y el bienestar psicológico en alumnos del nivel secundaria de un colegio de Trujillo. El diseño empleado es descriptivo correlacional de corte transversal, el cual utilizo 41 estudiantes de ambos sexos del último año del nivel secundaria. Las pruebas aplicadas fueron el Cuestionario de Clima Social Escolar y la Escala de Bienestar Psicológico en adolescentes. En los resultados, las dimensiones de bienestar psicológico como es autoaceptación ( $r=.429$ ,  $p<.01$ ), relaciones positivas ( $r=.506$ ,  $p<.05$ ), dimensiones dominio del entorno ( $r=.359$ ,  $p<.05$ ), y crecimiento personal ( $r=.427$ ,  $p<.01$ ) respecto a la variable clima social escolar hay una relación positiva y significativa, por otro lado, las dimensiones restantes que son autonomía ( $r=-.121$ ,  $p>.05$ ) y propósito de vida ( $r=.289$ ,  $p>.05$ ) no hay una correlación significativa sobre la variable clima social escolar.

## **2.2. Marco teórico**

### **2.2.1. Abordaje de adaptación de conducta**

#### **2.2.1.1 Definición de adaptación de conducta**

Cordero y de la Cruz (2015) refieren que la adaptación de conducta implica auto aceptarse física y psicológicamente, reconocer y regular los pensamientos, emociones y

sentimientos en los diferentes ámbitos de desarrollo, mostrando adecuación en su ambiente familiar, con sus pares dentro del contexto educativo y fuera de ello con sus amigos o grupo de personas pertenecientes al ámbito sociocultural que lo rodee.

Por otra parte, para Sandoval y Real (2016) adaptación conductual, son los procesos que permiten a la persona modificar sus esquemas comportamentales o sus conductas dejando de lado la práctica de rutinas poco sujetas a las normas para dar lugar a nuevas estrategias y formas de comportarse, respetando las reglas predominantes dentro de la sociedad hasta poseer un buen desenvolvimiento en las diversas facetas de su desarrollo personal.

Sarason (citado en Chuna de la Cruz, 2017) la adaptación conductual es considerada como la fortaleza o dote intrínseco de la persona para poder reestructurar, modificar y efectuar cambios para adecuarse de forma biopsicosocial dentro de su medio. Adaptarse también implica regular ciertos rasgos de la personalidad en el momento oportuno a fin de evitar posibles perturbaciones en sí mismos como en los demás, de tal modo que sus capacidades, aspectos personales y la influencia social terminen siendo inherentes al desarrollo de la adaptación conductual.

Así mismo Cordero y de la Cruz (citado en Lázaro et al. 2019) señala que la adaptación conductual es la capacidad que el individuo posee para aceptar y moldear su conducta con determinadas pautas o esquemas que favorezcan el progreso de su crecimiento propio como interpersonal partiendo desde la aceptación de sus cambios hasta la aprobación y puesta en práctica de las normas sociales para contar con

predisposición de cambio y adecuación frente a ciertos comportamientos o conductas desalineadas de la norma.

La adaptación de conducta entonces, implica que el individuo use la capacidad de adecuación frente a los diversos cambios que la etapa adolescente despliega de forma biopsicosocial, a fin de que le permita ser una persona equilibrada en lo personal, familiar y social, aceptando sus propias cualidades, características, analizando sus necesidades y respetando las demandas que están impuestas en la sociedad, las mismas que se encargan de regular el comportamiento y generar bienestar y desarrollo en la ciudadanía y el entorno en su conjunto.

Mientras que para Bazán y Tapia (citado en Araujo Vega, 2019) el adaptarse implica pasar por procesos complejos, por el mismo hecho de que en el periodo de la adolescencia la persona puede tener ciertas percepciones limitantes frente al contexto donde se esté desarrollando, los mismos que pueden desencadenar sentimientos perturbadores o frustrantes, pudiendo conducir hacia apariciones riesgosas o hasta generar niveles de desadaptación conductual en el individuo.

Para Aragón y Bosques (citado en Simbrón Mendoza, 2019) manifiestan que adaptación conductual guarda relación con el buen manejo de las emociones, así como de su propia identificación personal, a ello se suman otras demandas las cuales se relacionan con los aspectos de personalidad, su capacidad de relación interpersonal y la flexibilidad frente a alguna necesidad. Toda persona con capacidad de adaptación demostrara que puede asumir control ante las emociones que experimente en cualquier momento consigo mismo y con los demás, evidencia capacidad para asumir retos y responsabilidades,

muestra autonomía y suficiencia para el desarrollo de actividades, se muestra activo y persiste hasta alcanzar las metas que se plantee, su relación interpersonal suele ser positiva y evita el abrumarse de preocupaciones o problemas que le generen desequilibrio o desmotivación personal.

Por su parte López et al. (citado en Paredes Miranda, 2020) establece que adaptación conductual es un cualidad o aspecto que toda persona debe tener para poder generar vínculos saludables con su entorno el cual permita moldear sus esquemas conductuales y cognitivos hasta conseguir aceptación. Es por ello que la adaptación no sólo es un aspecto personal sino también social en la que se integran ambos procesos, la influencia de la sociedad en la conducta del individuo y el individuo emitiendo sus propias conductas hacia la sociedad.

Consecuentemente, Montero (citado en Paredes Miranda, 2020) afirma que la adaptación es definida como un conglomerado de cualidades, destrezas y habilidades que el individuo debe desarrollar y poseer para que permitan desde el plano social, relacionarse adecuadamente, pudiendo poseer autonomía y suplir sus necesidades de índole básica o gestionar sus prioridades como parte de su bienestar e idealización personal.

Es así que, Vidals (citado en Paredes Miranda, 2020) Alude que poseer una conducta adaptada es responder de manera óptima a los cambios dados durante la etapa del desarrollo y permitir que estas favorezcan gratamente cualquier demanda personal, social, familiar e incluso educacional, así mismo, simboliza flexibilidad para acomodarse a todo lo nuevo o diverso que se presente, bajo perspectivas coherentes y reguladas desde

una opinión propia y de los demás, de tal manera que haya acogida y aceptación interactiva dentro de cualquier entorno o espacio donde el adolescente habite.

Por tanto, la adaptación de conducta permite que el individuo integre todas las dimensiones de su cualidad humana, las sujete de forma adecuada y facilite el proceso adaptativo sin complicaciones a lo largo del periodo adolescente, etapa que comprende cambios a nivel físico, hormonal, emocional y comportamental. Teniendo en cuenta los cambios presentes se espera que el adolescente tenga la capacidad para asimilar, reconocer, aceptar y corregir actitudes y comportamientos bajo pautas responsables y válidas socialmente para garantizar su propia tranquilidad, su buen desarrollo y de los demás.

#### **2.2.1.2. Modelos Teóricos**

##### **2.2.1.2.1 Teoría del aprendizaje social:**

Bandura (citado en Araujo Vega, 2019) refiere que las conductas son adquiridas mediante el aprendizaje por observación, ello implica que el adolescente adquiere ciertos modelos representativos de manera simbólica para fusionar sus acciones, posterior a ello el aprendizaje que adquiera se filtra por procesos cognitivos en el que actúa la memoria, atención, la percepción entre otros, los mismos que actuarán en la decodificación de información relacionada que servirá como referente hacia las conductas que se manifiesten consecutivamente, sin embargo a esto se suma la importancia motivacional de las expectativas que el individuo tenga frente a lo que está haciendo, es decir frente a una acción puede, bien esperar elogios o mensajes desaprobatorios.

Entonces lo mismo ocurre con la adaptación conductual, el tipo de rol que juega el grupo primario dentro del hogar, los vínculos de amistad, el ambiente o contexto educativo e incluso toda la sociedad puede repercutir y hacer énfasis de forma positiva o negativa en el aprendizaje cognitivo o conductual que el individuo vaya adoptando, pues, depende mucho de ello, para que la persona desarrolle ciertos patrones adaptativos o desadaptativos (Bandura citado en Araujo Vega, 2019).

Es por ello que dicha teoría pretende explicar la influencia del entorno en el aprendizaje de los seres humanos, sin embargo, influye también la forma como el adolescente se adecue al medio y busque desarrollar una conducta adaptada bajo las determinaciones establecidas y estas sirvan de referente para que el individuo moldee sus actitudes, comportamientos, emociones y sentimientos, aceptando y respetando las demandas externas para mantener una buena convivencia.

Finalmente, gracias al entorno, el individuo podrá visualizar a sus semejantes y asimilar los cambios como propios, sin sentirse ajeno o extraño a ello, además de recibir opiniones de validación o desacuerdo para conservar o modificar ciertos aspectos de índole personal o interpersonal.

#### **2.2.1.2.2. Teoría cognitiva – evolutiva.**

Piaget (citado en Saavedra Moya, 2017) refiere que, así como surgen los cambios físicos, comportamentales, orgánicos y hormonales también se da el desarrollo cognoscitivo, el cual permite al individuo adoptar estilos y nuevas formas de pensar, incrementar sus conocimientos, destrezas y habilidades como parte del proceso de

aprendizaje y formular nuevas ideas que facilite despertar un pensamiento más racional y funcional en la próxima etapa de la adultez.

Alrededor de los 11 años hasta aproximadamente los 18 cada individuo pasa por diversas formaciones, desde lo personal, escolar, familiar y social, en cada espacio podrá moldear aprendizajes dependiendo del grado de flexibilidad adaptativa que tenga, es así que durante todo el proceso la persona irá creando su propia forma de pensar, por ende la madurez cognitiva que adopte si es dentro de lo esperado favorecerá la conciencia y premeditación en el desenvolvimiento adaptativo y comportamental además de incrementar sus aptitudes, sus habilidades sociales y la sintonía entre los valores sociales y sus propios valores (Piaget citado en Saavedra Moya, 2017).

Es por cuanto que el área cognitiva juega un papel importante en relación con la adaptación conductual; del manejo cognitivo depende que el adolescente despliegue consecuentemente una conducta regulada hacia sí mismo como a su círculo próximo o la sociedad en su conjunto. Gracias al aprendizaje y los esquemas cognitivos moldeados y alimentados de saberes concordantes con las buenas prácticas es que el individuo logrará afrontar con objetividad los numerosos episodios cambiantes que le toque vivir en diversos contextos que se encuentre consiguiendo aceptación y acogida sin ningún tipo de denigraciones hacia su personalidad.

#### **2.2.1.2.3. Teoría Ecológica del desarrollo humano.**

González y Pedroza (citado en Martínez et al., 2018) nombran la teoría de Bronfenbrenner donde se habla acerca del desarrollo humano en la que incluyen a los procedimientos ambientales en relación con la estructuración de los sujetos frente a su

medio próximo en donde están los amigos, compañeros de clase, familia y contexto educativo, ámbitos que suman en el adolescente al darse la construcción de la adaptación conductual.

Del mismo modo Greve Silva (como se citó en Ortega et al., 2021) señalan que dentro de dicha teoría Bronfenbrenner plantea sistemas para explicar paso a paso como el individuo atraviesa por cambios físicos y psicológicos desde la etapa inicial hasta después de la adolescencia, es por ello que nombra a ciertos niveles o también llamados sistemas, el macrosistema, microsistema, exosistema y el ontosistema.

Así también Denegri y Sepúlveda (citados en Ortega et al., 2021) señalan que dentro del Ontosistema, los valores internalizados, el sistema de creencias, los estilos cognitivos, las formas de resolución de conflictos, las características de personalidad, los estados de ánimo, la práctica de crianza y en general la propia historia de vida de la persona son considerados como aspectos propios del ser humano.

Por su parte dentro del exosistema se encuentra la amplia gama institucional y las organizaciones comunitarias que velan por las familias, los individuos y el sistema cultural en general. Es por ello que dentro de este conjunto se encuentra el sistema educativo, sistema de salud, los sistemas policiales y judiciales, así como los que se encargan de gestionar la seguridad, protección y respaldo a las organizaciones religiosas; medios de comunicación, el contexto laboral y las organizaciones gubernamentales y no gubernamentales (Gueller et al. citado en Ortega et al., 2021).

Por ello, el Sistema Macro hace mención al conjunto de aspectos que influyen en la formación del individuo, en el cual se incluyen constructos ideológicos como parte de

creencias familiares, las reglas y normas establecidas y los principios o valores que se conservan dentro del ambiente sociocultural y familiar. Todos estos aspectos juegan cierta importancia como determinantes frente a los comportamientos, reacciones y pensamientos cognitivos que la persona conserve y exprese (Aragón; Watkins y Cousins citados en Ortega et al., 2021).

Pero el sistema micro es el contexto más próximo al individuo, espacio donde la persona se desarrolla y relaciona, realiza actividades, experimenta los estilos y formas de convivencia y cumple roles como parte de sus responsabilidades, por ende el contexto principal en este sistema es la familia, la misma que es considerada como el primer grupo social al que pertenece el sujeto, espacio donde se da la formación que bien puede ser positiva sobre la base de afecto, cuidado y disciplina o disruptiva generando comportamientos desadaptados que interfieran su buen desarrollo e interrelación (Bronfenbrenner y Torrico citados en Parra y Rubio 2017).

Entonces básicamente esta teoría explica cómo el individuo es rodeado de sistemas o niveles que influyen en su desarrollo moral, cognitivo e interpersonal, dichos sistemas permiten al ser humano conocer cómo se maneja el medio donde habitara, cuáles son las normas o creencias a las que deben sujetarse y respetar; en este caso como la adolescencia suele ser una etapa compleja y vulnerable dichas reglas o constructos positivos son los que apoyan moldeando todo lo inherente a la cualidad humana, todo ello con el propósito de que el adolescente consiga una actitud adaptada, en la que la práctica de valores y buenos hábitos sea visto por los demás como una destreza, por el contrario si el sujeto no puede desarrollar esta capacidad de adaptación

conductual lo más probable será que desarrolle diversos problemas a nivel familiar, social, educativo e incluso personal.

#### **2.2.1.2.4. Teoría de la anomia.**

La anomia es explicada en función de que la sociedad suele encargarse de la integración social y regulación, por tanto, si el aspecto de regulación conductual es descuidado surge la anomia provocando desorden y retraimiento en vida del individuo consecuentemente incumplimiento de las normas y creencias culturales.

Durkheim (citado en Huerta et al., 2023) refiere que la sociedad puede ejercer control sobre la regulación conductual de los individuos para garantizar la seguridad conjunta, sin embargo, esta se ha visto doblegada por las particularidades, gustos e interés que los individuos han insistido en hacer prevalecer, inmerso a ello suelen darse ciertos desajustes en cuanto al cumplimiento de las normas dando lugar a daños y agravios hacia sí mismos o a los demás.

Durkheim (citado en Huerta et al., 2023) considera que la moral, disciplina y educación actúan como aspectos útiles frente a la adaptación y aceptación de las normas propuestas que se encargan de generar cierta regulación, no solo en la conducta sino también en los deseos o necesidades que estos presenten, es por ello que la disciplina al cohesionar con la educación moral no solo pretende corregir o evitar ciertas conductas poco objetivas sino también se enfoca en plantear deberes que deberán ser cumplidos o puestos en práctica para incrementar la acogida e involucramiento social.

Tanto la regulación, disciplina y educación moral promueven la regulación conductual favoreciendo la adaptabilidad en los seres humanos, sobre todo en los adolescentes quienes hallándose en dicha etapa están expuestos a diversos cambios y normativas en las que hay pautas que cumplir y respetar, las mismas que buscan moldear las actitudes y los comportamientos de las personas a fin de alinearlos dentro de lo esperado y aceptado por el entorno, beneficiando el orden y la buena convivencia interpersonal.

Por su parte Merton (citado en Araujo Vega, 2019) planteó ciertas actitudes que los adolescentes suelen mostrar en el proceso de adaptación conductual, la primera respuesta tiene que ver con la conformidad, esta resulta ser una práctica muy habitual en los adolescentes pudiendo instalarse como un hábito en su vida y repetirse, el siguiente aspecto es el innovar, a menudo las normas son recibidas y asumidas, sin embargo tras darse alguna implementación cierto grupo de personas confunden su objetividad y dan lugar a las irregularidades, otra de estas respuestas es el ritualismo, la misma que explica cómo los adolescentes suelen dejar inconclusos sus proyectos o metas al experimentar esporádicamente algún logro, es como haber sacado una buena nota en el examen bimensual sin haber estudiado mucho y creer que esto se repetirá, finalmente están las respuestas de retraimiento y rebelión, las de retraimiento explican cómo el individuo evita la interacción social, mientras que la rebelión es el desacuerdo que el sujeto muestra con las normas e intenta modificarlas por otras en las que primen su conveniencia y libertad de poder actuar y comportarse impulsivamente sin importar el bienestar ajeno.

Dicha conjetura de la anomia explica como faltar a las normas y el transgredir los acuerdos vigentes va a generar tanto en el individuo como en la sociedad problemas de convivencia y adaptabilidad, es por ello que diversos autores empezando por Durkheim explica cómo es que la persona puede mantener la moral y la práctica de los valores y en qué momento surge el desequilibrio, por su parte Robert Merton acota que la anomia es producto de la desintegración de la sociedad, el paso del tiempo va debilitando las normas sociales y el logro de objetivos bajo conductas comprometidas por lo que existen aspectos reguladores dentro de la sociedad e instituciones que gestionan el modo alcanzable de tales metas trazadas, contrastan la sujeción de las normas con la presencia de la adaptación conductual o la falta de éstas al ser evadidas las reglas.

#### **2.2.1.2.5. Teoría de desarrollo psicosocial**

Erikson citado en Gaete (2015) señala que en la etapa adolescente surge la búsqueda de la identidad, dicha identidad yoica permite a los adolescentes saber quiénes son, por lo que lograr dicha identidad personal implica sostener confianza frente a los diversos cambios que debe afrontar. Por su parte la sociedad también influye en la contribución del yo del adolescente, cada cambio o etapa es considerada como una crisis que debe ser superada con éxito, por el contrario puede perjudicar el proceso de adaptación del adolescente, frente a esto, el individuo tiene la capacidad adquirir aprendizaje de todas las situaciones complejas que le tocó vivir, pues las crisis son consideradas como condiciones que fortalecen la identidad y la capacidad de respuesta para afrontar y adaptar sus comportamientos y actitudes ya sea en el entorno familiar, educativo, social e incluso personal. Finalmente, Erikson señala que en la adolescencia

el desarrollo de la competencia emocional y social se encargan de regular y equilibrar las emociones, así como de favorecer las buenas relaciones interpersonales sobre la base de respeto y empatía social.

Así mismo Erickson (citado en Moreno Saavedra, 2020) explica cómo el individuo durante su desarrollo evolutivo es expuesto a experimentar y atravesar un sinnúmero de adversidades constantes en las cuales cada persona haciendo uso de sus recursos tiene la capacidad para agrupar destrezas o habilidades para afrontar las diversas situaciones engorrosas que se le presenten.

