



---

UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

**INFLUENCIA DEL PROGRAMA MOTIVACIÓN EN  
EL FUNCIONAMIENTO FAMILIAR DE LOS  
ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE LA I.E SABIO**

**ANTONIO RAIMONDI-HUARAZ-2020**

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

**AUTORA:**

**BRAVO ANDERZON HEYDI KARINA**

**ORCID: 0000-0002-9953-5923**

**ASESOR:**

**VALLE RIOS, SERGIO ENRIQUE**

**ORCID: 0000-0003-0878-6397**

**CHIMBOTE-PERÚ**

**2022**

## **Equipo de Trabajo**

### **Autora:**

Bravo Anderzon Heydi Karina

0000-0002-9953-5923

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Estudiante de Pregrado, Chimbote,  
Perú

### **Asesor:**

Valle Ríos, Sergio Enrique

ORCID: 0000-0003-08078-6397

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Facultad de Ciencias de la Salud,  
Escuela Profesional de Psicología, Chimbote, Perú

### **Jurado**

Millones Alva, Erika Lucy

ORCID: 0000-0002-3999-5987

Castillo Sánchez, Julieta Milagros

ORCID: 0000-0002- 8156-3862

Quintanilla Castro, María Cristina

ORCID: 0000-0001-9677-3152

**Jurado evaluador**

Dra. Erika Lucy Millones Alva

Presidente

Dra. Julieta Milagros Castillo Sánchez

Miembro

Dra. María Cristina Quintanilla Castro

Miembro

Mgtr. Sergio Enrique Valle Ríos

Asesor

## **Agradecimiento**

Agradezco a todos mis profesores que formaron parte de mi desarrollo académico, por sus enseñanzas y aportes a mi educación, de manera muy especial a todos mis profesores que coadyuvaron para la realización de la presente investigación.

A mi familia por estar presentes siempre, brindándome su incondicional apoyo y motivación para no flaquear en este largo camino.

## Resumen

La presente investigación se efectuó con el objetivo de determinar la influencia del programa motivación en el funcionamiento familiar de los estudiantes, la investigación fue de tipo cuantitativo, con diseño cuasi experimental, el universo se encontró constituida por los estudiantes de la Institución educativa antes mencionada, la población estuvo constituida por los estudiantes del tercer año de secundaria, en tanto la muestra fue de  $n=24$  estudiantes adolescentes. El muestreo fue no probabilístico por conveniencia, pues sólo se evaluó a aquellos estudiantes incorporados dentro de los criterios de inclusión, para la medición de la variable se empleó la “Escala de cohesión y Adaptabilidad familiar (FACES III)”, de los resultados se evidencia que el programa aplicado influyó significativamente en el funcionamiento familiar de los estudiantes, ya que de acuerdo a la prueba estadística aplicada para probar hipótesis se obtiene que el P-valor=0,047 es inferior al nivel de significancia ( $\alpha=0.05$ ), por lo tanto se rechaza la hipótesis nula ( $H_0$ ) y acepta la hipótesis alterna ( $H_1$ ), lo cual indica que el programa de Motivación influyó de manera significativa en el funcionamiento familiar de los estudiantes concluyendo que antes de la aplicación del programa, estas familias presentaban algunas dificultades en sus relaciones familiares, comprobando con ello que el programa Motivación influyó en las relaciones intrafamiliares teniendo efecto positivo en la funcionalidad familiar.

*Palabras Clave:* Adaptabilidad, Cohesión, Funcionamiento familiar.

### **Abstract**

This research was carried out based on the following question: What is the Influence of the motivation program on the family functionality of the students of the wise educational institution "Sabio Antonio Raimondi" Huaraz 2020? It was carried out with the objective of determining the influence of the motivation program on the family functioning of the students, the research was quantitative, with a quasi-experimental design, the universe was found made up of students from the aforementioned educational institution, the population was made up of third year high school students, while the sample was  $n = 24$  adolescent students. The sampling was non-probabilistic for convenience, since only those students included within the inclusion criteria were evaluated, for the measurement of the variable the "Family Cohesion and Adaptability Scale (FACES III)" was used, from the results before During the execution of the program, it is evident that of the total of participants in the pretest, the level of family functioning of the students is of a medium level with 58.33% and 20.83% is of a balanced and extreme level as after the application of the post-test it is contemplated that of the total of participants of the pre-test, the level of family functioning of the students is of medium level with 45.83%, 45.83% is of balanced level and 8.33% is of extreme level, which which allowed us to see that before the application of the program, these families presented some difficulties in both dimensions with absent leadership.

*KeyWords:* Family functioning, Cohesion, Adaptability.

## Índice de Contenido

Equipo de Trabajo	2
Jurado evaluador	3
Agradecimiento	4
Resumen	5
Abstract	6
Índice de Contenido	7
Índice de tabla	9
Índice de figuras	10
Introducción	11
1. Revisión de la Literatura	15
1.1. Antecedentes	15
1.2. Bases Teóricas de la Investigación	17
<i>1.2.1. Familia</i>	17
1.2.1.5. Funcionalidad Familiar Según el modelo Circumplejo de Olson	21
1.2.1.6. Dimensiones del Modelo Circumplejo	22
1.3. Programa Motivación	26
<i>1.3.1 Definición de Motivación</i>	26
<i>1.3.2 Perspectivas sobre la Motivación</i>	28
<i>1.3.3. Tipos de Motivación</i>	30
<i>1.3.4 Temas Ejecutados dentro del programa “Motivación”</i>	31
2. Hipótesis	35
3. Métodos	36
3.1. El tipo de investigación	36
3.2. El nivel de investigación	36
3.3. Diseño de la investigación	36
3.4. El universo, población y muestra	37
3.4.1. Población	37
3.4.2. Muestra	37
3.4.3. Muestreo	37
3.5 Operacionalización de variables	38
3.6 Técnicas e instrumentos de recolección de datos	40

3.6.1. Técnica	40
3.6.2. Instrumento	40
3.7 Plan de análisis	41
3.8 Principios éticos	42
4. Resultados	43
4.1 Resultados de pretest	43
4.2 Resultados de postes	45
4.2.1. Resultados inferenciales	47
5. Discusión	49
6. Conclusiones	54
Recomendaciones	55
Referencias	56
Apéndice A. Instrumento de evaluación	64
Apéndice B. Consentimiento informado	65
Apéndice C. Cronograma de actividades	66
Apéndice D. Presupuesto	67
Apéndice E. Ficha técnica del instrumento de evaluación.	68
Apéndice F. Carta de Autorización	77
Apéndice G. Matriz de consistencia	78

**Índice de tabla**

<b>Tabla 1</b> .....	38
<b>Tabla 2</b> .....	43
<b>Tabla 3</b> .....	43
<b>Tabla 4</b> .....	44
<b>Tabla 5</b> .....	45
<b>Tabla 6</b> .....	45
<b>Tabla 7</b> .....	46
<b>Tabla 8</b> .....	46
<b>Tabla 9</b> .....	47
<b>Tabla 10</b> .....	48

**Índice de figuras**

<b>Figura 1</b> .....	49
-----------------------	----

## Introducción

El funcionamiento familiar en el área de la evaluación y diagnóstico familiar se ha constituido en un campo de estudio muy importante en las últimas tres décadas, lo que ha permitido conocer e identificar diferentes modos de funcionamiento familiar, y a su vez, crear las estrategias de acción que promuevan la salud del grupo y de sus miembros, ya que hoy en día podemos observar e identificar con más frecuencia los problemas por los que atraviesa el sistema familiar, ya sea por aspectos de índole familiar y personal, que en muchas de las ocasiones terminan con la capacidad de mantener unida a la familia, por lo que trabajar en un programa de fortalecimiento familiar fue de mucha importancia puesto que nos permitió conocer el nivel de funcionamiento familiar de la población de estudio.

En recientes estudios realizados en Cuba se ha comprobado que el funcionamiento familiar es la base del crecimiento psicoemocional, pudiendo ser todo lo contrario en caso de que estas familias sean disfuncionales o con múltiples problemas, en donde se encontrara tensiones emocionales, falta de afectividad, poca comunicación, falta de reglas de convivencia, una inadecuada distribución de roles, falta de autoestima todo esto podría desencadenar en el rompimiento familiar a largo plazo, así mismo puede acarrear problemas sociales, como la poca facilidad para interrelacionarse. Álvarez (1996)

Hoy en día a nivel Mundial es alarmante como se puede percibir a través de distintos medios de comunicación u otros medios se evidencia, como las familias afrontan terribles problemas, que terminan posicionándolas como familias disfuncionales, familias sin valores en los que no se respeta los lineamientos para una convivencia sana.