Es por ello que dicha teoría permite explicar acerca de los aspectos sociales donde el adolescente debe demostrar su vigor, energía y su propia motivación desde su mundo interno, teniendo en cuenta que su poder y fortaleza es su propia personalidad, así mismo el individuo a temprana edad debe contar con la capacidad de ampliar su formación sujetando sus comportamientos con buenos métodos y estrategias para sobrellevar experiencias críticas o manejar conflictos y evidenciar disposición de temple emocional y asimilación interpersonal procurando no dejarse influir peyorativamente con las complicaciones que pueden surgir durante el desarrollo o avance en el tiempo ya sea en su personalidad o en el proceso de adaptación conductual que debe ser moldeado con mucha responsabilidad por sí mismo.

#### **2.2.1.2.6. Teoría Cognitiva Conductual**

Aguirre (citado en Chuna de la Cruz, 2017) refiere que la teoría cognitiva conductual dentro de la adaptación tiene la capacidad de desarrollar o no ciertos patrones o hábitos de conducta en la persona, para que esto suceda existen dos grupos,

el primero de ello tiene que ver con los interés, gustos, preferencias y deseos de la propia persona y el restante tiene que ver con los mismos aspectos pero ligados a ajustes en relación con la sociedad, es decir relacionar y sujetar sus preferencias, deseos, gustos y necesidades teniendo en cuenta el entorno donde se desarrolle a fin de no turbar ni desplegar irregularidades con los demás.

Por otra parte esta teoría busca explicar cómo el individuo puede ser capaz de regular y canalizar sus pensamientos y emociones de tal forma que su reacción conductual sea de manera consciente, teniendo en cuenta que todo aquel pensamiento no regulado correctamente desencadenara afecciones en el sentimiento, de igual forma, la conducta, actitudes o acciones no correctas afectara tanto a los sentimientos como pensamientos y finalmente las emociones al no ser ajustadas y controladas adecuadamente va a afectar tanto al pensamiento como a la conducta (Aguirre citado en Chuna de la Cruz, 2017)

Entonces la importancia de que el adolescente en dicha etapa logre tener un buen ajuste a nivel cognitivo y conductual deberá ser indispensable ya que esto permitirá demostrar un buen desenvolvimiento en las diversas facetas de su vida, conseguir regular sus pensamientos, emociones y adecuar una correcta postura conductual lo cual será de beneficio personal ya que los niveles de premeditación en los adolescentes se incrementaran facilitando medir riesgos o consecuencias y la adaptación en su entorno no le resultará complicado.

### 2.2.1.3. Dimensiones de la Adaptación de Conducta

De acuerdo con Cordero y de la Cruz (citado en Luque, 2015) las dimensiones de la adaptación de conducta son las siguientes:

- **Área personal:** Los puntajes bajos en esta dimensión hacen referencia a la reacción de inseguridad o incertidumbre ante los cambios orgánicos, físicos o emocionales que experimenta la persona; así como los sentimientos de inseguridad o rechazo ante el desarrollo del propio cuerpo. Por otro lado, los puntajes altos hacen referencia a que puede ser capaz de tener confianza y seguridad en sí mismo, poseer autoestima, aceptación frente a los cambios y tener facilidad para conservar y poseer control de sus emociones en sentido positivo frente a diversas situaciones (Cordero y de la Cruz citado Luque, 2015).
- **Área Familiar:** Los puntajes bajos hacen referencia a que los adolescentes presentan reacciones bruscas o críticas, surgen desacuerdos en la dinámica de los integrantes del hogar y desacato a las normas, falta de conciencia y compromiso sobre las mismas, por lo que surgen pensamientos y deseos de separación e independencia del círculo paternal y fraterno. Por otro lado, los puntajes altos indican la presencia de una buena convivencia familiar, vínculos fuertes, donde la unión, respeto y afecto mutuo prima entre sus miembros y las reglas establecidas en el hogar terminan siendo aceptadas y cumplidas (Cordero y de la Cruz citado Luque, 2015).
- **Área Escolar:** Los puntajes bajos tiene que ver con el abandono o retraso académico, inasistencia con las clases, limitación y problemas para el logro de enseñanza, falta de adaptación al contexto educativo mostrando desobediencia o rebeldía frente las reglas establecidas y dificultad para generar un ambiente armónico entre sus compañeros o

profesores en la escuela. Por otro lado, los puntajes altos hacen referencia a comportamientos y actitudes adecuadas frente al sistema educativo, los estudiantes son capaces de adaptarse y aceptar la forma de enseñanza, los métodos, resultados pedagógicos, las normativas y mantener buenas relaciones interpersonales dentro del ambiente institucional (Cordero y de la Cruz citado Luque, 2015).

- **Área Social:** Los puntajes bajos denotan en el adolescente actitudes con presencia de dificultades, son capaces de tener reacciones conductuales erróneas, mostrar inseguridad y tendencia al aislamiento social e interpersonal. Sin embargo, los puntajes altos reflejan que son consciente de su rol dentro de la sociedad, cuentan con una actitud dinámica y activa a nivel social demostrando compañerismo y trabajo en equipo (Cordero y de la Cruz citado Luque, 2015).

#### **2.2.1.4. Factores que influyen en la adaptación conductual.**

Rodríguez (citado en Paredes Miranda, 2020) describe a la familia como un primer factor influyente en la adaptación conductual del individuo, no obstante, dicho factor puede variar, no siempre va a ser positivo ya que el abandono, desentendimiento y falta de muestras de afecto por parte de los padres puede ocasionar en el individuo baja autoestima, problemas para expresar sus emociones, actitudes sumisas, carencias afectivas, insatisfacción personal y dificultades para establecer vínculos o solucionar conflictos, sin embargo, si la persona goza de sólidos y cálidos estilos formativos dentro de su hogar, el individuo podrá tener mayor facilidad de adaptación por que desarrollara la capacidad de confianza y seguridad en sí mismo, autonomía, sabrá manejar y regular conflictos y su capacidad de interacción social podrá ser la más adecuada al medio.

Es por ello que la familia debe ser el ambiente más cálido y sólido que todo ser humano debe tener, el círculo familiar es el encargado del desarrollo de la identidad, autonomía y es considerado como la principal fuente formativa en educación y valores, de ello depende que el individuo muestre adaptabilidad gracias a que pudo recibir de sus padres cuidado, protección, amor y una crianza disciplinaria.

Montero y García (citados en Paredes Miranda, 2020) señalan que el factor de índole personal puede variar dependiendo del ritmo intenso con el que haya vivido las experiencias el individuo, aquí la influencia va a depender únicamente del adolescente, porque este es el encargado de poseer control sobre su seguridad, los sentimientos que conserve, que bien pueden ser favorables o desfavorables, el nivel de autoestima que él mantenga, el grado de madurez que el adquiera con los conocimientos que pueda aprender, los pensamientos positivos que el alimente, la seguridad y protección que construya para sí mismo y el encontrar satisfacción o agrado hacia su yo personal o hacia el espacio que habita.

La persona diariamente se enfrenta a diversas experiencias, algunas agradables otras desagradables, todas ellas generan en la persona, sentimientos emociones, reacciones e incluso comportamientos, por cuanto, es necesario tener control sobre ello, seleccionar y conservar lo positivo despojándose de lo negativo, de tal modo que todo lo relativo a lo personal deberá ser moldeado por el propio sujeto, de ello depende gran parte de su desarrollo, desenvolvimiento y soltura interpersonal bajo condiciones positivas.

Dentro del ámbito educativo también existen factores que influyen, según Pinzón (citado en Paredes Miranda, 2020) pone en primera instancia al nivel acogedor que la

institución educativa ofrezca al adolescente, es decir la comodidad y amabilidad con que el individuo sea recibido marcará la diferencia para su permanencia dentro de ella, otro aspecto importante dentro de este espacio es la actitud que el docente muestre, el dinamismo que le ponga a su enseñanza y la metodología didáctica que emplee además de demostrar que posee buen manejo de conocimiento y demuestre capacidad para resolver con claridad las diversas dudas que el alumno tenga y por consiguiente esta los espacios físicos, en la que el individuo al encontrar comodidad desplegará confianza y desarrolla el sentido de pertenencia hacia dicho ambiente generando adaptación y encontrando estrategias de afronte a los sentimientos angustiosos que pueden aflorar producto de la interface o cambios.

El contexto educativo por ser un espacio de formación es el encargado de funcionar de manera sistemática, ordenada y coherente, de ello depende que la persona no solo adquiera conocimientos teóricos y prácticos sino también adquiera y moldee conocimientos para la vida, que le permita desarrollarse en función de habilidades sociales para su buen desarrollo interpersonal.

Achenbach y Rescorla (citado en Paredes Miranda, 2020) finalmente está el factor social, dentro de este los aspectos que influyen en el individuo y le permiten alcanzar una correcta adecuación es no mantener predisposición para ocasionar o desarrollar problemas, contrariedades psicológicas o conductuales tales como la práctica de engaños, robos, falta o incumplimiento de las reglas, involucrar sus actitudes con malas prácticas o desarrollar altercados constantes, provocando intranquilidad en sí mismos como en los demás.

Entonces la persona para mantener una adaptación social deberá reconocer como no permitidos toda aquella actitud que genera intranquilidad colectiva, a fin de adoptar y conservar una actitud coherente bajo conceptos de respeto y responsabilidad social ya sea a los derechos humanos, el medio ambiente, a las prácticas laborales, religiosas, la comunidad y sociedad en su conjunto. Es por ello que todos los factores de acuerdo a sus características influyen en la capacidad adaptativa del ser humano.

Es así que Martínez y Almeida (2021) indican que las personas que han conseguido desarrollar una esperada adaptación conductual suelen contar con un mejor bienestar psicológico dado que experimentan su propia satisfacción personal el cual favorece el equilibrio anímico, teniendo en cuenta que son capaces de sobrellevar sus cambios, experiencias y situaciones alejados de alteraciones en la esfera emocional o de personalidad.

Mientras que para Gómez y De la Iglesia (2017) consideran que la adaptación de conducta favorece el bienestar psicológico ya que influye en la estabilidad, aceptación, desenvolvimiento social y satisfacción personal dado que la actitud y los recursos de afronte que empleen ante estresores diarios, conductas ansiosas o inseguridad podrán ser mejor manejadas desde la adecuada postura adaptativa, procurando evitar perturbaciones psíquicas que interrumpen la espontaneidad vivencial de los adolescentes en dicha etapa.

Es por ello que consideramos que el bienestar psicológico compensa satisfactoriamente la adaptación conductual que el individuo asume, dispone satisfacción física, psíquica y social, tratando de mostrar un buen desempeño como

miembro de un círculo familiar, educativo y social, siendo respetuoso de sus cualidades, fortalezas y debilidades, aceptándose y demostrando seguridad en sí mismo.

#### **2.2.1.5. Importancia de la adaptación de conducta en la adolescencia.**

Montero (citado en Tello Illa, 2020) Refiere que la adaptación de conducta tanto en la transición de cambios durante la etapa adolescente como en cualquier momento de la vida del individuo es importante, ampliar y fortalecer las habilidades adaptativas para responder objetivamente a la diversidad sociocultural humana y a las adversidades y complicaciones que se fomenten donde sin importar las condiciones la conducta se mantenga o cambie bajo una adecuada percepción hacia la búsqueda de satisfacción personal y colectiva por ser un ser social.

Por su parte Whitaker (citado en Simbrón Mendoza 2019) agrega otros aspectos de la importancia adaptativa, implica, desplegar responsabilidad social y ambiental, conservar y mantener satisfacción personal, independencia en el desarrollo de sus deberes, mostrar flexibilidad con los cambios, ideas y patrones cognitivos, practicar los valores, practicar generosidad, reconocer y respetar las culturas o costumbres de su sociedad, reforzar su identidad, desarrollar pensamientos positivos, sentir capacidad y seguridad personal, contar con energía y motivación constante, sentirse a gusto con su vida, disfrutar sin permitir esta sea abrumado de problemas o conflictos y demostrar ser resiliente frente a los obstáculos.

Finalmente, la adaptación de conducta en la adolescente resulta indispensable y su importancia recae en el desarrollo y gestión del bienestar psicológico he integral de la persona, el cual favorece el manejo equilibrado de las emociones, pensamientos y reacciones empleando flexibilidad a los cambios y apertura mental frente a situaciones

complejas, aspectos que predisponen a una mejor consolidación de personalidad del individuo y permite que su interacción familiar, escolar y social sea acogedor, seguro y armonioso sin generar en los demás molestias o preocupaciones, afrontando situaciones de crisis con mayor uso de recursos, adquiriendo madurez mental asumiendo cada experiencia de vida como enseñanza y fortaleciendo la práctica de habilidades sociales.

#### **2.2.1.6. Características de la adaptación de conducta en los adolescentes.**

Algunas características importantes que debe tener un adolescente con adaptación conductual, son; contar con un pensamiento positivo hacia sí mismo, sentir satisfacción con su vida, sobrellevar situaciones complejas y no permitir que los problemas le abrumen, desarrollar autonomía y ser perseverantes para alcanzar con éxito sus deseos y prioridades, mostrando flexibilidad frente a los cambios y siendo capaces de integrarse al entorno desarrollando buenos vínculos interpersonales, respetando los intereses ajenos y conservando los propios (Davidoff citado en Tello Illa, 2020)

Kazdin (como se citó en Chuna de la Cruz, 2017) agrega que otras de las características de la adaptación conductual en los estudiantes, tiene que ver con la expresión de un lenguaje coherente, uso de una comunicación efectiva para expresar sus inquietudes o reclamar sus derechos, evitar aludir a los demás física o verbalmente, utilizar y transmitir calma en situaciones de crisis, es decir poseer también manejo de sus emociones, ser consciente de sus inquietudes, deseos y saber manejar sus pensamientos, pudiendo mantener una relación favorable con sus pares, familia y educadores.

Sin embargo, eso no es todo, una persona adaptada refleja el nivel de capacidad que posee ante el cumplimiento de sus deberes o compromisos, valora sus cualidades y

destrezas e incluso es capaz de moldearlo o incrementarlo, así mismo, siente satisfacción frente a sus logros, es capaz de realizar diversas actividades con entusiasmo y alegría, asumen retos y enfrentan dificultades en la vida, saben expresar y manejar situaciones de frustración practicando paciencia o tolerancia, buscan tener en cuenta las consecuencias de sus actos, por lo que regulan sus actitudes, así mismo, tienen la facilidad de cuidar y mantener un favorable nivel de autoestima, se muestran seguros de sí mismos y de la aceptación que logran dentro de su entorno, por lo que son capaces de comportarse de forma espontánea logrando buena acogida y relaciones gratas mostrando empatía y serenidad frente al sufrimiento ajeno (Whittaker citado en Rodríguez Carranza, 2023).

Finalmente, las características permiten que las personas se diferencien o sean identificadas por la conducta, moral y actitud, de modo que la cordialidad, respeto y el buen clima en general se conserve y cultiven en todas las familias y centros de formación para que el espacio social sea un ambiente acogedor y seguro gracias al cumplimiento de las normas o leyes impuestas con la finalidad de ser reconocidos por la sociedad como elementos proactivos.

#### **2.2.1.7. Consecuencias de la desadaptación conductual en el adolescente.**

Aguirre y Nieve (citado en Jaime Morales, 2019) indican que en la etapa adolescente la persona al ser expuesta a muchos cambios o contar con débiles grupos de apoyo corre el riesgo de no poder desarrollar una adaptación de conducta esperada que favorezca las dimensiones de su vida, es por ello que dichas consecuencias más comunes que brotan en el adolescente con carencias adaptativas están entre las siguientes:

- Dificultades para vivir experiencias positivas en su misma etapa, es decir la adolescencia, debido al incremento de que esta se vuelva aún más crítica de lo que por naturaleza suele ser (Aguirre y Nieve citado en Jaime Morales, 2019).
- Recaer en prácticas delictivas, donde se infrinjan normas, se falte a la tranquilidad de los demás y se exponga peligros en la sociedad (Aguirre y Nieve citado en Jaime Morales, 2019).
- Hacer habitual la ingesta de alcohol o consumo de drogas que interrumpan su desarrollo cognitivo saludablemente o respondan con acciones impulsivas agraviantes hacia sí mismos o los demás siendo dominados por los vicios (Aguirre y Nieve citado en Jaime Morales, 2019).
- Poseer algún defecto físico, ello puede limitar el buen desenvolvimiento del individuo y sentir incompetencia para desarrollarse de manera plena dentro en los diferentes entornos a los que deba asistir (Aguirre y Nieve citado en Jaime Morales, 2019).
- Falta a las culturas respetadas y conservadas por su grupo primario o incluso social, ocasionando la aparición de desacuerdos o conflictos constantes (Aguirre y Nieve citado en Jaime Morales, 2019).
- Logros bajos frente a una respuesta normal o promedia en trascendencia académica hasta un extremo de abandono escolar (Aguirre y Nieve citado en Jaime Morales, 2019).
- Exposición precoz de prácticas sexuales, incluso evidenciando ciertos desconocimientos conllevando a contraer infección de transmisión sexual o ser

padres a temprana edad exponiéndose a asumir responsabilidades mucho más exigentes a su edad (Aguirre y Nieve citado en Jaime Morales, 2019).

También Ortuño et al. (citados en Martínez y Almeida, 2021) consideran que un adolescente que no desarrolla de forma esperada la su capacidad de adaptación conductual experimentara problemas de conducta que afecten de forma directa así sí mismo y a los demás, a nivel personal las dificultades manifestadas tendrán relación con el aspecto psicológico de la persona por ende habrá incremento de conductas ansiosas, mal manejo de las emociones incrementando los niveles de estrés, desanimo, decaimiento anímico, sentimientos de soledad he inferioridad así como angustia, temor y desconfianza en sus propias capacidades y el alcance de sus propósitos de vida, por su parte en relación a las dificultades que involucra la interacción y contexto social pueden ser expresados a través de la limitada capacidad de resolución de conflictos, conductas y reacciones agresivas o violentas, baja o nula tolerancia a la frustración, irritabilidad, omisión y faltas a las normas sociales e incluso en casos extremos consumo de sustancias psicoactivas los cuales deja más propensa la posibilidad de actos delictivos entre otras formas de respuesta que involucran aspectos tanto emocionales como comportamentales y que expresan la manera particular que cada uno tiene de responder a las experiencias.

## **2.2.2. Abordaje del Bienestar psicológico**

### **2.2.2.1. Definición de bienestar psicológico**

Gonzales (citado en Fernández et al., 2015) a través de la psicología humanista, considera que el bienestar psicológico es una meta global que la persona logra para sí misma pudiendo influir en su comunidad, siendo está conseguida cuando el ser humano

llega a alcanzar la trascendencia en diferentes aspectos de crecimiento personal y espiritual.

Así mismo, Ryan y Deci (citados en Muratori et al., 2015) mencionan que la satisfacción psicológica se manifiesta a través del proceso y obtención de los valores que nutren al individuo, aquellos que lo ayudan a desarrollarse como persona, dejando de lado los actos que solo producen regocijo o lo apartan del sufrimiento.

Del mismo modo Casullo et al. (citado en Cortez Vidal, 2016) define al bienestar psicológico a través de una perspectiva estrictamente subjetiva o personal, como serían las influencias positivas o negativas, la percepción de la persona sobre sus progresos en la vida, como el índice de satisfacción con lo realizado y lo que podrá hacer. Además, ignora el juicio que significa el comportamiento humano, pero mantiene lo que es la satisfacción de las experiencias humanas.

Mientras que Martín Cabrera (2016) señala que el bienestar psicológico, no solo abarca dimensiones sociales sino también las psicológicas y subjetivas, además de comportamientos que tienen estrecha relación con el optimismo como serían la vitalidad y fortaleza. Estas conductas se manifiestan generalmente en situaciones donde la persona se encuentra en dificultades o en situaciones estresantes, permitiéndole al individuo afrontar las situaciones como el ver el significado de la vida.

Diener (como fue citado en Gaxiola y Palomar, 2016) mencionan que a través de esta se expresa la manera como las personas reflejan y evalúan su vida a través de componentes como la satisfacción personal y, sus vínculos y lazos familiares, un estado de ánimo estable y las experiencias positivas.

Además, Diener (como fue citado en Gaxiola y Palomar, 2016) recalca que esto también posee componentes que son cambiantes y se mantienen estables al mismo tiempo, por lo tanto, el valor que se le dé a los eventos importantes será en medida al afecto que sea predominante el positivo o el negativo, es así que el bienestar psicológico presenta cambios circunstanciales dependiendo del afecto que predomine, también mantendrá una estabilidad a largo plazo.

Como se logra apreciar con las definiciones dadas por diversos autores, el bienestar psicológico tiene diversas interpretaciones y muchas de ellas varían; sin embargo, en lo que coinciden es sobre la perspectiva que el individuo logra crear sobre su vida en general además de la sensación de satisfacción que le genera ese pensamiento.

Así también Huppert (como fue citado en Ramos Peralta, 2021) presenta al bienestar psicológico como un estado de equilibrio entre sentirse bien y funcionar de manera eficaz, aclarando que este bienestar no requiere que la persona se encuentre “bien” todo el tiempo. Ya que, el experimentar emociones dolorosas es parte de la vida y que la persona logre manejar estas emociones es vital para conseguir el bienestar psicológico. Sin embargo, si estas emociones negativas son extremas o duraderas, comprometen el bienestar de la persona al interferir con la capacidad de funcionar en su vida diaria.

Además, el término “sentirse bien” también involucra emociones como como interés, compromiso, confianza y afecto. Y el funcionar de manera eficaz implica más lo

que es desarrollarse a uno mismo, tener control sobre sí, un sentido de propósito y tener relaciones positivas (Hupper, como fue citado en Merino Vela, 2022).

Entonces, se puede afirmar que el bienestar psicológico es un estado de satisfacción que la persona siente de forma prolongada y equilibrada, involucrando una perspectiva positiva de su vida respecto a su salud física, mental y emocional. Esto puede ser manifestado a través de sus logros personales (metas en el ámbito laboral como personal), su crecimiento como persona, sus relaciones tanto familiares como amicales y románticas. Así mismo, le permite desarrollar comportamientos de perseverancia y optimismo en momento de dificultades o crisis, mostrándose capaz de afrontarlas y seguir adelante.

## **2.2.2.2. Modelos teóricos del bienestar psicológico**

### **2.2.2.2.1. Modelo de Bienestar Psicológico – PERMA**

Seligman (citado en Meneses et al., 2016) planteaba con anterioridad como foco central de la psicología positiva a la felicidad, sin embargo, en un replanteamiento de su investigación, deja de lado la felicidad para centrarse en lo que es bienestar, donde este es un constructo que es formado por distintos elementos que pueden ser medidos. Para lo cual, estos elementos tenían que cumplir tres características, la primera contribuye con el bienestar psicológico, la segunda es que la gente lo busque para el bien propio y por último que estos elementos puedan ser definidos de forma individual.

De igual manera Seligman (como fue citado en Meneses et al., 2016) consideró la existencia de cinco elementos que cumplen con estas tres características, en los cuales

se encuentra la emoción positiva, este elemento se basa en las emociones positivas que la persona siente ya sea en el pasado, el futuro y el presente, con las emociones del pasado se tiene que cambiar la creencia de que el pasado nos determina, con el presente a través de actividades gratificantes como placenteras orientadas al crecimiento psicológico y con las del futuro, se emplea una perspectiva optimista y esperanzadora, la cual ayuda en la resolución de situaciones futuras (Seligman, como fue citado en García Alandente, 2014).

Como segundo elemento se tiene el compromiso, este elemento se manifiesta a través de un estado de concentración en el cual han llegado a perder el sentido de sí mismo, donde la persona no puede sentir o pensar en algo al estar tan enfocado con el trabajo que realiza (Seligman, como fue citado en Meneses et al., 2016).

Luego, como tercer elemento se tiene al sentido, este elemento hace referencia al sentido de pertenencia y de utilidad, donde uno siente que las cosas que realiza son de relevancia e importancia, además este elemento posee tanto un componente objetivo como subjetivo (Seligman, como fue citado en Meneses et al., 2016).

A continuación, se tiene el cuarto elemento, el logro o la realización, este elemento no solo busca el generar sentimientos positivos en la persona o darle un sentido a la vida, más bien se orienta en la obtención de logros materiales como sería la acumulación de riquezas. De ese modo, Seligman (como fue citado en Meneses et al., 2016) resalta que la persona tiene la elección de escoger de qué forma puede obtener su bienestar psicológico.

Por último, se tiene el quinto elemento, denominado relación positiva con otros, ya que estas relaciones positivas que se crean con las demás personas, tienen efectos positivos importantes al desencadenar los sentimientos, el compromiso o logro, a pesar de que estos sean componentes ya mencionados (Seligman, citado en Meneses et al., 2016).

Teniendo en cuenta los elementos anteriores, Seligman (como se citó en Ibarra y Domínguez, 2017) propone un modelo que propicia el bienestar el cual nombra “PERMA”, resaltando que estos cinco elementos que la conforman generan el bienestar en el momento de su unión.

Para Seligman usar el enfoque de la psicología positiva le permite dar una perspectiva diferente al bienestar psicológico sobre todo usando aportes que empleo de sus antiguas investigaciones para enriquecer el trabajo en el bienestar, donde los elementos que debían componerlo tenían que centrarse en el desarrollo del individuo, como se puede observar estos buscan el crecimiento y prosperidad del individuo en los diferentes aspectos de su vida hasta lograr desenvolverse con naturalidad antes las dificultades o situaciones imprevistas.

#### **2.2.2.2.2. Modelo Multidimensional de bienestar psicológico**

Ryff (citado en Meneses et al.,2016) toma como referencia otras teorías sobre el funcionamiento positivo y formula su teoría del bienestar psicológico donde integra los puntos similares que contenían esas otras teorías, las cuales dan paso a lo que serían las seis dimensiones importantes de la variable bienestar psicológico. Siendo éstas: la autoaprobación, control del entorno, propósito de vida, relaciones interpersonales

positivas, independencia y desarrollo personal. Tiempo después, la autora operacionalizó esas dimensiones para la creación del instrumento de medición de la variable.

El modelo multidimensional de Ryff creado a partir de su teoría integral, propone un modelo compuesto por seis dimensiones, estas dimensiones incluyen los retos que atraviesan los individuos en sus intentos por desempeñarse de forma total y poder desarrollarse en las capacidades que tenga, logrando una mayor posibilidad en un funcionamiento positivo (Díaz como fue citado en Rodríguez y Quiñones, 2012).

Vera et al. (2012) resalta que, a través de ese modelo, la autora plantea una escala que al ser empleada por diferentes países y en diferentes muestras, se comprobó que tenía indicadores de confiabilidad y validez adecuados. Además, cabe resaltar que este modelo proyecta las variaciones y las discrepancias sobre lo que significa el proceso de maduración, logrando que el individuo pueda reconocer los puntos fuertes de cada área al mismo tiempo que desarrolla las restantes (Rodríguez y Quiñones, 2012).

Así mismo, Ryff (como se citó en Véliz Burgos, 2012), propone seis dimensiones del bienestar psicológico las cuales son las siguientes:

- Autoaceptación: Refiere que el individuo se acepta así mismo, llega a tener una actitud positiva hacia él, aceptando su personalidad; si la situación fuera contraria, no existe esta aprobación hacia su persona, sintiéndose insatisfechos y decepcionados de sus experiencias vividas, teniendo dificultades para aceptar las cualidades que disponen y ansiando cambiar aspectos que lo definen.

- Relaciones positivas: La persona puede generar vínculos satisfactorios con los demás, encuentra a gente que le brinda apoyo, como también una pareja que le pueda dar amor. Si la situación fuera contraria, se llegaría a evidenciar la pérdida de apoyo en el ámbito social y un aumento en los sentimientos de soledad y aislamiento.
- Propósito en la vida: La persona debe tener un sentido y un propósito, como también es necesario fijarse objetivos y establecer propósitos que le otorguen significado a su existencia.
- Autonomía: Hace referencia a la capacidad de la persona para mantener su individualidad en diversos contextos sociales, resistiendo ante la presión social y regulando de forma óptima su actuar ante las diversas situaciones que enfrente.
- Crecimiento personal: Consta en que la persona debe extraer todos los talentos y habilidades que posee, con la ayuda de su inteligencia, y así poder expandir su potencial para que continúe creciendo como ser humano.
- Dominio del entorno: Se refiere al control de las posibilidades que se le presentan al individuo, sacando el mayor provecho de ellas, pero siempre cerciorándose de que estas sean beneficiosas y generen satisfacción al momento de cubrir sus necesidades.

El modelo que propones Ryff es uno de los más completos que existe, el tener seis dimensiones que expliquen el constructo permite explorar de forma más extensa la variable y el poder definirlo de forma más exacta, ya que abarca de manera más amplia como el individuo percibe y visualiza estos distintos aspectos de su vida y la satisfacción que recibe de ellos, logrando de esa forma que la persona pueda intervenir en esas áreas y mejore su grado de bienestar psicológico en caso de que este se detecte en un nivel por debajo de lo esperado.

### 2.2.2.2.3. Modelo del Bienestar Psicológico

Según Casullo et al. (como se citó en Ezaine Díaz, 2019) esta variable presenta diversas acepciones que están incluidos en varios marcos teóricos los cuales cuentan con poca clarificación y las cuales no tienen hasta el día un consenso entre todas ellas. En tal sentido, la autora nos indica que el individuo no necesariamente tiene que encontrar goce a nivel emocional, también puede por medio de pensamientos optimistas puede alcanzar la capacidad para moldear sus ideas y experiencias las cuales formarán parte de su ser facilitándole de esta manera el poder crear vínculos y lazos adecuados como también trazarse metas y sentir la confianza de poder conseguirlo.

Teniendo en cuenta ello, a diferencia de Ryff, la autora propone un modelo más abreviado que consta de cuatro dimensiones para explicar el bienestar psicológico, no obstante, en los inicios del desarrollo de este modelo hubo un quinto factor (autonomía) el cual fue eliminado al no cumplir con el estándar psicométrico de la prueba. Este instrumento en un primer instante se centró en la medición en adolescentes, luego pasaría a ser adaptado en adultos (Chapoñan Palacios, 2021).

Casullo y Castro (como fue citado en Chapoñan Palacios, 2021) consideraron que las cuatro dimensiones para evaluar al constructo serían: control de situaciones, vínculos psicosociales, proyectos y aceptación de sí. La primera dimensión hace referencia a establecer o buscar entornos que favorezcan al individuo en la satisfacción de sus necesidades. La segunda, se centra en la capacidad de la persona en demostrar empatía, confianza y afecto en sus pares. En el tercero, se hace énfasis de que la vida tiene un sentido o propósito, debido a ello la persona tiene la disposición y

competencia para generar metas y conseguirlas. Por último, la cuarta dimensión se resalta el sentimiento de gustar como somos, tanto aspectos negativos como positivos.

Entonces, aquellas personas que muestren un nivel por debajo de lo esperando en bienestar psicológico tendrán dificultad para gestionar y tomar decisiones sobre su vida, al considerar que no poseen los recursos adecuados para lograr que éstas sean favorables y que puedan suplir con sus necesidades, además de mantener una escasa interacción y compromiso afectivo con el resto, como de un pensamiento de minusvalía y desilusión de sí mismo, como también de su presente y su pasado (Chapoñan Palacios, 2021).

De tal manera, el modelo que presenta Casullo es más breve en comparación a otros autores, lo cual facilita la aplicación del instrumento como su evaluación en la medición de las dimensiones obteniendo una forma más inmediata de poder intervenir en el individuo. Sin embargo, puede presentar cierta limitación al abarcar con menos amplitud la forma en que el individuo percibe de forma general su vida.

#### **2.2.2.2.4. Modelo del Bienestar Subjetivo**

Este modelo hace una distinción entre lo que es felicidad, afectividad positiva como negativa y bienestar, integrando todo en el análisis que efectúa sobre el bienestar psicológico, unificando diversos factores que van desde el aspecto material hasta el psicológico (Torres Espino, 2017).

Sánchez Cánovas (citado en Cruzado y Suarez, 2022) plantea que esta variable está conformada por cuatro subescalas, las cuales le permiten a la persona la reflexión

sobre la satisfacción que posee de la vida. Además, también desarrolló una escala de medición el cual posee dos versiones, siendo la última la del año 2007, donde se puede observar que se centra en el modelo conceptual de Argyle.

Por otro lado, Sánchez (como se citó en Yataco Apaza, 2019) refiere que dentro de la construcción teórica que sostiene por medio de los distintos componentes que integran la forma de vida del individuo, la separan en dos grandes grupos: la primera como la magnitud o porcentaje de satisfacción que tiene la persona con la vida; por otra parte, el segundo hace referencia al predominio de emociones y pensamientos positivos que los individuos experimentar en su vida.

En tal sentido, la razón de vida de los seres humanos se relacionará con la satisfacción que encuentran en los diversos aspectos de su vida. Lo que conlleva a la búsqueda de experiencias que lo dirijan o conduzcan a eventos positivos, logrando de ese modo un aumento en las experiencias positivas como también una disminución en los sentimientos negativos al evitarlos.

Respecto a las subescalas establecidas para esta variable, se dividen en:

- **Subescala bienestar psicológico subjetivo:** Refiere al sentimiento de felicidad o la sensación de bienestar, quiere decir que al obtener un puntaje mayor a lo esperado significa que hay un alto índice de que la persona tenga una percepción positiva, indicando bienestar. Así mismo, acá se explora la etapa que la persona está atravesando, ya que es específica y de importancia para que evalué de forma general su satisfacción o bienestar (Sánchez como se citó en Yataco Apaza, 2019).

- **Subescala bienestar material:** Está relacionado con la fuente de ingresos económicos, como de sus posesiones materiales que tengan cotización monetaria y otras cantidades parecidos (Sánchez como se citó en Yataco Apaza, 2019).
- **Subescala bienestar laboral:** Este bienestar o satisfacción es referente al ambiente de trabajo, tiene una relación bastante directa con el grado de satisfacción que la persona visualice de forma general, además está ligado al aspecto familiar y el matrimonio (Sánchez como se citó en Yataco Apaza, 2019).
- **Subescala relaciones con la pareja:** El tener una relación de pareja y que está sea satisfactoria es un elemento vital para alcanzar un óptimo nivel de bienestar como de felicidad (Sánchez como se citó en Yataco Apaza, 2019).

### 2.2.2.3. Dimensiones del Bienestar Psicológico

Casullo et al. (citado en Galicia Rubio, 2020) las dimensiones establecidas para el bienestar psicológico son:

- **Control de Situaciones:** Está centrado en que la persona siente que tiene el control de varios aspectos de su vida y también conoce cuáles son sus auto-competencias. Entonces, el individuo que cuenta con ello puede generar o acomodar las situaciones para que estas se amolden a sus intereses o necesidades. Sin embargo, aquellas personas que muestran una disminución de esta sensación, presentarán impedimentos para manejar temas cotidianos y tendrán la creencia de que no son capaces de poder transformar el contexto o el ambiente acorde a sus necesidades (Casullo et al. citado en Galicia Rubio, 2020).

- **Aceptación de sí mismo:** Es la capacidad que muestra el individuo al admitir y reconocer los diversos aspectos que tiene, abarcando los malos como los buenos. También significa, que pueda sentir tranquilidad sobre el desenlace que tuvieron los hechos pasados. Por otro lado, el carecer de ello refleja una desilusión sobre los eventos pasados y el deseo de no querer ser igual (Casullo et al. citado en Galicia Rubio, 2020)
  
- **Vínculos Psicosociales:** Es la facilidad para crear y mantener relaciones adecuadas con el resto de personas como ser afectuosos, tener seguridad, capacidad empática y sensibilidad. Sin embargo, el poseer vínculos inadecuados y que estos sean significativos como tener poca interacción con el resto de personas, puede generar en la persona sentimientos de frustración como el sentirse aislado, así mismo la incapacidad para profundizar en las relaciones que se tiene con otros (Casullo et al. citado en Galicia Rubio, 2020).
  
- **Proyecto:** Plantearse propósitos y metas a futuro, hay que considerar que la vida tiene un significado. Por ello, es apropiado que la persona se haga de valores que le otorguen sentido y significado a la vida (Casullo et al. citado en Galicia Rubio, 2020).

#### **2.2.2.4. Factores que influyen en el Bienestar Psicológico.**

Enríquez (como fue citado en Severino Chávez, 2018) menciona que los factores que pueden estar asociados al bienestar de la persona, suelen cambiar durante el curso de sus vidas, sin embargo, estos toman en cuenta lo que sería el ámbito personal, familiar, social y profesional.

En la investigación que realizó Salvador (como fue citado en Yataco Apaza, 2019) se precisaron dos factores fundamentales en el bienestar psicológico. Siendo el primero, los factores cognitivos, el cual tiene que ver con aspectos de la existencia del individuo como de su propósito en la vida. Como segundo factor se tiene el afectivo, el cual hace referencia a la forma en que vivenciamos las distintas emociones que se experimentan, siendo importantes para la validación del bienestar psicológico.