En el Perú se concibe a la familia como núcleo de la sociedad, como célula y elemento primigenio, estas familias pueden atravesar distintas etapas de crecimiento las cuales se verán reflejados en el la forma de interactuar de cada uno de sus integrantes, al avanzar cada etapa del crecimiento familiar también estas pueden afrontar distintos

problemas, sucesos de peculiaridad estresante que podría desencadenar en la ruptura familiar, estas crisis plantean un cambio dependerá de la familia superarlo y buscar la estabilidad familiar.

Según los últimos estudios realizados por el ENDES (2020) el (54, 8%) de personas del sexo femenino ha sido víctimas de violencia en la mayoría de casos esta violencia es ejercida por el compañero o esposo de la víctima, es tendiente a suceder con mayor frecuencia en zonas urbanas (55.3%) si se hace una comparación en referencia con zonas rurales (52,3%), dentro de la formas de violencia destaca la violencia psicológica (50,1%), seguidamente la violencia física (27,1%) y por último la violencia sexual (6,0%). La violencia familiar, en Perú constituye una de las principales problemáticas, un problema social que implica graves repercusiones para la familia, para los pueblos, y arrastra terribles secuelas para los integrantes.

Está comprobado de acuerdo a Aquilino (2018) que la delincuencia juvenil está estrechamente relacionada a la violencia familiar, es decir la violencia que se ejerce dentro de la familia se verá reflejada en los hijos, dentro de su desenvolvimiento social, en este contexto la familia está caracterizada por tener elementos negativos dentro de su funcionalidad, constituyendo para quienes lo habitan un lugar disfuncional, odioso, donde contantemente se hace énfasis en el lado negativos de cada integrante.

Un factor de gran relevancia en el crecimiento del ser humano es la familia, siendo los padres los responsables del funcionamiento familiar, muchas veces por desconocimiento y falta de experiencia de los Padres, la desintegración familiar, trae como consecuencias familias incompletas, Padres separados. Desde este punto de vista entendemos que la familia y su funcionalidad correcta será el ente que transmitirá la educación formal, influencias directas sobre los hijos, la formación de su personalidad a través de los modelos y patrones conductuales con que se les forme dentro del seno familiar. Condori (2002)

Así mismo cabe destacar que en estos tiempos existe circunstancias que son recientes y que se han ido en aumento, como la demanda de trabajar por parte de ambos padres de familia y esencialmente la incorporación del sexo femenino al mercado laboral, las necesidades económicas de la sociedad, de la familia que compra y descarta de forma apresurada, el impulso profesional con el propósito de obtener mejores condiciones de vida. Si bien es cierto que se convierte en una fuente de bienestar y salud, desarrollo y satisfacción, no obstante, su variación demanda exigencias, que ha repercutido y ha mermado el tiempo y la naturaleza de las relaciones familiares, por lo que se requiere una técnica de equilibrio.

Con respecto al programa no se encontró estudios sobre la misma variable, sin embargo, se encontraron estudios de programas dirigidos a la familia como el estudio de Mendoza y Franco (2002) en su investigación que lleva por título influencia de un programa de educación para padres en los métodos de crianza y patrones de función familiar, en la que se buscó determinar la influencia que tenía el programa en la familia, llegándose a evidenciar que el programa influyó de manera significativa, produciéndose cambios positivos en la familia, mejorando las técnicas de crianza, así como el nivel familiar, basados en ello trabajamos en el programa Motivación, por la importancia que implica la familia en el desarrollo y motivación de los adolescentes que participaron en nuestra investigación.

Partiendo de todo lo mencionado se origina el siguiente enunciado ¿Cuál es la influencia del programa Motivación en el funcionamiento familiar de los estudiantes de la Institución Educativa “Sabio Antonio Raimondi” Huaraz 2020?