Así mismo, para Gustems (como fue citado en Severino Chávez, 2018) la felicidad al estar relacionada con el bienestar psicológico indica la existencia de factores intrínsecos como extrínsecos a la persona, entre estos se tienen los siguientes:

- **La personalidad:** Al realizar un recorrido y análisis de diferentes estudios entre ambos constructos, se confirma la relación. Siendo uno de ellos Diener et. al (como fue citado en Bermúdez, et al., 2012), quien considera que la personalidad es un factor vital para lograr un bienestar psicológico estable. Siendo la extraversión y el neuroticismo los que tiene influencia en dos de los componentes emocionales del bienestar psicológico, el afecto positivo por los individuos extravertidos al experimentar de formar más frecuentes emociones positivas generando asociaciones positivas en su memoria otorgándole una predisposición para estos estímulos, mientras que el afecto negativo por las personas neuróticas al experimentar con más frecuentemente emociones negativas predisponen que el individuo experimente asociaciones para los estímulos negativos (Bermúdez et al., 2012; Bermúdez, 2017).

- **El nivel socioeconómico:** El tener un buen nivel de ingresos económicos, supone que la persona tendrá automáticamente una mejor calidad de vida como de una mayor longevidad ya que el individuo tendrá mayor acceso a servicios como también a mayor calidad de estos, otorgándole oportunidades que no tendría acceso si su nivel socioeconómico fuera bajo (Bermúdez et al., 2012) teniendo eso en consideración, no es incorrecto pensar que el estatus económico influye en la percepción que tiene las personas sobre su bienestar psicológico.
- **La familia:** El soporte que la persona recibe de su red de apoyo influye el grado en que estará su bienestar psicológico, donde la confianza y la comunicación serán elementos importantes para mantener y establecer una construcción del bienestar psicológico. Ya que la armonía o estabilidad emocional que pueda brindar la estructura familiar ayudara a que el individuo pueda adquirir y generar herramientas que le permitirán desenvolverse en la cotidianidad como en las relaciones con otros, mientras que la carencia de ese equilibrio desencadena en un bajo nivel de bienestar (Álvarez y Enríquez, 2015).

Por otro lado, Vielma y Leonor (como fueron citados en Yataco Apaza, 2019) consideran otros factores, los cuales son cuatro. El primero es el factor socio-cultural, donde la persona está integrada a un contexto social del cual siente pertenencia. Como segundo factor, se tiene al sistema de creencia, el cual es un constructo mental que permite al sujeto reconozca qué tipo de creencias le producen sensación de bienestar. El tercero es el factor de personalidad, hace énfasis a las características psíquicas como

conductuales del individuo las cuales intervienen en la manera de actuar en situaciones concretas. Por último, se tiene al factor biológico, el cual se centra en que las personas por herencia genética están predispuestas a ciertas enfermedades mentales que les impiden tener una adecuada salud mental.

El bienestar psicológico al estar arraigado a muchos factores y elementos que el ser humano no tiene mucho control, es fácil que pueda verse perturbado y afecte la salud mental del individuo. Sin embargo, el hecho de que la persona pueda tratar con estos factores impredecibles a través de ayuda profesional como es la terapia psicológica y psiquiátrica, da una mayor posibilidad de que pueda restaurar hasta cierta medida el bienestar psicológico permitiéndole afrontar en mejor medida la vida.

#### **2.2.2.5. Importancia del Bienestar Psicológico**

Rosales López (2018) remarca la importancia de esta variable debido a que alrededor del mundo, específicamente por el siglo que se vive y aquellos países que se están en vías de crecimiento, afloran diversas dificultades que generan un deterioro respecto al bienestar psicológico causando impactos negativos en la salud mental y emocional de los individuos.

Además, en esta situación de post-pandemia dentro de los más afectados a nivel emocional esta la niñez y adolescencia, debido a que estos ambientes aumentan la probabilidad de condiciones que lo hagan vulnerable cómo sería el padecer de una enfermedad o trastorno mental, la cual interferirá en su desarrollo tanto personal como interpersonal debido a sus carencias en el bienestar psicológico.

Así mismo, Araujo y Savignon (2018) resaltan su importancia como potenciador y desarrollador de la persona, ya que esta variable permite un adecuado desarrollo en los menores de edad la cual puede verse reflejada en el futuro cuando esté en su etapa adulta. Del mismo modo, García Alandente (2014) reafirma que esta variable es asociada con efectos saludables en la persona como también en un promotor en el desarrollo personal del individuo para tener una vida satisfactoria.

Por otro lado, Casullo (como fue citado en Chapoñan Palacios, 2021) enfatiza que si la persona presentara problemas en su salud mental o tiene problemas psicosociales afectaría de forma directa en la percepción que posee de su bienestar, mostrando como consecuencias directas la dificultad de que el individuo logre trazar metas ya sea a corto, mediano o largo plazo impidiendo que tenga la satisfacción de ello al no lograr cumplirlas, también que tenga impedimentos para lograr relaciones o vínculos afectivos duraderos y sinceros, del mismo modo va a considerar que no tiene valor como individuo ya que tiene una baja valoración a su persona y siempre buscara compararse a sus pares.

Entonces, la importancia de esta variable recae en que permite el desarrollo óptimo del individuo y si esta variable es capaz de ir formándose desde una edad temprana de forma progresiva y fortalecerse en la edad adulta, se puede asegurar que esta persona tendrá las herramientas necesarias para desenvolverse y adaptarse a las diversas situaciones que genere la vida ya sean favorables o desfavorables para lograr satisfacer sus necesidades y seguir adelante.

#### **2.2.2.6. Consecuencias positivas del Bienestar Psicológico en los adolescentes**

Diener et al. (como fueron citados en Yataco Apaza, 2019) considera que hay consecuencias positivas en el cuerpo, además es una forma en que el individuo puede evaluar y verificar la satisfacción que tiene en las principales áreas de su vida, siendo bastante probable que la persona posea felicidad como calidad de vida. También considera que aquellos adolescentes que han utilizado y desarrollado lo que son estrategias de afrontamiento logran tratar de una forma más adecuada los acontecimientos estresantes y de ese modo pueden tener períodos más largos de felicidad.

Así mismo, Diener et al. (como fueron citados en Yataco Apaza, 2019) menciona que la principal consecuencia positiva es la respuesta emocional sana, ya que esta logra contrastar con las respuestas negativas que tenga el individuo, logrando de esa manera suministrar neurotransmisores que desencadenan un estado de relajación en el cuerpo, minimizando toda posibilidad de contraer alguna enfermedad, de esa manera se vuelven en personas más saludables que aquellos donde predominan las emociones negativas.

Por otro lado, Vielma y Leonor (como fueron citados en Yataco Apaza, 2019) agregan que hay individuos que llegan a tener un nivel más alto de bienestar al sostenerse de aquellos logros que obtuvo en el pasado, mientras que otros lo hacen a través de sus metas y objetivos que se proyectan para el futuro. Además, recalcan que estos sujetos tienen un mayor índice de aceptación de sí mismos, conocen sus limitaciones y son objetivos con ellos sacando provecho de ello en lugar de sumergirse en emociones negativas por su causa.

Por otro lado, hay que recordar que la adolescencia es una etapa donde los estudiantes manifiestan su independencia cuestionando y muchas veces rompiendo las

normas, debido a que frecuentemente se quedan sin la supervisión adulta su comportamiento y decisiones está determinado por su propio criterio, ocasionando que puedan agravarse los comportamientos negativos en caso de que no se intervenga de forma prematura en los primeros indicios. Además, también se ve afectada el ámbito académico al haber un decaimiento en el rendimiento académico (Levy, 2022).

Entonces, un adecuado bienestar psicológico es necesario ya que evita que los menores sean propensos a desarrollar algún trastorno mental (ansiedad, depresión) o que se le dificulte integrarse y seguir las exigencias que son necesarias en la sociedad, ya que al sentir que cuentan con el apoyo de sus progenitores y su círculo amical se crea un ambiente de seguridad que favorecerá a un comportamiento maduro generando que logre responder ante los cambios o situaciones estresantes que surgen de manera inesperada en el ambiente. Además, enfocarse en alguna meta o proyecto ínsita al menor a dedicar su esfuerzo para conseguirlo generando satisfacción y disfrute en el camino. Así mismo, ello facilita que puedan conocer las virtudes y defectos de su persona proporcionando una oportunidad de desarrollo personal como un mejor control en su estado anímico (Levy, 2022).

Del mismo modo, Uribe et al. (2018) remarca que el adolescente al adquirir nuevos roles, ser consciente de que debe decidir sobre su futuro y enfrentarse a los cambios físicos, afectivos y cognitivos, ejercen mucha presión sobre el menor lo que genera cierta desestabilidad emocional y comportamental que le dificultan el poder cumplir con los requerimientos del contexto social y poder adaptarse a esta.

Por lo tanto, el bienestar psicológico puede repercutir positivamente en la adaptación, ya que el generar satisfacción a través de emociones positivas generadas por una relación estrecha entre familia y amigos como lograr apreciar su propia imagen. También el emplear recursos psicológicos como las estrategias de afrontamiento para sobrellevar las situaciones que ejerzan presión y pueda alcanzar las expectativas que tiene hacia el futuro, se convierte en una fortaleza que protegen a la persona disminuyendo las actitudes negativas que puede mostrar en ambiente (Figuroa et. al, como fue citado en Uribe et al., 2018).

Con todo lo anterior, podemos concluir que el bienestar psicológico influye directamente en la capacidad para adaptarse y desarrollar conductas saludables al ser un catalizador de estas. Alimentando la autoestima permitiendo explorar nuevas experiencias y enfrentar los cambios con resiliencia, mejorando la gestión emocional y promoviendo relaciones sociales saludables que no solo reduce la probabilidad de conductas impulsivas, sino que también fomenta la toma de decisiones de forma reflexiva. Además de crear un entorno que les permitan enfrentar los desafíos de manera constructiva y alcanzar su máximo potencial.

## **2.3. Marco conceptual.**

### **2.3.1. Adaptación de conducta**

De la Cruz y Cordero (como se citó en Rodríguez Carranza, 2022) define la adaptación conductual como aquel aspecto regulador con el que deberían contar los individuos durante la etapa adolescente, actúa como un aspecto que busca equilibrar la personalidad incluyendo los estados emocionales bajo la determinación de lograr un

ajuste entre su propia forma de ser, sus necesidades, preferencias y lo que el entorno establece.

### **2.3.2. Bienestar psicológico**

Casullo et al. (como fue citado en Cortez Vidal, 2016) define al bienestar psicológico a través de una perspectiva estrictamente subjetiva o personal, como serían las influencias positivas o negativas, la percepción de la persona sobre sus progresos en la vida, como el índice de satisfacción con lo realizado y lo que podrá hacer. Además, ignora el juicio que significa el comportamiento humano, pero mantiene lo que es la satisfacción de las experiencias humanas.

### CAPÍTULO III

### RESULTADOS

**Tabla 3**

*Correlación de adaptación de conducta y el bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Nacional de La Esperanza*

	<b>Adaptación de conducta (rho)</b>	<b>Sig. (p)</b>
<b>Bienestar psicológico</b>	.514**	.000

Nota: \*\* p<.01; \*<.05

En cuanto a la correlación de la adaptación de conducta y el bienestar psicológico, se encontró una relación altamente significativa ( $\rho=.514$ ,  $p<.01$ ) directa y en grado medio. De esta manera se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna: Existe relación entre adaptación de conducta y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Nacional de La Esperanza.

**Tabla 4**

*Correlación de la dimensión adaptación personal y las dimensiones del bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Nacional de La Esperanza*

<b>Bienestar psicológico</b>	<b>Adaptación personal (rho)</b>	<b>Sig. (p)</b>
Control de situaciones	.324**	.000
Proyectos	.295**	.000
Vínculos psicosociales	.301**	.000
Aceptación de sí mismo	.478**	.000

Nota: \*\* p<.01; \*<.05

En cuanto a la correlación entre la dimensión adaptación personal y las dimensiones del bienestar psicológico, se encontró que existe una relación altamente significativa (\*\*p<.01) directa y en grado medio con las dimensiones control de situaciones (rho=.324), proyectos (rho=.295), vínculos psicosociales (rho=.301) y aceptación de sí mismo (rho=.478).

**Tabla 5**

*Correlación de la dimensión adaptación educativa y las dimensiones del bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Nacional de La Esperanza*

<b>Bienestar psicológico</b>	<b>Adaptación educativa (rho)</b>	<b>Sig. (p)</b>
Control de situaciones	-.060	.356
Proyectos	-.044	.496
Vínculos psicosociales	-.157*	.015
Aceptación de sí mismo	-.149*	.022

Nota: \*\* p<.01; \*<.05

En cuanto a la correlación entre la dimensión adaptación educativa y las dimensiones del bienestar psicológico, se encontró que existe una relación significativa ( $p < .05$ ) inversa y en grado bajo con las dimensiones vínculos psicosociales ( $\rho = -.157$ ) y aceptación de sí mismo ( $\rho = -.149$ ). Sin embargo, no se encontró relación ( $p > .05$ ) con las dimensiones control de situaciones y proyectos.

**Tabla 6**

*Correlación de la dimensión adaptación familiar y las dimensiones del bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Nacional de La Esperanza*

<b>Bienestar psicológico</b>	<b>Adaptación familiar (rho)</b>	<b>Sig. (p)</b>
Control de situaciones	.240**	.000
Proyectos	.287**	.000
Vínculos psicosociales	.246**	.000
Aceptación de sí mismo	.360**	.000

Nota: \*\* p<.01; \*<.05

En cuanto a la correlación entre la dimensión adaptación familiar y las dimensiones del bienestar psicológico, se encontró que existe una relación altamente significativa ( $p<.01$ ) directa y en grado bajo con las dimensiones control de situaciones ( $\rho=.240$ ), proyectos ( $\rho=.287$ ), vínculos psicosociales ( $\rho=.246$ ) y aceptación de sí mismo ( $\rho=.360$ ).

**Tabla 7**

*Correlación de la dimensión adaptación social y las dimensiones del bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Nacional de La Esperanza*

<b>Bienestar psicológico</b>	<b>Adaptación social (rho)</b>	<b>Sig. (p)</b>
Control de situaciones	.263**	.000
Proyectos	.374**	.000
Vínculos psicosociales	.206**	.002
Aceptación de sí mismo	.328**	.000

Nota: \*\* p<.01; \*<.05

En cuanto a la correlación entre la dimensión adaptación personal y las dimensiones del bienestar psicológico, se encontró que existe una relación altamente significativa ( $p<.01$ ) directa y en grado medio con las dimensiones control de situaciones ( $\rho=.263$ ), proyectos ( $\rho=.374$ ), vínculos psicosociales ( $\rho=.206$ ) y aceptación de sí mismo ( $\rho=.328$ ).

## CAPÍTULO IV

### ANÁLISIS DE RESULTADOS

Todo individuo pasa por cambios a lo largo de su vida; sin embargo, en los estudiantes que atraviesan la etapa adolescente estos cambios pueden provocar inestabilidad emocional y comportamental. Dichos cambios se dan a nivel fisiológico, hormonal y psicológico, el adolescente al estar expuesto a tales acontecimientos se vuelve vulnerable, ya que estará afrontando situaciones que le exigen una capacidad de adaptación y respuesta que por su misma etapa evolutiva aún le falta desarrollar. Del mismo modo el adolescente necesita gozar de bienestar psicológico para poder sentirse satisfacción consigo mismo y con su entorno, aceptando sus cualidades y defectos, generando motivación por la superación y conservando buenos vínculos a fin de sobrellevar favorablemente este periodo latente de cambios.

En ese sentido, en la presente investigación se buscó determinar cuál es la relación entre adaptación de conducta y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Nacional de La Esperanza.

Al respecto tal como se indica en la tabla 3, se acepta la hipótesis general, afirmando que existe una relación altamente significativa ( $\rho=.514$ ,  $p<.01$ ) directa y en grado medio entre adaptación de conducta y el bienestar psicológico, ello quiere decir que en la medida que los estudiantes tengan la capacidad para regular y moldear su conducta, denotando aceptación por sus aspectos físicos, fomentando vínculos adecuados con los demás, manejando sus emociones, cumpliendo sus deberes y respetando las normas establecidas en su entorno, mejor será la percepción y satisfacción sobre sí mismos y sobre sus experiencias del día a día, lo cual favorecerá su auto concepto así como sus vínculos con las demás personas. Ello es corroborado por López et al. (2013) quien indica que hay una relación altamente significativa ( $p<.01$ ) entre

adaptación de conducta y el bienestar psicológico, indica que los adolescentes son capaces de reconocer y aceptar sus cambios personales, integrarse y adecuarse al contexto educativo, sentirse cómodos con la dinámica y acuerdos dentro del hogar y asumir las demandas sociales como parte de sus deberes; permite que su capacidad adaptativa global y el bienestar psicológico alcancen o se mantengan dentro de lo esperado para favorecer el desarrollo equilibrado entre la adaptabilidad y el bienestar de los adolescente.

Del mismo modo Putwain et al. (2019) indica que existe una relación significativa entre el bienestar subjetivo y la adaptabilidad conductual, siendo posible que la adaptabilidad predisponga el bienestar concurrente o el bienestar prediga mayor adaptabilidad posterior, dando a entender que los estudiantes pueden reconocer y utilizar un mayor repertorio de herramientas de afronte y regulación sobre las exigencias que su medio tiene, experimentar reconocimiento y más emociones positivas consigo mismo frente a las diversas situaciones cambiantes que se presenten, cumpliendo con las normas establecidas en el medio, ya sea educativo, familiar o social para mejorar el vínculo así como el apoyo de las personas de su entorno.

Así también en la tabla 4 se acepta la hipótesis específica encontrando que existe relación altamente significativa (\*\* $p < .01$ ) directa y en grado medio entre la dimensión adaptación personal de adaptación de conducta y las dimensiones de bienestar psicológico control de situaciones ( $\rho = .324$ ), proyectos ( $\rho = .295$ ), vínculos psicosociales ( $\rho = .301$ ) y aceptación de sí mismo ( $\rho = .478$ ), ello quiere decir que en la medida que los estudiantes posean confianza y seguridad en sí mismos y una buena autoestima que les facilite aceptar los cambios que atraviesan a nivel personal y mantener el control de sus emociones, será mayor el conocimiento de sus competencias para hacer frente a las diversas situaciones que se le presenten, así mismo serán capaces de admitir sus aspectos positivos y negativos para poder mejorar en el tiempo y

tendrán facilidad para establecer relaciones adecuadas con los demás, siendo afectuosos y empáticos he incluso siendo capaces de plantearse metas a futuro, encontrando un significado en su vida.

Esto es corroborado por Morales y Gonzales (2014) quienes indican que existe una correlación altamente significativa (\*\* $p < 0.01$ ) entre adaptación personal de adaptación de conducta y las dimensiones de bienestar psicológico, dando a conocer que los estudiantes están alcanzando aceptación ante su imagen personal y reconocimiento de sus capacidades, la cual influye directamente en la interpretación de sucesos que experimenten, en su seguridad y la imagen que van formando como parte de su autopercepción. Así mismo, logran manejar situaciones engorrosas transformándolas en oportunidades, pueden regular sus emociones y reacciones haciendo uso de sus habilidades sociales, obteniendo de esa manera satisfacción en situaciones de interacción social y en la ejecución de planes y metas a futuro.

Del mismo modo Garcia et al. (2019) quien indica que existe una correlación altamente significativa (\*\* $p < 0.001$ ) entre la dimensión de adaptación personal de adaptación de conducta y bienestar psicológico, ello indica que los estudiantes a pesar de encontrarse en un periodo lleno de cambios físicos y emocionales han desarrollado su propia autoestima, la misma que favorece su autopercepción, identidad personal, confianza y seguridad el cual influye en el reflejo de conductas apropiadas por lo que son capaces de sentir satisfacción la mayor parte del tiempo con aquellas cosas que realicen, los logros que adquieran y de la manera como lo hagan, así mismo los estudiantes pueden afrontar situaciones sociales y emplear capacidad de respuesta tolerante de asimilación, procurando conservar espacios de buen clima, incluirse y sentirse parte de una sociedad diversa.

Por otro lado, en la tabla 5 se acepta parcialmente la hipótesis específica, pues existe una relación significativa ( $p < .05$ ) inversa y en grado bajo entre la dimensión adaptación educativa de adaptación conductual y las dimensiones de bienestar psicológico vínculos psicosociales ( $\rho = -.157$ ) y aceptación de sí mismo ( $\rho = -.149$ ); esto quiere decir que en la medida que los estudiantes denoten desobediencia, incumplimiento de las reglas planteadas en el entorno escolar, mostrándose inflexibles y poco tolerantes a los cambios, manifiesten comportamiento conflictivos que no permitan la relación armónica con sus compañeros y con sus docentes, menor facilidad tendrán para mantener relaciones adecuadas con su entorno, presentado dificultades para empatizar y mostrarse sensibles con los problemas de los demás, conllevando a que sean aislado por su entorno y a partir de ello experimenten sentimientos de frustración; así mismo les será difícil admitir sus aspectos personales buenos y malos sintiéndose descontentos consigo mismos y con los eventos de su día a día.

Esto es corroborado por Acurio Luna (2018) quien indica que existe una relación inversa y significativa ( $p < .05$ ) entre ambas variables, denotando que mientras el escolar realice acciones como el desacato a las reglas y normas establecidas dentro de la institución educativa, exprese resistencia y dificultad para cumplir con los requerimientos académicos, tenga conductas conflictivas frente a sus compañeros y docentes que impida que desarrolle una relación armónica con ellos, tendrá impedimentos para poder establecer vínculos sanos y significativos con los demás al igual que mostrar sensibilidad frente a las situaciones adversas de otros, así mismo se le dificultara distinguir sus fortalezas y debilidades generando insatisfacción hacia su persona.

Del mismo modo Huamaní Mendoza (2019) indica que existe una relación significativa ( $p < .05$ ) inversa entre ambas variables, lo que indica que mientras el alumno muestre rebeldía frente a las figuras de autoridad que son los maestros y directivos, presente intolerancia ante el

reglamento de la institución educativa, tenga conductas problemáticas que le impidan tener una relación cordial con sus pares y maestros, mayor dificultad tendrá para mostrarse empático ante situaciones ajenas, tendrán impedimentos en el reconocimiento de sus habilidades desarrollando posiblemente sentimientos de insatisfacción e insuficiencia consigo mismo, así como de mantener relaciones adecuadas con los demás.

Es así que Aguirre y Nieve (citado en Jaime Morales, 2019) indican que en la etapa adolescente la persona al ser expuesta a muchos cambios o contar con débiles grupos de apoyo corre el riesgo de no poder desarrollar una adaptación de conducta esperada que favorezca las dimensiones de su vida pudiendo recaer en prácticas delictivas, donde se infrinjan normas, se falte a la tranquilidad de los demás, se haga habitual la ingesta de alcohol o consumo de drogas el cual puede interrumpir su desarrollo cognitivo he incluso disminuya los logros en trascendencia académica hasta un extremo de abandono escolar, responden con acciones impulsivas agraviantes hacia sí mismos o los demás, faltan a las culturas respetadas y conservadas por su grupo primario o incluso social ocasionando la aparición de desacuerdos o conflictos constantes o se expongan a temprana edad a las prácticas sexuales pudiendo contraer infección de transmisión sexual o ser padres a temprana edad.

Sin embargo, no se encontró relación ( $p > .05$ ) entre la dimensión adaptación educativa de adaptación conductual con las dimensiones control de situaciones y proyectos de bienestar psicológico, ello indica que el que el estudiante cumpla las reglas de su entorno educativo y se muestre flexible con los cambios generados en este, no asegura que se sienta auto competente para hacer frente a las situaciones difíciles de su vida cotidiana o actuar acorde a sus necesidades; así como tampoco asegura que pueda plantearse propósitos y metas a futuro, toda vez que no se percibirá a sí mismo como capaz de cumplir las mismas. Esto puede deberse a que

estos estudiantes al atravesar por la etapa de la adolescencia están atravesando una serie de cambios, deben asumir responsabilidades y roles que son nuevos para ellos, por lo cual podrían sentirse inseguros de sus propias capacidades para hacer frente a lo que su entorno espera de ellos.

Esto es corroborado por Matos Quesada (2014) quien indica que no existe correlación entre ambas variables estudiadas por lo que tener control sobre sus sentimientos, reconocer sus competencias, intereses, necesidades y deberes no asegura que el individuo se encuentre adaptado a las demandas del ambiente escolar, por lo que aceptar y cumplir los acuerdos establecidos, la disciplina y la buena convivencia entre la comunidad educativa resulta interferida debido a la poca capacidad para resolver las diversas situaciones propias del poco control de situaciones que poseen.

Así mismo, es corroborado por Casalino Ortiz (2017) quien indica que no existe una correlación significativa ( $p > 0.05$ ), entre ambas variables, lo que podría significar que a pesar de que el estudiante trace metas personales o un plan de vida, no garantiza que su desempeño académico se mantenga estable, así mismo no siempre se sentirán convencidos de sus aptitudes y de poder desenvolverse acorde a las exigencias y normativas para poder cumplir con sus propias aspiraciones así como conservar y mantener buenos vínculos con sus pares y maestros. Del mismo modo Requejo Altamirano (2022) quien indica que no existe una correlación significativa ( $p > 0.05$ ), entre ambas variables, dando a entender que los alumnos a pesar de tengan dificultades para rendir con los requisitos académicos y reglamentarios de la institución educativa o no tengan la mejor dinámica entre el salón y los docentes, pueden llegar a planificar un detallado plan de vida. Sin embargo, ello también da la posibilidad que el adolescente no se sienta capaz

de poder cumplir con estos proyectos que tiene en mente a pesar de que logre adaptarse al ambiente escolar y esto le dé una posibilidad de cumplir sus metas.

Es por ello que Ortuño et al. (citados en Martínez y Almeida, 2021) consideran que un adolescente que no desarrolla de forma esperada su capacidad de adaptación conductual también experimentara dificultades a nivel psicológico de la persona por ende habrá incremento de conductas ansiosas, mal manejo de las emociones incrementando los niveles de estrés, desanimo, decaimiento anímico, sentimientos de soledad he inferioridad así como angustia, temor y desconfianza en sus propias capacidades y el alcance de sus propósitos de vida, por su parte en relación a las dificultades que involucra la interacción y control de situaciones pueden ser expresados a través de la limitada capacidad de resolución de conflictos, conductas y reacciones agresivas o violentas, baja o nula tolerancia a la frustración, irritabilidad entre otras formas de respuesta que involucran aspectos tanto emocionales como comportamentales y que expresan la manera particular que cada uno tiene de responder a las experiencias.

En la tabla 6, se acepta la hipótesis específica, pues se encuentra que existe una relación altamente significativa ( $p < .01$ ) directa entre la dimensión adaptación familiar de adaptación de conducta con las dimensiones control de situaciones ( $\rho = .240$ ), proyectos ( $\rho = .287$ ), vínculos psicosociales ( $\rho = .246$ ) y aceptación de sí mismo ( $\rho = .360$ ); ello quiere decir que en la medida que los adolescentes cumplan las reglas establecidas en su entorno familiar, muestren adecuada reacción ante los desacuerdos que se puedan dar entre los miembros del hogar, denoten deseos de independencia pero manteniendo el respeto por sus figuras paternas, mejor será su percepción sobre si mismos; es decir se sentirán capaces para enfrentar las dificultades y actuar acorde a sus necesidades. Así también, se aceptarán con sus defectos y virtudes, buscando ser cada día mejores, mostrando a su vez flexibilidad para mantener relaciones adecuadas con los demás,

siendo empáticos ante las necesidades ajenas y serán capaces de plantearse objetivos o metas a futuro con seguridad y confianza en sus capacidades.

Esto es corroborado por Rodríguez Durand (2017) quien indica que hay una relación significativa de  $*p < .05$  entre las dos variables estudiadas; al respecto refieren que los adolescentes son capaces de mantener buen vínculo y relación en sus hogares, mostrando sentido de pertenencia con su familia, pero a la vez siendo autónomos e independientes, capaces de respetar acuerdos y conservar un buen diálogo a fin de sostener el clima afectivo recíproco, denotando que el bienestar psicológico se mantiene estable, debido a que el adolescente tiene una opinión positiva de su aspecto personal, sus habilidades y capacidades para responder ante las situaciones emergentes. Además, al tener la capacidad de regular sus emociones puede mantener sus relaciones interpersonales, permitiéndole tener confianza y seguridad de plantearse metas a futuro teniendo en cuenta el buen funcionamiento brindado.

Del mismo modo Cruz Cachi (2022) indica que hay una relación significativa de ( $p < .0,01$ ) entre ambas variables estudiadas; ello quiere decir que los adolescentes muestran predisposición de adaptación familiar, están dentro de un ambiente con presencia de vínculos fuertes y agradables donde hay respeto entre los miembros y sus acuerdos, siendo flexibles a los cambios y adoptando estilos formativos que dentro del hogar son propuestos favoreciendo su convivencia y bienestar psicológico. Pues los adolescentes encuentran en su entorno familiar el apoyo y motivación para alcanzar sus propósitos de vida, incrementan su seguridad y confianza aceptando sus logros y desaciertos y sobrellevando las diversas situaciones sin fomentar disconformidades entre sí.

Finalmente, en la tabla 7 se acepta la hipótesis específica, pues se encuentra que existe una relación altamente significativa ( $p < .01$ ) directa entre la dimensión adaptación social de

adaptación de conducta con las dimensiones control de situaciones ( $\rho=.263$ ), proyectos ( $\rho=.374$ ), vínculos psicosociales ( $\rho=.206$ ) y aceptación de sí mismo ( $\rho=.328$ ); ello quiere decir que en la medida que los adolescente muestren conciencia de su rol en la sociedad, denotando responsabilidad, interés por relacionarse de manera positiva con los demás así como compañerismo e interés por el trabajo en equipo mejor será su percepción acerca de su propia competencia para afrontar las situaciones que se presenten en su día a día, valorando sus aspectos buenos y malos; del mismo modo mostrará facilidad para relacionarse de forma adecuada con su entorno, denotando sensibilidad ante las dificultades de los demás e interés por trazarse objetivos a futuro.

Esto es corroborado por Salvador Chu (2016) quien indica que hay una correlación directa y muy significativa ( $p<.01$ ) entre las dimensiones de adaptación social de adaptación de conducta y las dimensiones de bienestar psicológico, ello explica que los estudiantes suelen emplear en mayor medida una adecuada interacción social, capacidades que son desarrolladas desde la niñez, las mismas que en la actualidad les permite entablar diálogos, mostrar amabilidad al relacionarse con su entorno, sentirse incluidos y aceptados por sus pares y la sociedad, dicha prevalencia de sus habilidades sociales favorece el incremento de autonomía y seguridad consigo las cuales resultan de apoyo para su crecimiento personal y psicológico, otorgando al adolescente una satisfacción sobre los diferentes aspectos de su vida.

Así también Balcázar Salinas (2020) indica que hay una correlación altamente significativa ( $p<.01$ ) entre la dimensión de adaptación social de adaptación de conducta y las dimensiones de bienestar psicológico; ello quiere decir que los alumnos tienen facilidad para conservar adecuados vínculos psicosociales, evitan situaciones conflictivas, son capaces de integrarse a su entorno así como de brindar acogida a los demás, buscan incrementar sus niveles

de seguridad y satisfacción tras reconocer y valorar sus capacidades y destrezas para alcanzar lo que se propongan como parte de sus proyectos de realización personal.

## CAPÍTULO V

### CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

#### 5.1. Conclusiones

- En la tabla 3, se acepta la hipótesis general, afirmando que existe una relación altamente significativa ( $\rho=.514$ ,  $p<.01$ ) directa y en grado medio entre adaptación de conducta y el bienestar psicológico.
- De igual manera en la tabla 4 se acepta la hipótesis específica encontrando que existe relación altamente significativa ( $**p<.01$ ) directa y en grado medio entre la dimensión adaptación personal de adaptación conductual y las dimensiones de bienestar psicológico control de situaciones ( $\rho=.324$ ), proyectos ( $\rho=.295$ ), vínculos psicosociales ( $\rho=.301$ ) y aceptación de sí mismo ( $\rho=.478$ ).
- Así también, en la tabla 5 se acepta parcialmente la hipótesis específica, pues existe una relación significativa ( $p<.05$ ) inversa y en grado bajo entre la dimensión adaptación educativa de adaptación conductual y las dimensiones de bienestar psicológico vínculos psicosociales ( $\rho=-.157$ ) y aceptación de sí mismo ( $\rho=-.149$ ). Sin embargo, no se encontró relación ( $p>.05$ ) entre la dimensión adaptación educativa de adaptación conductual con las dimensiones control de situaciones y proyectos de bienestar psicológico.
- En la tabla 6, se acepta la hipótesis específica, pues se encuentra que existe una relación altamente significativa ( $p<.01$ ) directa entre la dimensión adaptación familiar de adaptación de conducta con las dimensiones control de situaciones ( $\rho=.240$ ), proyectos ( $\rho=.287$ ), vínculos psicosociales ( $\rho=.246$ ) y aceptación de sí mismo ( $\rho=.360$ ).

- Finalmente, en la tabla 7 se acepta la hipótesis específica, pues se encuentra que existe una relación altamente significativa ( $p < .01$ ) directa entre la dimensión adaptación social de adaptación de conducta con las dimensiones control de situaciones ( $\rho = .263$ ), proyectos ( $\rho = .374$ ), vínculos psicosociales ( $\rho = .206$ ) y aceptación de sí mismo ( $\rho = .328$ ).

## 5.2. Recomendaciones

- Se sugiere al director de la institución educativa contratar psicólogos para la atención de la población estudiantil y contribuir a su adaptación de conducta y bienestar psicológico.
- Se sugiere al área de tutoría de la institución educativa gestionar los servicios de un psicólogo para la realización de programas preventivos bajo el modelo cognitivo conductual donde se realice actividades sobre el reconocimiento y manejo de los pensamientos, emociones, sensaciones físicas y comportamentales, para que los estudiantes puedan conocer aspectos positivos de sí mismos, confiar en sí mismos e incrementar pensamientos positivos sobre sí mismos y sobre los demás para mejorar la adaptación conductual de los estudiantes y su bienestar psicológico.
- Así también se sugiere al área de tutoría de la institución educativa gestionar los servicios de un psicólogo para la realización de programas preventivos bajo el modelo multidimensional de bienestar psicológico donde se realicen actividades sobre la autoimagen, el reconocimiento de habilidades y capacidades personales, aceptación y manejo de sus sentimientos; así como reforzar la práctica de la empatía frente a las interacciones que tengan con los demás para mejorar la adaptación conductual de los estudiantes y favorecer el control de situaciones, generación de vínculos psicosociales y aceptación de sí mismos.
- Así también se sugiere que al área de tutoría de la institución educativa gestionar los servicios de un psicólogo para la realización de programas de intervención bajo el modelo cognitivo donde se realice actividades que promuevan la práctica del pensamiento positivo por medio de las autoafirmaciones, el reconocimiento de avances y logros académicos, importancia de generar ambiente de respeto mutuo, organización de tiempo así como difusión de técnicas de regulación emocional evitando el incremento de estrés, frustración o

respuestas ansiosas para mejorar la adaptación personal de los estudiantes y favorecer vínculos psicosociales, aceptación de sí mismos y el control de situaciones.

- Así también se sugiere al área de tutoría de la institución educativa gestionar los servicios de un psicólogo para la realización de programas de intervención bajo el modelo multidimensional donde se realice actividades que promuevan el establecimiento de metas realistas y el desarrollo de planes de acción en base a fortalezas y áreas de mejora; además de la práctica del pensamiento positivo por medio de las autoafirmaciones, la autorreflexión y el reconocimiento de logros académicos; así como también la difusión de técnicas de regulación emocional que permitan a los estudiantes manejar sus emociones frente a situaciones estresantes para mejorar la adaptación educativa de los estudiantes y favorecer vínculos psicosociales y aceptación de sí mismos.
- Así también se sugiere al departamento de tutoría de la institución educativa gestione los servicios de un psicólogo para realizar actividades de integración familiar donde se promueva la comunicación, resolución de conflictos entre padres e hijos, establecimiento de lazos de confianza con el fin de favorecer la adaptación familiar, así como vínculos adecuados entre los miembros del hogar y el desarrollo de autonomía y autoestima en los estudiantes.
- Finalmente se sugiere al departamento de tutoría de la institución educativa gestione los servicios de un psicólogo para realizar actividades de integración entre los estudiantes y docentes donde se promueva la convivencia sana, resolución de conflictos entre compañeros, asertividad para dirigirse a sus compañeros y docentes, de tal manera que se pueda favorecer la adaptación social, así como vínculos adecuados entre los miembros de la comunidad educativa.

## CAPÍTULO VI

### REFERENCIAS Y ANEXOS

#### 6.1. Referencias

- Acurio Luna, C. (2018) Bienestar psicológico y conductas antisociales en estudiantes de secundaria de instituciones educativas - San Juan de Lurigancho. Lima, 2018 [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio digital Universidad Cesar Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/24628>
- Álvarez-González, B. (1999) Factores de riesgo de desadaptación social en alumnos de altas capacidades. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía Madrid*, 10(18). 279-296.
- [https://www.researchgate.net/publication/39137671\\_Factores\\_de\\_riesgo\\_de\\_desadaptacion\\_social\\_en\\_alumnos\\_de\\_altas\\_capacidades](https://www.researchgate.net/publication/39137671_Factores_de_riesgo_de_desadaptacion_social_en_alumnos_de_altas_capacidades)
- Álvarez, B. y Enríquez, R. (2015). Familias y bienestar psicológico. En Zohn, T., Gómez, E. y Enríquez, R. *La Psicoterapia frente al Bienestar y al malestar* (pp.201-223). Editorial ITESO.
- <https://rei.iteso.mx/bitstream/handle/11117/3612/La%20psicoterapia%20frente%20al%20bienestar%20y%20al%20malestar.pdf?sequence=2>
- Aragón, L. (2015). Evaluación psicológica: Historia, fundamentos teórico-conductuales y psicometría. Editorial El Manuel Moderno.
- <http://librodigital.sangregorio.edu.ec/librosusgp/50955.pdf>

Aragón, L. y Bosques, E. (2012). Adaptación familiar, escolar y personal de adolescentes de la ciudad de México. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 17 (2), 263-282.