A partir de ello nos planteamos los siguientes objetivos, Determinar la influencia del programa Motivación en el funcionamiento familiar de los estudiantes de la Institución Educativa “Sabio Antonio Raimondi” Huaraz 2020, dentro de las cuales nos propusimos los siguientes objetivos específicos: Medir el nivel de Funcionamiento Familiar de los Estudiantes antes de la aplicación del programa Motivación, como segundo objetivo

específico, conocer el nivel de cohesión familiar de los estudiantes antes de aplicar el programa motivación, como tercer objetivo específico conocer el nivel de adaptabilidad familiar de los estudiantes antes de ampliar el programa motivación, como cuarto objetivo específico Medir el nivel de Funcionamiento Familiar de los Estudiantes después de la Aplicación del programa Motivación, como quinto objetivo específico conocer el nivel de cohesión familiar de los estudiantes después de la aplicación del programa, como sexto objetivo específico conocer el nivel de adaptabilidad familiar de los estudiantes después de aplicar el programa motivación y como séptimo objetivo específico comparar el nivel de funcionamiento familiar de los estudiantes antes y después de la Aplicación del programa Estudiantes de la I.E Sabio Antonio Raimondi-Huaraz 2020

El presente trabajo de investigación se justifica por los siguientes motivos:

a nivel teórico se buscó estudiar la motivación y funcionamiento familiar de los estudiantes a través del aporte de conocimientos teóricos existentes validados científicos referentes a las variables de estudio, con la cual se pretendió hacer un análisis y argumentación general, la cual nos permitió identificar las categorías y principios generales como específicos, con lo cual se dio una explicación científica, confiable y coherente. A nivel metodológico es importante también porque nos permitió determinar la influencia del programa Motivación en el contexto del funcionamiento familiar como fuente principal del desenvolvimiento dentro del área académico de los Estudiantes del nivel secundario, con el fin de analizar a través de rubricas e instrumentos validados y confiables, (FACES III) con los cuales se recogió datos relevantes para el estudio y así conocer cuál es nivel de funcionamiento familiar dentro de la Institución Educativa Antonio Raimondi-Huaraz, a nivel practico, puede servir como referencia para futuras investigaciones sobre las misma variable de estudio.

Resulta muy importante en nuestros tiempos poner énfasis en el estudio e investigación de la influencia del programa Motivación en el funcionamiento familiar en los estudiantes del nivel secundario, por el significado que reviste la familia como ente primigenio de la sociedad y constituyendo el principal formador de la conducta de los estudiantes, como seres humanos con debilidades y fortalezas y puedan ser capaces de afrontar los retos y adversidades que se den en su camino, por ello la importancia de conocer la influencia de programa.

## **1. Revisión de la Literatura**

### **1.1. Antecedentes**

Un primer trabajo corresponde a Soria y Villadeza (2018), en su investigación que se titula “Efecto del Programa de Terapia Breve centrada en soluciones en el Funcionamiento familiar en apoderados de adolescentes infractores del programa SOA, Huánuco 2018, cuya hipótesis fue determinar el efecto del programa de terapia breve centrada en soluciones en el funcionamiento familiar de la población en estudio, la población se encontró conformada por padres y apoderados de 120 adolescentes en conflicto con la ley penal y cumplen medidas de reinserción, aplicándose para ello un estudio de tipo pre experimental donde se aplicó un pre y post test con un solo grupo, se utilizó para el recojo de datos el cuestionario de evaluación de cohesión y adaptabilidad familiar (FACES III), los resultados evidencian que la terapia centrada en soluciones tuvo un efecto favorable en la funcionalidad familiar, hecho que se comprobó en la conducta habilitada de los adolescentes en conflicto, arribando a la conclusión de que el la funcionalidad familiar de acuerdo al pre y post test revela un efecto positivo por la intervención del programa tanto en la dimensión de cohesión como de adaptabilidad.

Mendoza y Franco (2002) realizaron una investigación titulada Influencia de un Programa de Educación para Padres en los Métodos de Crianza y Patrones de Función Familiar en la que se tenía como objetivo establecer si un programa para padres podía o no influir en métodos de crianza y patrones de función familiar se seleccionó una muestra de 60 padres y representantes (20 de cada 3 escuelas diferentes) en la ciudad de Barquisimeto. Fueron sometidos a un programa controlado de entrenamiento de doce horas de duración, en el periodo enero 94-julio94. Se realizaron: 1 pretest para detectar características de riesgo (nivel socioeconómico, Apgar familiar y diagnósticos de: función familiar y nivel de satisfacción personal). Se realizaron 3 post-test (1 mes-3 meses- 6 meses después del entrenamiento). Los resultados fueron:

1. Deterioro del nivel socioeconómico en 2 de los 3 grupos.
2. Deterioro del nivel de satisfacción personal.
3. Alto índice de familias disfuncionales en la muestra estudiada al inicio del estudio.
4. El nivel de función familiar mejoró en todos los grupos durante los 6 meses de observación.
5. Las áreas de cambio más acentuado fueron: expresión amorosa, comunicación afectiva, comprensión, tolerancia y establecimiento de normas.
6. Los problemas de imagen y ejercicio de la autoridad y la presencia de límites intergeneracionales no evidenciaron cambios dado el poco tiempo de observación.

Finalmente se infiere que la realización de actividades educativas dirigidas a los padres con el propósito de: Informar y discutir las tareas de la función familiar adecuada y Reflexionar acerca del rol de padres en la educación de los hijos, pueden producir cambios positivos en la familia, mejorando los métodos de crianza y los niveles de función familiar.

## **1.2. Bases Teóricas de la Investigación**

### **1.2.1. Familia**

**1.2.1.1. Definición.** La familia es considerada como base fundamental de la sociedad, la cual se encuentra conformada por un grupo de personas que cohabitan bajo el mismo techo, y tienen un lazo de consanguinidad o de afinidad, a continuación, veremos que dicen algunos autores al respecto.

Álvarez (2019) Refiere que la familia es una institución de tipo Universal que vive y vivirá en nuestra sociedad y cumple una función importante en la procreación de la sociedad. La familia se encuentra integrada por un grupo de personas que se unen por lazos y dependerá de las culturas o las tradiciones podrán ser sanguíneas, por afinidad, por matrimonio, de tipo afectivo, así como sociales o también una combinación entre estos.

Por su lado Sigüenza y Buñay (2017) manifiestan que la familia simboliza el espacio en la cual los integrantes alcanzaran el desarrollo físico, social, y mental, si se suscitara eventos que pongan en juego la estabilidad en el círculo familiar, esta puede tornarse inestable en la distribución de los roles y obligaciones, lo cual va a generar en la mayoría de casos riñas y conflictos familiares y esta se verá reflejado en peleas, desacuerdos y deficiencias en la comunicación familiar.

Igualmente, Meza (2016) Menciona que la familia representa un ejemplo y una diferencia con el resto de las agrupaciones humanas, en tal sentido es visto como la célula con mayor amplitud dentro de la sociedad, puesto que se trata del elemento sustancial que forman las personas, así mismo la familia debe de ser considerada como un patrón de sociedad, impecable y excelente que se propaga en los individuos con el fin de enfrentar en mundo en el que os toca vivir.

Asimismo, Ares (2004) Expresa que la familia viene a ser la unión entre personas que participan en un proyecto de vida en común, en la cual se van a suscitar grandes sentimientos

de pertenencia al grupo de personas que la conforman, dándose un compromiso de estrechos lazos entre sus miembros y se establecerán estrechos lazos de intimidad, de dependencia y de reciprocidad.

Los autores concuerdan en que la familia cumple una importante función dentro de nuestra sociedad como ente transmisor de la cultura, de valores éticos, jugando un rol muy destacado en el desarrollo psicosocial de sus integrantes.

Para Minuchin (1982) la familia viene a ser el grupo social natural el cual se encuentra constituido por las acciones de cada uno de sus miembros, a raíz de las interacciones y estímulos que se desencadenen desde el interior y el exterior de la familia.

**1.2.1.2 Funcionamiento Familiar.** Se entiende que el funcionamiento familiar es la disposición, la aptitud de sistema para confrontar y superar cada etapa que les toca vivir como familia cuando se atraviesa distintos problemas, al respecto a continuación definiremos algunos conceptos.

Herrera (2008) sostiene que la funcionalidad familiar tiene que ver con la forma en cómo se comportan los miembros de la familia unos a otros, la calidad de relación que llevan, siendo este el componente de mayor relevancia para la salud de la familia, la cual puede ser valorada a través del Apgar Familiar.

Por su parte Pino y Miscan (2013) Refieren que se entiende por funcionamiento familiar a la correlación de nexos afectivos entre los integrantes del grupo familiar, y que estos sean capaces de hacer cambios en su estructura con el objetivo de vencer cualquier dificultad que pudiera surgir durante la vida familiar, es decir se considera que la familia marcha bien cuando hay la capacidad de realizar cambios en su estructura para lograr adaptarse y tener cohesión familiar, que den equilibrio a la estabilidad familiar.