<https://www.redalyc.org/pdf/292/29224159002.pdf>

Araujo Vega, J. (2019). *Adaptación de conducta en adolescentes de dos instituciones, según tipo de gestión educativa – Trujillo* [Tesis de licenciatura, Universidad Privada

Antenor Orrego]. Archivo digital.

[https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/4924/1/RE\\_PSICOL\\_JHULIANA.ARAUJO\\_CONDUCTA.EN.ADOLESCENTES\\_DATOS.PDF](https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/4924/1/RE_PSICOL_JHULIANA.ARAUJO_CONDUCTA.EN.ADOLESCENTES_DATOS.PDF)

Arribasplata-Carrasco, E. (2020). *Clima social familiar y adaptación de conducta en adolescentes de una institución educativa pública de la ciudad de Cajamarca, 2020*

[Tesis de Licenciatura, Universidad Privada Antonio Guillermo Urrel]. Repositorio digital. <http://repositorio.upagu.edu.pe/handle/UPAGU/1573>

Balcázar-Salinas, S. (2020). *Bienestar psicológico y relaciones interpersonales en adolescentes de una institución educativa pública de un caserío de la provincia de San*

*Pablo-Cajamarca* [Tesis de Licenciatura, Universidad Señor de Sipán] Repositorio Universidad Señor de Sipán.

<https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/8876/Balc%c3%a1zar%20Salinas%20Samantha%20Steffany.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Bermúdez, J., Pérez, A., Ruiz, J., Rueda, B. y Sanjuan, P. (2012) *Psicología de la Personalidad*. Madrid: UNED. Archivo digital.

<https://tuvntana.files.wordpress.com/2015/06/psicologia-de-la-personalidad-bermudez-perez-y-ruiz.pdf>

Bermúdez J. (2017) *Psicología de la Personalidad. Teoría e Investigación* (Vol. I) Madrid: UNED. Archivo digital. <https://pdfcoffee.com/psicologia-de-la-personalidad-teoria-e-investigacion-volumen-i-jose-bermudez-moreno-pdf-free.html>

Bosques, A. y Aragón, L. (2008). Nivel de adaptación en adolescentes mexicanos. *Interamerican Journal of Psychology* 42(2), 287-297. [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-96902008000200010](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-96902008000200010)

Campuzano-Quintana, M. (2018) *Adaptación de conducta en estudiantes del cuarto y quinto grado del nivel secundario de la Institución Educativa Manuel Gonzales Prada* [Tesis de Licenciatura, Universidad Inca Garcilaso de la Vega] Repositorio digital. <http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/2550/TRAB.SUF.PRO.F.Mar%C3%ADa%20Cristina%20Campuzano%20Quintana.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Casalino-Ortiz, X. (2017). *Bienestar psicológico y clima social escolar en alumnos de 1er. y 2do grado de nivel secundaria de una institución educativa nacional - Trujillo* [Tesis de pregrado, Universidad Privada Antenor Orrego] Repositorio digital. <https://hdl.handle.net/20.500.12759/2882>

Casullo, M; Brenlla, M; Castro, A; Cruz, M; Remedios, C; Martinez, P. e Inmaculada, R. (2002). Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica. Scribd. <https://es.scribd.com/doc/316538641/Casullo-Evaluacion-Del-BienestarPsicologico-en-Iberoamerica>

- Chuna De la Cruz, C. F. (2017). *Adaptación de conducta en estudiantes de tercero, cuarto y quinto del nivel secundario de la Institución Educativa Salesiano Don Bosco, Callao*. [Tesis de licenciatura, Universidad Inca Garcilaso de la Vega] Archivo Digital. <http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/1663/TRAB.SUF.PRO.F.%20CHRISTIAN%20FRANCISCO%20CHUNA%20DE%20LA%20CRUZ.pdf?sequence=2&isAllowed=y>
- Cipriano-Chávez, K. (2016). *Valores Interpersonales y Adaptación de Conducta en adolescentes secundarios de una IEE de la ciudad de Trujillo* [Tesis de Licenciatura, Universidad Privada Antenor Orrego] Archivo digital. [https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/2456/1/RE\\_PSICO\\_KATIA.CIPRIANO\\_VALORES.INTERPERSONALES.Y.ADAPTACION.DE.CONDUCTA.EN.ADOLESCENTES\\_DATOS.PDF](https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/2456/1/RE_PSICO_KATIA.CIPRIANO_VALORES.INTERPERSONALES.Y.ADAPTACION.DE.CONDUCTA.EN.ADOLESCENTES_DATOS.PDF)
- Cortez, M. (2016). Propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico de Martina Casullo en adolescentes de Trujillo. *Revista ciencia y tecnología*, 12(4), 101 - 112.
- Cruz Caqui, L. (2022). *Funcionalidad familiar y bienestar psicológico en adolescentes de una institución educativa nacional de Lima Metropolitana* [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional Federico Villareal]. Repositorio Digital. [http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13084/5931/TESIS\\_CRUZ%20CAQUI%20LICET%20MELANIN.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13084/5931/TESIS_CRUZ%20CAQUI%20LICET%20MELANIN.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Cruz Ramos, Y. y Suarez Sanchez, N. (2022). Bienestar psicológico y calidad de vida en el personal del departamento de enfermería del hospital de San Juan de Lurigancho Lima,

2020. [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma de Ica] Repositorio digital.  
[http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/bitstream/autonomadeica/2101/1/SUAREZ  
 %20SANCHEZ%20NOEMI%20ENEDI%20-  
 %20CRUZADO%20RAMOS%20YESENIA%20ELIZABETH.pdf](http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/bitstream/autonomadeica/2101/1/SUAREZ%20SANCHEZ%20NOEMI%20ENEDI%20-%20CRUZADO%20RAMOS%20YESENIA%20ELIZABETH.pdf)

Chapoñan Palacios, M. (2021). Análisis teórico del bienestar psicológico formulado por Carol Ryff y Martina Casullo [Tesis de pregrado, Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo]. Archivo digital.  
[https://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/4371/1/TIB\\_Chapo%C3%B1anPalaciosMaria.pdf](https://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/4371/1/TIB_Chapo%C3%B1anPalaciosMaria.pdf)

De la Cruz, V. y Cordero, A. (2015). Inventario de adaptación de conducta. *Departamento de I+D+i de TEA Ediciones*, 1(7). <https://docplayer.es/21509330-Inventario-de-adaptacion-de-conducta-m-a-v-de-la-cruz-y-a-cordero.html>

De la Cruz, V y Cordero, A. (2004). Inventario de Adaptación de Conducta. 1(6) Madrid: TEA Ediciones. <https://www.buenastareas.com/ensayos/Iac-Inventario-De-Adaptaci%C3%B3n-De-Conducta/26537999.html>

Domínguez Bolaños, R. E., & Ibarra Cruz, E. (2017). La psicología positiva: Un nuevo enfoque para el estudio de la felicidad. *Razón y Palabra*, 21(96), 660-67.

Ezaine Díaz, M. (2019). Bienestar Psicológico en estudiantes universitarios, con pareja y sin pareja de las facultades de una universidad privada de Trujillo. [Tesis de licenciatura, Universidad Privada Antenor Orrego] Repositorio digital.

[https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/5852/1/RE\\_PSICO\\_MARIA.EZAINI\\_BIENESTAR.PSICOLOGICO\\_DATOS.pdf](https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/5852/1/RE_PSICO_MARIA.EZAINI_BIENESTAR.PSICOLOGICO_DATOS.pdf)

Fragoso-Luzuriaga, R. (2015). Inteligencia emocional y competencias emocionales en educación superior, ¿un mismo concepto? *Revista Iberoamericana de Educación Superior*, 6 (16), 2007-2872. <https://www.redalyc.org/pdf/2991/299138522006.pdf>

Frosso-Motti, S; Vassilis-Pavlopoulos, S. y Asendorpf, J. (2020). Longitudinal interplay between peer likeability and youth's adaptation and psychological well-being: A study of immigrant and nonimmigrant adolescents in the school context. *International Journal of Behavioral Development* 44(5), 393–403. <https://dspace.library.uu.nl/bitstream/handle/1874/407945/0165025419894721.pdf?sequence=1>

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF] (2021, 4 de marzo) Por lo menos 1 de cada 7 niños y jóvenes ha vivido confinado en el hogar durante gran parte del año, lo que supone un riesgo para su salud mental y su bienestar. <https://www.unicef.org/es/comunicados-prensa/1-cada-7-ninos-jovenes-ha-vivido-confinado-hogar-durante-gran-parte-ano>

Gaete, V. (2015). Desarrollo psicosocial del adolescente. *Revista Chilena de Pediatría*, 86(6), 436-443. <https://www.scielo.cl/pdf/rcp/v86n6/art10.pdf>

Galicia Rubio, S. (2020). *Competencia parental percibida y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa estatal de Trujillo* [Tesis de

- Licenciatura, Universidad Privada Antenor Orrego]. Repositorio digital.  
<https://hdl.handle.net/20.500.12759/6445>
- García-Alandete, J. (2014). Psicología positiva, bienestar y calidad de vida. En-claves del Pensamiento, VIII(16), 13-29. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=141132947001>
- García, D., Soler, M. y Cobo, R. (2019). Bienestar Psicológico en Adolescentes: Relaciones con Autoestima, Autoeficacia, Malestar Psicológico y Síntomas Depresivos. *Revista de Orientación Educativa*, 33(63), 23-43.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7773083>
- Gaxiola, J. y Palomar, J. (2016). *El bienestar psicológico: Una mirada desde Latinoamérica*. Qartuppi. <http://qartuppi.com/2016/BIENESTAR.pdf>
- Gómez, R. y De la Iglesia, G. (2017). Propiedades Psicométricas del Cuestionario de Adaptación para Adolescentes Bell en Población Bogotana. *Evaluar*, 17 (02).  
<https://revistas.unc.edu.ar/index.php/revaluar/article/view/18721/18530>
- Gutiérrez, M; José-Manuel, T. y Pastor-Ana, M. (2020). Apoyo social de familia, profesorado y amigos, ajuste escolar y bienestar subjetivo en adolescentes peruanos. *Suma Psicológica* 28(1), 0121-4381.  
[https://www.researchgate.net/publication/351231881\\_Apoyo\\_social\\_de\\_familia\\_profesorado\\_y\\_amigos\\_ajuste\\_escolar\\_y\\_bienestar\\_subjetivo\\_en\\_adolescentes\\_peruanos](https://www.researchgate.net/publication/351231881_Apoyo_social_de_familia_profesorado_y_amigos_ajuste_escolar_y_bienestar_subjetivo_en_adolescentes_peruanos)
- Huamaní Mendoza, S. (2019) *Bienestar psicológico y conductas antisociales en estudiantes de tercero a quinto de secundaria de tres instituciones educativas públicas de Los*

*Olivos, 2019* [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio digital Universidad Cesar Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/41535>

Huerta, R; Santivañez, R; Escudero, J; Peña, B; Chumbes, G; Merino, S; Terrel, S; Gamboa, S; Quispe, J; Ramos, J. y Segura, L. (2023). Conductas autodestructivas y anomia social en estudiantes de secundaria con y sin violencia intrafamiliar. *Revista de Investigación en Psicología*, 26 (1). <http://www.scielo.org.pe/pdf/rip/v26n1/1560-909X-rip-26-01-5.pdf>

Injo-Ulloque, A. (2020). *Funcionamiento familiar y bienestar psicológico en estudiantes de una institución educativa pública, Lambayeque, 2019* [Tesis de Licenciatura, Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote]. Repositorio digital. <https://hdl.handle.net/20.500.13032/17814>

Jaime-Morales Y. (2019). Adaptación de conducta en estudiantes de secundaria de escasos recursos de una institución educativa pública del distrito de Ventanilla [Tesis de pregrado, Universidad Inca Garcilaso de la vega]. Archivo digital. [http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/4517/TRABSUFICIENCIA\\_JAIME\\_JUDITH.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/4517/TRABSUFICIENCIA_JAIME_JUDITH.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Lescano-Ancajima, A. (2016) *Relaciones entre el clima social familiar y adaptación de conducta en los adolescentes de tercer y cuarto grado de secundaria de la I.E. Jose María Escriba de Balaguer - Castilla 2014* [Tesis de Licenciatura, Universidad Católica los Ángeles de Chimbote]. Repositorio Digital. <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/715>

- López, L. y Huamaní, M. (2017). *Estilos de crianza parental y problemas de conducta en adolescentes de una I.E. Pública de Lima Este, 2016* [Tesis de Licenciatura, Universidad Peruana Unión]. Archivo digital. [https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/394/Luz\\_del\\_Pilar\\_Tesis\\_bachiller\\_2017.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/394/Luz_del_Pilar_Tesis_bachiller_2017.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- López, M., Jiménez, M. y Guerrero, D. (2013) Estudio de la relación entre el bienestar personal y la adaptación de conducta en el marco de la escuela Salugénica. *EDUCAR*, 49(2),303-320. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=342130841008>
- López-Fernández, M. (2009). El concepto de anomia de Durkheim y las aportaciones teóricas posteriores. *Iberoforum, voces y conceptos*, 4(8), 2007-0675. <https://www.redalyc.org/pdf/2110/211014822005.pdf>
- Martín-Cabrera, V. (2016). *Bienestar Subjetivo, Bienestar Psicológico y significación vital en personas en situación de desempleo* [Tesis de pregrado, Universidad de la Laguna]. Archivo digital. <https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/3815/BIENESTAR%20SUBJETIVO%20C%20BIENESTAR%20PSICOLOGICO%20Y%20SIGNIFICACION%20VITAL%20EN%20PERSONAS%20EN%20SITUACION%20DE%20DESEMPLEO.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Matos-Quezada, M. (2014). *Asertividad y adaptación de conducta en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa estatal de Chimbote* [Tesis de Licenciatura, Universidad Privada Antenor Orrego]. Archivo digital.

[https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/1790/1/RE\\_PSICOLOGIA\\_A\\_SERTIVIDAD\\_ADAPTACION.CONDUCTA\\_ADOLESCENCIA\\_TESIS.pdf](https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/1790/1/RE_PSICOLOGIA_A_SERTIVIDAD_ADAPTACION.CONDUCTA_ADOLESCENCIA_TESIS.pdf)

Martínez, A. y Almeida, L. (2021). Relación entre las habilidades de adaptación conductual y las dificultades emocionales comportamentales en adolescentes. *Revista digital de Ciencia, Tecnología e Innovación*, 8 (3).  
<https://revista.uniandes.edu.ec/ojs/index.php/EPISTEME/article/view/2077/1749>

Martínez, A; Almeida, L; Santamaría, S. y Villegas, N. (2018). Diseño de un cuestionario de habilidades de adaptación conductual para adolescentes. *Psychologia*, 12(1), 59-69.  
<http://www.scielo.org.co/pdf/psych/v12n1/1900-2386-psych-12-01-59.pdf>

Meneses Gómez, M., Ruiz Sánchez, S. y Sepulveda Henao, M. (2016). *Revisión de las principales teorías de bienestar psicológico*. [Tesis de licenciatura, Universidad Antioquia] Repositorio digital.  
[https://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/14523/1/MenesesMaria\\_2016\\_RevisionPrincipalesTeorias.pdf](https://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/14523/1/MenesesMaria_2016_RevisionPrincipalesTeorias.pdf)

Merino Vela, D. (2022). *Bienestar e ill-being en estudiantes universitarios: el rol de las necesidades psicológicas básicas y el contenido de las metas*. [Tesis de licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú] Repositorio digital.  
[https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/24456/MERINO\\_VELA\\_GABRIELA\\_JANET.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/24456/MERINO_VELA_GABRIELA_JANET.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Ministerio de Salud (2020) *Plan de Salud Mental Perú, 2020 - 2021*.  
<http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/5092.pdf>

- Morales, M. y Gonzáles, A. (2014). Resiliencia-Autoestima-Bienestar psicológico y Capacidad intelectual de estudiantes de cuarto medio de buen rendimiento de liceos vulnerables. *Estudios pedagógicos (Valdivia)*, 40(1), 215-228. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-07052014000100013>
- Moreno-Saavedra, M. (2020). *Adaptación de conducta en estudiantes del nivel secundario de una Institución Educativa de Chimbote, 2020*. [Tesis de licenciatura, Universidad Cesar Vallejo] Repositorio digital. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/62460/Moreno\\_SMN-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/62460/Moreno_SMN-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Muratori, M; Zubieta, E; Ubillos, S; Gonzales, J. y Bobowik, M. (2015). Felicidad y Bienestar Psicológico: Estudio Comparativo Entre Argentina y España. *PSYKHE*, 24(2), 1-18. <https://scielo.conicyt.cl/pdf/psykhe/v24n2/art03.pdf>
- Levy, S. (2022). Manual MDS, versión para profesionales. <https://www.msmanuals.com/es-pe/professional/pediatr%C3%ADa/los-problemas-en-la-adolescencia/problemas-de-conducta-en-los-adolescentes?query=Problemas%20de%20comportamiento%20en%20los%20adolescentes>
- Organización Mundial de la Salud [OMS] (2020) <https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/adolescent-mental-health>
- Ortega, W; Pozo, F; Vásquez, J.; Díaz, E. y Patiño, A. (2021). Modelo ecológico de Bronfenbrenner aplicado a la pedagogía, modelación matemática para la toma de

decisiones bajo incertidumbre: de la lógica difusa a la lógica plitogénica. *NSIA Publishing House Editions*, 1(1), 978-1-59973-702-7.  
<http://fs.unm.edu/LogicaPlitogenica.pdf>

Otzen, T. y Manterola, C. (2017). Técnicas de muestreo sobre una población a estudio. *Int. J. Morphol.*, 35(1):227-232. <https://scielo.conicyt.cl/pdf/ijmorphol/v35n1/art37.pdf>

Páramo, M., Leo, M., Cortés, M. y Morresi, G. (2015). Influencia del bienestar psicológico en la vulnerabilidad a conductas adictivas en adolescentes escolarizados de 15 a 18 años. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, XXIV (2),167-178.  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=281946783009>

Paredes-Miranda, K. (2020). *Inteligencia emocional y adaptación conductual en adolescentes con riesgo de callejización* [Proyecto para bachiller, Pontificia Universidad Católica de Ecuador]. Archivo digital.  
<https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/2957/1/77137.pdf>

Parra, P. y Rubio, Y. (2017). *Una mirada desde el modelo ecológico de Bronfenbrenner de dos historias de sujetos que se convirtieron en padres/madres durante su adolescencia* [Tesis de licenciatura, Fundación Universitaria Los Libertadores] Archivo digital.  
<https://repository.libertadores.edu.co/bitstream/handle/11371/1572/parrapaola2017.pdf?sequence=1&id Allowed=y>

Pérez Peralta, Ó. (2021). *Resiliencia y adaptación de conducta en adolescentes de una institución educativa pública de Trujillo* [Tesis de Licenciatura, Universidad Privada

- Antenor Orrego]. Repositorio digital Universidad Privada Antenor Orrego.  
<https://hdl.handle.net/20.500.12759/8248>
- Putwain, D; Loderer, K; Gallard, D. Y Beaumont, J. (2019). School-related subjective well-being promotes subsequent adaptability, achievement, and positive behavioural conduct. *British Journal of Educational Psychology*, 90(1), 2044-8279.  
<https://bpspsychub.onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/bjep.12266>
- Quiroz Murga, T. (2018). *Clima social familiar y conducta social en estudiantes de tercero de secundaria de una institución educativa de Trujillo* [Tesis de Licenciatura, Universidad Privada Antenor Orrego]. Repositorio digital.  
<https://hdl.handle.net/20.500.12759/4243>
- Ramírez, M; Herrera, F. & Herrera, I. (2003). ¿Qué ocurre con la adaptación y el rendimiento académico de los alumnos, en un contexto educativo pluricultural? *Revista Iberoamericana De Educación*, 33(2), 1-17.  
<https://rieoei.org/RIE/article/view/2994/3898>
- Ramos Peralta, F. (2021). Bienestar psicológico y violencia en el noviazgo en mujeres de la Provincia de Ica, 2021. [Tesis de licenciatura, Universidad Cesar Vallejo] Repositorio digital.  
[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/62071/Ramos\\_PFI-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/62071/Ramos_PFI-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Requejo Altamirano, B. (2022) Clima social escolar y bienestar psicológico en estudiantes de quinto año de secundaria de una institución educativa de Trujillo, 2022 [Tesis de

maestria, Universidad César Vallejo]. Repositorio digital Universidad Cesar Vallejo.