Así mismo Camacho y Silva (2009) sustentan que el funcionamiento familiar es importante en el crecimiento de los adolescentes, obrando el soporte necesario para su

actuación y desempeño tanto a nivel grupal como individual dentro del seno familiar, de ese modo se entiende que el funcionamiento familiar conlleva la dinámica de las relaciones positivas e interactivas entre los miembros que la conforman, midiendo al grado de satisfacción de las responsabilidades básicas de la familia como sistema, a través de la adaptabilidad, cohesión, los roles, la permeabilidad, lo cual favorecerá las relaciones interfamiliares.

De igual manera Zaldívar (2006) señala que el funcionamiento familiar conlleva el desarrollo de una dinámica familiar adecuada, la cual se refiere a la instauración de ciertas normas de interrelación entre los miembros que conformen la familia, las cuales se encuentran formadas en base de sentimientos, emociones, afectos de los miembros entre sí.

Por otra parte Hernández (1998) define a la funcionalidad familiar como un conjunto de relaciones que son relativamente estables entre los miembros de un grupo familiar, de acuerdo a este la conducta del ser humano dependerá del ambiente en que se desenvuelve el sujeto, en tal sentido se entenderá el funcionamiento familiar como base que reforzara las conductas ya sean estas positivas o negativas, y esto dependerá en gran medida de del manejo de los Padres como autoridad de las normas y el afecto.

**1.2.1.3 Disfuncionalidad Familiar.** Gómez (2016) considera que la disfuncionalidad familiar abarca una serie de conflictos en la familia por cuanto su dinámica se verá gravemente afectada generando actitudes poco cariñosas entre sus integrantes, con un clima de tristeza, actitudes negativas, secretos, distancia, desatención, lo cual conllevará a falta de una adecuada comunicación trayendo como consecuencia la insatisfacción familiar afectando considerablemente la personalidad los miembros de la familia.

Por su parte Pionce (2016) sostiene que en un hogar disfuncional prima las confrontaciones, la mala conducta de los integrantes, los abusos son frecuentes, y muchas veces los adolescentes que se forman en estos hogares crecen con la equivocada idea de que

esas conductas son normales, es decir estos jóvenes pueden llegar a la edad de la adultez con ciertas carencias, siendo dependientes, pueden incluso caer en algún tipo de adicciones, como el abuso de sustancias psicoactivas, e incluso pueden llegar a ser Padres dominantes y repetir con su familia los mismo criterios de crianza.

la familia disfuncional se caracteriza por no tener pautas de interacción y control entre sus miembros, es así que, ante situaciones de estrés, aumenta la inflexibilidad de las normas y pautas dentro del hogar, lo cual lo lleva a carecer de motivación, y elude toda posibilidad de cambio, lo cual dificultara la correcta funcionalidad y la distribución de patrones de interacción dificultando de ese modo la adaptación y la resolución de los conflictos familiares.

**1.2.1.4. Sistema Familiar.** Desde la perspectiva sistémica la familia está conformada por una red de afinidad y formada por un conjunto de estilos en la que cada miembro puede evolucionar, así como desarrollarse durante las distintas etapas de su vida.

Hernández (2015) refiere que la familia es concebida como un todo como una unidad y no como partes individuales, en la cual la dinámica de los miembros es un trabajo en equipo, en cuanto está estructurada por una red de relaciones, que van a responder a necesidades físicas como psicológicas que son parte importante de la supervivencia.

Por su parte Sánchez & Valencia (2007) argumentan que las familias son capaces de construir su sistema de límites, la cual estará referida a los roles que cumplen cada uno de los subsistemas que se forman dentro del sistema, estos tienen la capacidad de establecer orden y jerarquía entre los individuos que la conforman, a través de ello se establece el rango entre los que la integren esta a su vez cumple la función de determinar cada uno de los procesos de comunicación y funcionamiento familiar.

### **1.2.1.5. Funcionalidad Familiar Según el modelo Circumplejo de Olson**

Camacho, Leon y Silva (2009) Refieren que la familia es uno de los pilares fundamentales de la sociedad, componiendo la base primordial en toda sociedad, está señalada como referente para cada uno de los miembros que la integran y más aún el adolescente quien está en constantes cambios y desarrollo, es la etapa en la cual se encuentra atravesando grandes cambios individuales y en su identidad familiar.