<https://hdl.handle.net/20.500.12692/102234>

Rivera, O; Rosario, F; Santiago M. y Perez, E. (2019). Conductas antisociales y pensamientos escolares del Perú. *Fides et Ratio - Revista de Difusión cultural y científica de la*

*Universidad La Salle en Bolivia*, 18 (18), 2071-081X.

[http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2071-](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2071-)

[081X2019000200007](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2071-081X2019000200007)

Rodriguez Carranza, M. (2022). Clima Social Familiar y Adaptación de conducta en estudiantes de Secundaria de una Institución Educativa Privada de Trujillo. [Tesis de

licenciatura, Universidad Privada Antenor Orrego] Repositorio digital.

[https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/10413/1/REP\\_MARTHA.RO](https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/10413/1/REP_MARTHA.RO)

[DRIGUEZ\\_CLIMA.SOCIAL.FAMILIAR.pdf](https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/10413/1/REP_MARTHA.RO)

Rodríguez-Durand, Y. (2017). Cohesión, adaptabilidad familiar y bienestar psicológico en estudiantes de nivel secundaria de la Institución Educativa Alas Peruanas [Tesis de

pregrado, Universidad Señor de Sipan] Repositorio Universidad Señor de Sipan.

<https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/4180>

Rodríguez, Y. y Quiñones, A. (2012). El bienestar psicológico en el proceso de ayuda con estudiantes universitarios. *Revista Griot*, Vol. 5 (1), ISSN 1949-4742.

[https://www.researchgate.net/publication/267926455\\_Dimensiones\\_del\\_bienestar\\_ps](https://www.researchgate.net/publication/267926455_Dimensiones_del_bienestar_ps)

[icológico y su relación con el apoyo social percibido en estudiantes universitar](https://www.researchgate.net/publication/267926455_Dimensiones_del_bienestar_ps)

[ios](https://www.researchgate.net/publication/267926455_Dimensiones_del_bienestar_ps)

- Saavedra-Moya, D. (2017). “Adaptación de conducta y agresividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa nacional – Trujillo” [Tesis de licenciatura, Universidad Privada Antenor Orrego] Repositorio digital. [https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/3167/1/RE\\_PSICO\\_DAYAN\\_A.SAAVEDRA\\_ADPTACION.DE.CONDUCTA.Y.AGRESIVIDAD\\_DATOS.pdf](https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/3167/1/RE_PSICO_DAYAN_A.SAAVEDRA_ADPTACION.DE.CONDUCTA.Y.AGRESIVIDAD_DATOS.pdf)
- Salvador-Chu, D. (2016). *Bienestar psicológico y habilidades sociales en los alumnos de primer grado de nivel secundario de una Institución Educativa particular de la ciudad de Trujillo* [Tesis de pregrado, Universidad Privada Antenor Orrego]. Archivo digital. [https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/1971/1/RE\\_PSICO\\_DIEGO.SALVADOR\\_BIENESTAR.PSICOLOGICO\\_HABILIDADES.SOCIALES\\_DATOS.pdf](https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/1971/1/RE_PSICO_DIEGO.SALVADOR_BIENESTAR.PSICOLOGICO_HABILIDADES.SOCIALES_DATOS.pdf)
- Sánchez, H., Reyes, C. Mejía, K. (2018). Manual de términos en investigación científica, tecnológica y humanística. Primera edición, Perú. Bussiness Support Aneth S.R.L. <https://www.urp.edu.pe/pdf/id/13350/n/libro-manual-de-terminos-en-investigacion.pdf>
- Sandoval, J. y Real, C. (2016). Adaptación Conductual y Niveles de Ansiedad en los Estudiantes de los 1ros, 2dos y 3ros Semestres de la Carrera de Medicina de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Técnica de Ambato [Tesis de licenciatura, Universidad Técnica de Ambato] Repositorio digital. <https://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/23014>
- Sauleda-Andersson, A. (2017). Relación entre inteligencia emocional y bienestar psicológico en adolescentes ecuatorianos [Tesis de pregrado, Universidad Francisco de Vitoria].

Depósito

Digital

UFV.

<http://ddfv.ufv.es/handle/10641/1349#:~:text=http%3A/hdl.handle.net/10641/1349>

Severino Chavez, A. (2018). *Propiedades Psicométricas de la Escala del Bienestar Psicológico en adultos de un Asentamiento Humano del distrito Veintiséis de Octubre* [Tesis de Licenciatura, Universidad Cesar Vallejo] Repositorio digital Cesar Vallejo.

<https://hdl.handle.net/20.500.12692/29150>

Simbrón-Mendoza, E. (2019). *Adaptación conductual en adolescentes institucionalizados por estado de abandono en un centro de acogida residencial de lima metropolitana* [Tesis de licenciatura, Universidad San Ignacio de Loyola] Archivo digital.

<https://repositorio.usil.edu.pe/entities/publication/83ddcf03-c272-458b-a8ef-cf51b4863045>

Tello Illa, V. (2020). *Niveles de adaptación de conducta en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Pública de la Provincia de Urubamba, Cusco 2017* [Tesis de Licenciatura, Universidad Andina del Cusco]. Repositorio digital.

[https://repositorio.uandina.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12557/3852/Viorica\\_Tesis\\_bachiller\\_2020.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uandina.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12557/3852/Viorica_Tesis_bachiller_2020.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Torres Espino, S. (2017) *Bienestar psicológico del adulto mayor del CAM-Chosica* [Tesis de Licenciatura, Universidad Inca Garcilaso de la Vega] Archivo digital.

<http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/1550/TRAB.SUF.PRO.F.%20TORRES%20ESPINO%20SONIA.pdf?sequence=2&isAllowed=y>

- Torres Gonzales, Y. (2021). Relación entre adaptación y rendimiento académico en estudiantes del quinto año de secundaria de instituciones educativas públicas del distrito de alto de la alianza, Tacna – 2019. [Tesis de Maestría, Universidad Privada de Tacna] Repositorio digital. <https://repositorio.upt.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12969/2009/Torres-Gonzales-Yefer.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Veliz-Burgos, A. (2012). Propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico y su estructura factorial en universitarios chilenos. *Psicoperspectivas. Individuo y Sociedad*, 11(2). <https://www.psicoperspectivas.cl/index.php/psicoperspectivas/article/viewFile/196/215>
- Vera, P., Urzúa, A., Silva, J., Pavés, P. y Celis, K. (2012). Escala de Bienestar de Ryff: Análisis Comparativo de los Modelos Teóricos en Distintos Grupos de Edad. *Scielo*, 26(1), 106-112. <https://www.scielo.br/j/prc/a/xWRztJ6pYQKshTwMJJXtgFj/?format=pdf&lang=es>
- Urbano-Reaño, E. (2019). Estilos de afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en adolescentes de la Escuela de Líderes Escolares de Lima Norte [Tesis de maestría, Universidad Peruana Cayetano Heredia]. Repositorio Institucional Universidad Peruana Cayetano Heredia. <https://repositorio.upch.edu.pe/handle/20.500.12866/6441>
- Uribe, A., Ramos, I., Villamil, I. y Palacio, J. (2018). La importancia de las estrategias de afrontamiento en el bienestar psicológico en una muestra escolarizada de adolescentes.

Psicogente,

21(40),

440-457.

<http://revistas.unisimon.edu.co/index.php/psicogente/article/view/3082>

Yataco-Apaza, J. (2019). Bienestar psicológico y estrés académico en estudiantes de la carrera de ingeniería de sistemas de una universidad privada de Lima sur [Tesis de Licenciatura, Universidad Autónoma del Perú]. Archivo digital. <http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/707/1/Yataco%20Apaza%2C%20Jessica%20Paola.pdf>

## 6.2. Anexos

### Anexo 1. Resolución



**UPAO**

Facultad de Medicina Humana  
DECANATO

Trujillo, 28 de diciembre del 2021

**RESOLUCION N° 2672-2021-FMEHU-UPAO**

**VISTO**, el expediente organizado por Don (ña) **Serna Alarcón Shirley Jessenia** y Don (ña) **Rivera Pérez Claudia Alessandra** alumnos de la Escuela Profesional de Psicología, solicitando **INSCRIPCIÓN** de proyecto de tesis Titulado **“Adaptación de conducta y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa nacional de la Esperanza”**, para obtener el **Título Profesional de Licenciado en Psicología**, y;

**CONSIDERANDO:**

Que, los alumnos **Serna Alarcón Shirley Jessenia** y **Rivera Pérez Claudia Alessandra** están cursando el curso de Tesis I, y de conformidad con el referido proyecto revisado y evaluado por el Comité Técnico Permanente de Investigación y su posterior aprobación por la Directora de la Escuela Profesional de Psicología, de conformidad con el Oficio N° **0779-2021-PSIC-UPAO**;

Que, de la Evaluación efectuada se desprende que el Proyecto referido reúne las condiciones y características técnicas de un trabajo de investigación de la especialidad;

Que, de conformidad a lo establecido en la sección III – del Título Profesional de Licenciado en Psicología y sus equivalentes, del Reglamento de Grados y Títulos Artículo del 26 al 29, el recurrente ha optado por la realización del **Proyecto de Tesis**;

Que, habiéndose cumplido con los procedimientos académicos y administrativos reglamentariamente establecidos, por lo que el Proyecto debe ser inscrito para ingresar a la fase de desarrollo;

Estando a las consideraciones expuestas y en uso a las atribuciones conferidas a este despacho;

**SE RESUELVE:**

**Primero.- AUTORIZAR** la inscripción del Proyecto de Tesis Titulado **“Adaptación de conducta y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa nacional de la Esperanza”**, presentado por los alumnos **Serna Alarcón Shirley Jessenia** y **Rivera Pérez Claudia Alessandra** en el registro de Proyectos con el N° **665** por reunir las características y requisitos reglamentarios declarándolo expedito para la realización del trabajo correspondiente.

**Segundo.- REGISTRAR** el presente Proyecto de Tesis con fecha **28.12.21** manteniendo la vigencia de registro hasta el **28.12.23**.

**Tercero.- NOMBRAR** como Asesor de la Tesis al (la) profesor (a) **FERNANDEZ BURGOS MARIA CELESTE**.

**Cuarto.- DERIVAR** a la Señora Directora de la Escuela Profesional de Psicología para que se sirva disponer lo que corresponda, de conformidad con la normas Institucionales establecidas, a fin que el alumno cumpla las acciones que le competen.

**Quinto.- PONER** en conocimiento de las unidades comprometidas en el cumplimiento de lo dispuesto en la presente resolución.

**REGÍSTRESE, COMUNÍQUESE Y ARCHÍVESE.**



Dr. JUAN ALBERTO DIAZ PLASENCIA  
Decano (e)



Dra. ZELMIRA BEATRIZ LOZANO SANCHEZ  
Secretaria Académica (e)

c.c. Facultad de Medicina Humana  
Escuela de Psicología  
Asesor(a)  
Interesados  
Expediente  
Archivo

## Anexo 2. Asentimiento informado

### FORMATO DE ASENTIMIENTO INFORMADO

Por medio del presente documento manifiesto que se me ha brindado información para la participación en la investigación científica que se aplicará a los estudiantes de 1er a 3er año de secundaria.

Se me ha explicado que:

- El objetivo del estudio es determinar la relación entre adaptación de conducta y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Nacional de La Esperanza.
- El procedimiento consiste en responder a dos cuestionarios denominados Inventario de Adaptación de conducta (IAC) y Escala de bienestar psicológico para jóvenes adolescentes (BIEPS-J)
- El tiempo de duración de la participación del estudiante dentro de la institución educativa es de 35 minutos.
- Puedo recibir respuesta a cualquier pregunta o aclaración.
- Soy libre de rehusarme a que el estudiante dentro de la institución educativa participe en cualquier momento y dejar de participar en la investigación, sin que ello lo(a) perjudique.
- No se identificará la identidad del estudiante dentro de la institución educativa y se reservará la información que proporcione. Sólo será revelada la información que proporcione cuando haya riesgo o peligro para su persona o para los demás o en caso de mandato judicial.
- Puedo contactarme con las autoras de la investigación Serna Alarcón, Shirley Jessenia y Rivera Pérez, Claudia Alessandra mediante correo electrónico para presentar mis preguntas y recibir respuestas.

Finalmente, bajo estas condiciones **ACEPTO** que el estudiante dentro de la institución educativa participe de la investigación.

DNI del Director de los estudiantes: \_\_\_\_\_

Trujillo, ..... de .....de 2022.

\_\_\_\_\_  
(Claudia Rivera Pérez)

DNI N°: 71272951

\_\_\_\_\_  
(Jessenia Serna Alarcón)

DNI N°: 76198970

En caso de alguna duda o inquietud sobre la participación en el estudio puedo escribir a los correos electrónicos [criverap2@upao.edu.pe](mailto:criverap2@upao.edu.pe) y [ssernaa1@upao.edu.pe](mailto:ssernaa1@upao.edu.pe)

### FORMATO DE ASENTIMIENTO INFORMADO

Por medio del presente documento manifiesto que se me ha brindado información para la participación en la investigación científica que se aplicará a los estudiantes de 1er a 3er año de secundaria.

Se me ha explicado que:

- El objetivo del estudio es determinar la relación entre adaptación de conducta y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Nacional de La Esperanza.
- El procedimiento consiste en responder a dos cuestionarios denominados Inventario de Adaptación de conducta (IAC) y Escala de bienestar psicológico para jóvenes adolescentes (BIEPS-J)
- El tiempo de duración de la participación del estudiante bajo mí tutela es de 35 minutos.
- Puedo recibir respuesta a cualquier pregunta o aclaración.
- Soy libre de rehusarme a que el estudiante bajo mí tutela participe en cualquier momento y dejar de participar en la investigación, sin que ello lo(a) perjudique.
- No se identificará la identidad del estudiante bajo mí tutela y se reservará la información que proporcione. Sólo será revelada la información que proporcione cuando haya riesgo o peligro para su persona o para los demás o en caso de mandato judicial.
- Puedo contactarme con las autoras de la investigación Serna Alarcón, Shirley Jessenia y Rivera Pérez, Claudia Alessandra mediante correo electrónico para presentar mis preguntas y recibir respuestas.

Finalmente, bajo estas condiciones **ACEPTO** que el estudiante bajo mí tutela participe de la investigación.

DNI del Profesor tutor del estudiante: \_\_\_\_\_

Trujillo, ..... de .....de 2022.

\_\_\_\_\_  
(Claudia Rivera Pérez)

DNI N°: 71272951

\_\_\_\_\_  
(Jessenia Serna Alarcón)

DNI N°: 76198970

En caso de alguna duda o inquietud sobre la participación en el estudio puedo escribir a los correos electrónicos [criverap2@upao.edu.pe](mailto:criverap2@upao.edu.pe) y [ssernaa1@upao.edu.pe](mailto:ssernaa1@upao.edu.pe)

### **Anexo 3. Instrumentos de recolección de datos**

#### **INVENTARIO DE ADAPTACION DE CONDUCTA CUADERNILLO DE PREGUNTAS**

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

#### **MARCA EN LA HOJA DE RESPUESTA:**

En cada frase podrás MARCAR la respuesta SI - NO, la que va más de acuerdo a tu opinión con una “X” si tienes duda podrás marcar la interrogante “?”, pero lo mejor es que te decidas entre el SI –o el NO.

Trabaja tan de prisa como puedas, sin detenerte demasiado en cada frase y contesta a todas ellas. Si te equivocas de fila o de casilla tacha la marca y señala tu nueva respuesta.

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

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

#### **¿COMO ESTUDIA USTED?**

21. Leo todo lo que tengo que estudiar subrayando los puntos más importantes.

22. Subrayo las palabras cuyo significado no sé, o no entiendo.
23. Busco en el diccionario el significado de las palabras que no se o no entiendo.
24. Doy una leída parte por parte y repito varias veces hasta recitarlo de memoria.
25. Trato de memorizar todo lo que estudio
26. Me limito a dar una leída general a todo lo que tengo que estudiar.
27. Estudio sólo para los exámenes.
28. Estudio por lo menos dos horas diarias.
29. Cuando hay paso oral recién en el salón de clase me pongo a revisar mis cuadernos.
30. Me pongo a estudiar el mismo día del examen.
31. Espero que se fije la fecha de un examen o paso oral para ponerme a estudiar.

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

32. En las discusiones casi siempre tengo yo la razón.
33. Estoy seguro de que encontraré profesores que me juzguen mal.
34. En vez de matemática, se debería estudiar cursos como teatro, música, etc.
35. Mis padres se comportan de forma poco educada.
36. Me gusta ayudar a los demás en sus problemas, aunque me cause molestias hacerlo.
37. Tengo más éxitos que mis compañeros en las relaciones con las personas del sexo opuesto
38. Entablo conversación con cualquier persona fácilmente.
39. Me gusta que me consideren una persona con la que hay que contar siempre.
40. Siento que forma parte de la sociedad.

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

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

- 60. Mis padres exigen de mejores notas de las que puedo conseguir.
- 61. Mis padres me dan poca libertad.

### **¿COMO HACE USTED SUS TAREAS?**

- 62. Leo la pregunta, busco en el libro y escribo la respuesta casi como dice el libro.
- 63. Leo la pregunta, busco en el libro leo todo y luego contesto según como he comprendido.
- 64. Le doy más importancia al orden y presentación del trabajo que al contenido.
- 65. En mi casa, me falta tiempo para terminar con mis tareas, las termino en el colegio, preguntando a mis amigos.
- 66. Pido ayuda a mis padres u otras personas y dejo que me resuelvan todo o gran parte de la tarea.
- 67. Dejo para último momento la ejecución de mis tareas por eso no las concluyo dentro del tiempo fijado.
- 68. Empieza a resolver una tarea, me canso y paso a otra.
- 69. Cuando no puedo resolver una tarea me da rabia o mucha cólera y ya no lo hago.
- 70. Cuando tengo varias tareas empiezo por la más difícil y luego voy pasando a las más fáciles.
- 71. Durante las clases me distraigo pensando lo que voy hacer a la salida
- 72. Durante las clases me gustaría dormir o tal vez irme de clase.

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

- 73. Estar donde haya mucha gente reunida.
- 74. Participar en las actividades de grupo organizados.
- 75. Hacer excursiones en solitario.
- 76. Participar en discusiones.
- 77. Asistir a fiestas con mucha gente.
- 78. Ser el centro de atención en las reuniones.
- 79. Organizar juegos en grupo.
- 80. Recibir muchas invitaciones.
- 81. Ser el que habla en nombre del grupo.
- 82. Que tus compañeros se conviertan fuera del colegio (Instituto, Universidad) en amigos tuyos.

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

- 83. Te consideras poco importante
- 84. Eres poco popular entre los amigos.
- 85. Eres demasiado tímido(a)
- 86. Te molesta no ser más guapo y atractivo.
- 87. Te fastidia pertenecer a una familia más pobre que la de otros compañeros.
- 88. Estás enfermo más veces que otros.
- 89. Estás de acuerdo con que hay cumplir las normas de convivencia.
- 90. Eres poco ingenioso y brillante en la conversación.
- 91. Tienes poca – voluntad – para cumplir lo que propones.
- 92. Te molesta que los demás se fijen en ti.
- 93. Tus padres se interesan por tus cosas.
- 94. Tus padres te dejan decidir libremente
- 95. Admiras las cualidades de las demás personas de tu familia.

96. Estas seguro de que tus padres te tienen un gran cariño.
97. Tus padres te ayudan a realizarse.
98. Tus padres te permiten elegir libremente a tus amigos
99. Estás convencido de que tu familia aprueba lo que haces.
100. Te sientas unido a tu familia.
101. Crees que a pesar de todo lo que se diga, los padres comprenden bien a sus hijos.
102. Tu padre te parece un ejemplo a imitar.

### **¿COMO TE PREPARAS PARA LOS EXAMENES?**

103. Repaso momentos antes del examen.
104. Preparo un plagio por si acaso me olvido un tema.
105. Confío en mi buena suerte por eso solo estudio aquellos temas que supongo que el profesor preguntará.
106. Cuando tengo dos o más exámenes el mismo día empiezo a estudiar por el tema más difícil y luego el más fácil.
107. Me presento a rendir mis exámenes sin haber estudiado todo el curso.
108. Durante el examen se me confunden los temas y se me olvida lo que he estudiado

### **¿COMO ESCUCHAS LAS CLASES?**

109. Cuando no entiendo algo levanto la mano y pregunto al profesor.
110. Estoy atento a las bromas de mis compañeros que a la clase.
111. Me canso rápidamente y me pongo hacer otras cosas.
112. Cuando no entiendo un tema mi mente se pone a pensar soñando despierto.
113. Mis imaginaciones o fantasías me distraen durante las clases.

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

114. Formas parte de un grupo de amigos
115. Eras uno de los chicos (as) más populares de tu colegio.
116. Te gusta organizar los planes y actividades de tu grupo.
117. Te gusta participar en paseos con mucha gente.
118. Organizas reuniones con cualquier pretexto.
119. En las fiestas te unes al grupo más animado.
120. Cuando vas de viaje entablas conversación fácilmente con las personas que van a tu lado.
121. Te gusta estar solo mucho tiempo.
122. Prefieres quedarte en tu cuarto leyendo u oyendo música a reunirte con tu familia a ver a la televisión a comentar cosas.
123. Te molesta no tener libertad y medios para vivir de otra forma.

**VERIFICA SI HAS MARCADO TODO TUS RESPUESTAS....**



**INVENTARIO DE ADAPTACION CONDUCTUAL**  
**HOJA DE RESPUESTA**

APELLIDOS Y NOMBRES : \_\_\_\_\_ EDAD : \_\_\_\_\_

GRADO AL QUE : \_\_\_\_\_ FECHA DE HOY : \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_  
INGRESA : \_\_\_\_\_

1.	SI	?	N	42	SI	?	N	83.	SI	?	N
2.	SI	?	N	43	SI	?	N	84.	SI	?	N
3.	SI	?	N	44	SI	?	N	85.	SI	?	N
4.	SI	?	N	45	SI	?	N	86.	SI	?	N
5.	SI	?	N	46	SI	?	N	87.	SI	?	N
6.	SI	?	N	47	SI	?	N	88.	SI	?	N
7.	SI	?	N	48	SI	?	N	89.	SI	?	N
8.	SI	?	N	49	SI	?	N	90.	SI	?	N
9.	SI	?	N	50	SI	?	N	91.	SI	?	N
10	SI	?	N	51	SI	?	N	92.	SI	?	N
11	SI	?	N	52	SI	?	N	93.	SI	?	N
12	SI	?	N	53	SI	?	N	94.	SI	?	N
13	SI	?	N	54	SI	?	N	95.	SI	?	N
14	SI	?	N	55	SI	?	N	96.	SI	?	N
15	SI	?	N	56	SI	?	N	97.	SI	?	N
16	SI	?	N	57	SI	?	N	98.	SI	?	N
17	SI	?	N	58	SI	?	N	99.	SI	?	N
18	SI	?	N	59	SI	?	N	100	SI	?	N
19	SI	?	N	60	SI	?	N	101	SI	?	N
20	SI	?	N	61	SI	?	N	102	SI	?	N
21	SI	?	N	62	SI	?	N	103	SI	?	N

22	SI	?	N	63	SI	?	N	104	SI	?	N
23	SI	?	N	64	SI	?	N	105	SI	?	N
24	SI	?	N	65	SI	?	N	106	SI	?	N
25	SI	?	N	66	SI	?	N	107	SI	?	N
26	SI	?	N	67	SI	?	N	108	SI	?	N
27	SI	?	N	68	SI	?	N	109	SI	?	N
28	SI	?	N	69	SI	?	N	110	SI	?	N
29	SI	?	N	70	SI	?	N	111	SI	?	N
30	SI	?	N	71	SI	?	N	112	SI	?	N
31	SI	?	N	72	SI	?	N	113	SI	?	N
32	SI	?	N	73	SI	?	N	114	SI	?	N
33	SI	?	N	74	SI	?	N	115	SI	?	N
34	SI	?	N	75	SI	?	N	116	SI	?	N
35	SI	?	N	76	SI	?	N	117	SI	?	N
36	SI	?	N	77	SI	?	N	118	SI	?	N
37	SI	?	N	78	SI	?	N	119	SI	?	N
38	SI	?	N	79	SI	?	N	120	SI	?	N
39	SI	?	N	80	SI	?	N	121	SI	?	N
40	SI	?	N	81	SI	?	N	122	SI	?	N
41	SI	?	N	82	SI	?	N	123	SI	?	N
.				.				.			

#### Anexo 4. Tablas de niveles, validez y confiabilidad interna

**Tabla 8**

*Nivel de adaptación de conducta en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Nacional de La Esperanza*

<b>Adaptación de conducta</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Bajo	105	44.3
Medio	129	54.4
Alto	3	1.3
<b>Total</b>	<b>237</b>	<b>100</b>

Se aprecia que el nivel de adaptación de conducta en los estudiantes de secundaria, la mayoría de estudiantes se ubicó en el nivel medio con 54.4%, seguido del 44.3% que se ubicó en el nivel bajo y un 1.3% en nivel alto.

**Tabla 9**

*Nivel de adaptación de conducta según dimensión en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Nacional de La Esperanza*

<b>Adaptación de conducta</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>Adaptación personal</b>		
Bajo	75	31.6
Medio	136	57.4
Alto	26	11
<b>Adaptación familiar</b>		
Bajo	88	37.1
Medio	127	53.6
Alto	22	9.3
<b>Adaptación educativa</b>		
Bajo	28	11.8
Medio	206	86.9
Alto	3	1.3
<b>Adaptación social</b>		
Bajo	107	45.1
Medio	109	46
Alto	21	8.9
<b>Total</b>	<b>237</b>	<b>100</b>

Se aprecia que el nivel de adaptación de conducta según dimensión, la mayoría de estudiantes de secundaria se ubica en el nivel promedio para las dimensiones Adaptación personal, familiar, educativa y social, con porcentajes entre 46% y 86.9%.

**Tabla 10**

*Nivel de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Nacional de La Esperanza*

<b>Bienestar psicológico</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Bajo	70	29.5
Medio	104	43.9
Alto	63	26.6
<b>Total</b>	<b>237</b>	<b>100</b>

Se aprecia que el nivel de bienestar psicológico en los estudiantes de secundaria, la mayoría de estudiantes se ubicó en el nivel medio con 43.9%, seguido del 29.5% que se ubicó en el nivel bajo y un 26.6% en nivel alto.

**Tabla 11**

*Nivel de bienestar psicológico según dimensión en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Nacional de La Esperanza*

<b>Bienestar psicológico</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>Control de situaciones</b>		
Bajo	91	38.4
Medio	43	18.1
Alto	103	43.5
<b>Proyectos</b>		
Bajo	71	30
Medio	54	22.8
Alto	112	47.3
<b>Vínculos psicosociales</b>		
Bajo	73	30.8
Medio	44	18.6
Alto	120	50.6
<b>Aceptación de sí mismo</b>		
Bajo	89	37.6
Medio	54	22.8
Alto	94	39.7
<b>Total</b>	<b>237</b>	<b>100</b>

Se aprecia que el nivel de bienestar psicológico por dimensión, la mayoría de estudiantes de secundaria, se encuentra para las cuatro dimensiones, control de situaciones, proyectos, vínculos psicosociales y aceptación de sí mismo, presentan un nivel alto con porcentajes entre 39.7% y 50.6%.

**Tabla 12**

*Validez del instrumento: escala de adaptación de conducta en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Nacional de La Esperanza*

<b>Ítem</b>	<b>Correlación</b>	<b>Validez</b>	<b>Ítem</b>	<b>Correlación</b>	<b>Validez</b>
<b>Ítem 1</b>	.481	Válido	<b>Ítem 63</b>	.506	Válido
<b>Ítem 2</b>	.551	Válido	<b>Ítem 64</b>	.402	Válido
<b>Ítem 3</b>	.386	Válido	<b>Ítem 65</b>	.572	Válido
<b>Ítem 4</b>	.483	Válido	<b>Ítem 66</b>	.578	Válido
<b>Ítem 5</b>	.539	Válido	<b>Ítem 67</b>	.518	Válido
<b>Ítem 6</b>	.667	Válido	<b>Ítem 68</b>	.458	Válido
<b>Ítem 7</b>	.692	Válido	<b>Ítem 69</b>	.620	Válido
<b>Ítem 8</b>	.699	Válido	<b>Ítem 70</b>	.569	Válido
<b>Ítem 9</b>	.568	Válido	<b>Ítem 71</b>	.549	Válido
<b>Ítem 10</b>	.551	Válido	<b>Ítem 72</b>	.539	Válido
<b>Ítem 11</b>	.580	Válido	<b>Ítem 73</b>	.667	Válido
<b>Ítem 12</b>	.242	Válido	<b>Ítem 74</b>	.692	Válido
<b>Ítem 13</b>	.468	Válido	<b>Ítem 75</b>	.699	Válido
<b>Ítem 14</b>	.549	Válido	<b>Ítem 76</b>	.568	Válido
<b>Ítem 15</b>	.578	Válido	<b>Ítem 77</b>	.551	Válido
<b>Ítem 16</b>	.506	Válido	<b>Ítem 78</b>	.580	Válido
<b>Ítem 17</b>	.402	Válido	<b>Ítem 79</b>	.242	Válido
<b>Ítem 18</b>	.572	Válido	<b>Ítem 80</b>	.468	Válido
<b>Ítem 19</b>	.569	Válido	<b>Ítem 81</b>	.549	Válido
<b>Ítem 20</b>	.549	Válido	<b>Ítem 82</b>	.500	Válido
<b>Ítem 21</b>	.500	Válido	<b>Ítem 83</b>	.553	Válido
<b>Ítem 22</b>	.553	Válido	<b>Ítem 84</b>	.481	Válido

---

<b>Ítem 23</b>	.518	Válido	<b>Ítem 85</b>	.551	Válido
<b>Ítem 24</b>	.458	Válido	<b>Ítem 86</b>	.610	Válido
<b>Ítem 25</b>	.620	Válido	<b>Ítem 87</b>	.693	Válido
<b>Ítem 26</b>	.324	Válido	<b>Ítem 88</b>	.696	Válido
<b>Ítem 27</b>	.701	Válido	<b>Ítem 89</b>	.281	Válido
<b>Ítem 28</b>	.572	Válido	<b>Ítem 90</b>	.564	Válido
<b>Ítem 29</b>	.544	Válido	<b>Ítem 91</b>	.365	Válido
<b>Ítem 30</b>	.610	Válido	<b>Ítem 92</b>	.386	Válido
<b>Ítem 31</b>	.693	Válido	<b>Ítem 93</b>	.483	Válido
<b>Ítem 32</b>	.696	Válido	<b>Ítem 94</b>	.324	Válido
<b>Ítem 33</b>	.281	Válido	<b>Ítem 95</b>	.701	Válido
<b>Ítem 34</b>	.564	Válido	<b>Ítem 96</b>	.572	Válido
<b>Ítem 35</b>	.365	Válido	<b>Ítem 97</b>	.544	Válido
<b>Ítem 36</b>	.452	Válido	<b>Ítem 98</b>	.452	Válido
<b>Ítem 37</b>	.428	Válido	<b>Ítem 99</b>	.428	Válido
<b>Ítem 38</b>	.456	Válido	<b>Ítem 100</b>	.406	Válido
<b>Ítem 39</b>	.415	Válido	<b>Ítem 101</b>	.369	Válido
<b>Ítem 40</b>	.356	Válido	<b>Ítem 102</b>	.458	Válido
<b>Ítem 41</b>	.359	Válido	<b>Ítem 103</b>	.647	Válido
<b>Ítem 42</b>	.274	Válido	<b>Ítem 104</b>	.456	Válido
<b>Ítem 43</b>	.269	Válido	<b>Ítem 105</b>	.415	Válido
<b>Ítem 44</b>	.359	Válido	<b>Ítem 106</b>	.462	Válido
<b>Ítem 45</b>	.458	Válido	<b>Ítem 107</b>	.359	Válido
<b>Ítem 46</b>	.595	Válido	<b>Ítem 108</b>	.458	Válido
<b>Ítem 47</b>	.298	Válido	<b>Ítem 109</b>	.694	Válido
<b>Ítem 48</b>	.462	Válido	<b>Ítem 110</b>	.589	Válido

---

<b>Ítem 49</b>	.481	Válido	<b>Ítem 111</b>	.690	Válido
<b>Ítem 50</b>	.406	Válido	<b>Ítem 112</b>	.481	Válido
<b>Ítem 51</b>	.369	Válido	<b>Ítem 113</b>	.459	Válido
<b>Ítem 52</b>	.458	Válido	<b>Ítem 114</b>	.269	Válido
<b>Ítem 53</b>	.647	Válido	<b>Ítem 115</b>	.356	Válido
<b>Ítem 54</b>	.459	Válido	<b>Ítem 116</b>	.359	Válido
<b>Ítem 55</b>	.694	Válido	<b>Ítem 117</b>	.274	Válido
<b>Ítem 56</b>	.589	Válido	<b>Ítem 118</b>	.408	Válido
<b>Ítem 57</b>	.458	Válido	<b>Ítem 119</b>	.458	Válido
<b>Ítem 58</b>	.426	Válido	<b>Ítem 120</b>	.426	Válido
<b>Ítem 59</b>	.305	Válido	<b>Ítem 121</b>	.305	Válido
<b>Ítem 60</b>	.408	Válido	<b>Ítem 122</b>	.595	Válido
<b>Ítem 61</b>	.690	Válido	<b>Ítem 123</b>	.298	Válido
<b>Ítem 62</b>	.644	Válido			

En cuanto a la validez Ítem-Test por la correlación de Spearman, se aprecia que los 123 ítems son válidos, con cociente mínimo de .242 y máximo de .701.

**Tabla 13**

*Confiabilidad del Instrumento: escala de adaptación de conducta en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Nacional de La Esperanza*

<b>Variable</b>	<b>Alfa de Cronbach</b>	<b>N° de ítems</b>
Adaptación de conducta	.831	123

Tras el análisis de confiabilidad con el coeficiente alfa de Cronbach, se determinó un cociente de .831, lo que indica que la prueba tiene una confiabilidad alta.

**Tabla 14**

*Validez del instrumento: escala de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Nacional de La Esperanza*

<b>Ítem</b>	<b>Correlación</b>	<b>Validez</b>
<b>Ítem 1</b>	.348	Válido
<b>Ítem 2</b>	.678	Válido
<b>Ítem 3</b>	.569	Válido
<b>Ítem 4</b>	.389	Válido
<b>Ítem 5</b>	.453	Válido
<b>Ítem 6</b>	.648	Válido
<b>Ítem 7</b>	.667	Válido
<b>Ítem 8</b>	.471	Válido
<b>Ítem 9</b>	.645	Válido
<b>Ítem 10</b>	.458	Válido
<b>Ítem 11</b>	.425	Válido
<b>Ítem 12</b>	.469	Válido
<b>Ítem 13</b>	.456	Válido

En cuanto a la validez Ítem-Test por la correlación de Spearman, se aprecia que los 13 ítems son válidos, con cociente mínimo de .348 y máximo de .678.

**Tabla 15**

*Confiabilidad del Instrumento: escala de bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Nacional de La Esperanza*

<b>Variable</b>	<b>Alfa de Cronbach</b>	<b>N° de ítems</b>
Bienestar psicológico	.813	13

Tras el análisis de confiabilidad con el coeficiente alfa de Cronbach, se determinó un cociente de .813, lo que indica que la prueba tiene una confiabilidad alta.