Así mismo Schmidt, Barreyro, Maglio (2010) manifiestan que la familia es uno de los entornos más importantes en la vida y el crecimiento de los seres humanos, según estudios realizados se sostiene que los lazos, el vínculo, las experiencia vividas dentro del contexto familiar es fundamental en el crecimiento y desarrollo de la persona, dentro del modelo de Olson (2000) se asevera que la adhesión (cohesión) la “comunicación” y la flexibilidad (adaptabilidad) son las extensiones que principalmente conceptualizan a la funcionalidad familiar.

Por otro lado Olson, Sprenkle & Russel (1989) citado por Aguilar (2018) quien refiere que este sistema desarrollado por Olson busca analizar e integrar la investigación teórica como practica donde se pretende hacer una evaluación del funcionamiento familiar, bajo dos perspectivas, la adaptabilidad y cohesión familiar, de acuerdo a la escala de (FACES III) la funcionalidad familiar se puede analizar desde los siguientes baremos:

- En la Cohesión Familiar: Aglutinada, Conectada, Separada, Desligada
- En la Adaptabilidad Familiar: Caótica, Flexible, Estructurada, Rígida
- En el tipo de Familia: Extrema, Balanceada, Rango medio, Extrema

### **1.2.1.6. Dimensiones del Modelo Circumplejo**

#### ***Cohesión Familiar***

Esta referido al vinculo y la unión de tipo emocional que existe entre los miembros de la familia, este vínculo esta expresado con el apego, el afecto el desapego, preexistente en la familia, la cohesión de la familia dentro del modelo circumplejo señala ciertos indicadores como límites, cercanía, espacio, amistades. Olson (2000)

La cohesión dentro de la familia está definida como los lasos emocionales que existen dentro de las relaciones familiares, donde se evalúa el nivel de conexión y separación de los miembros.

Por su parte Bazo y Bazo (2016), sostienen que la dimensión de cohesión en la familia es traducida en cuatro rangos: una la desligada donde prevalece el yo como único, prima la ausencia de los lazos afectivos entre los integrantes de la familia, con una elevada independencia a nivel personal, la separada en la cual prima el yo con existencia del nosotros con un poco de unión afectiva en los integrantes de la familia, un cierto grado de fidelidad e interdependencia entre los integrantes, pero aún hay una inclinación hacia la independencia, Familia Conectada prevalece el nosotros con un índice de yo, existe una notable unión afectiva entre los integrantes, cierta honestidad y lealtad entre los integrantes de la familia, aunque aún hay una inclinación hacia la independencia, y por último la familia amalgamada alta prevalencia del nosotros, cuantiosa unión entre la familia, alto grado de fidelidad entre los miembros que la conforman, significativo compromiso a las decisiones tomadas en común.

Olson citado por Bazo & Bazo (2016) refieren que este autor sostuvo que el nivel balanceado (separado y unida) forman dentro de la familia un funcionamiento excelente y los integrantes tienen la capacidad de ser independientes y tener mucha conexión con su familia,

el nivel medio (separada y amalgamada) prima la familia que es vista como problemáticas o con disfuncionalidad familiar.

### ***Adaptabilidad Familiar***

la adaptabilidad familiar está determinada como la facultad de la familia de tener ciertas capacidades de poder afrontar los cambios, la estructura de poder, las reglas, de poder afrontar el estrés, así mismo determinara el grado de la familia para hacer frente a los cambios y problemas que se susciten dentro de este núcleo sin que ello signifique el fracaso o el quebrantamiento de los lazos, sino más bien la familia está preparada para poder asimilar y poder adaptarse ante la posibilidad de los cambios que vayan surgiendo. Villarreal & Paz (2017)

Así mismo Peralta & Mormontoy (2016) Refieren que la adaptabilidad o flexibilidad familiar se traduce en cuatro categorías, en la que primero se encuentra la familia caótica, donde hay falta de liderazgo, alteración excesivo de roles, y una disciplina voluble, Familia flexible: el liderazgo es compartido por los integrantes de la familia, las tareas y roles son colaborativos, hay una disciplina equilibrada y se adaptan a los cambios cuando es necesario, La familia estructurada: en la que el liderazgo, los roles, en algunas ocasiones se comparte en la familia, poco compromiso en la disciplina y los cambios solo se dan cuando son solicitados, La Familia Rígida: su liderazgo suele ser autoritario, las tareas y los roles son invariables, con una disciplina rigurosa y falta de cambios. Los niveles extremos en la adaptabilidad (caótica y rígida) suelen ser familias donde prima los problemas, en tanto en el nivel moderado (flexible y estructurado) las familias suelen tener estabilidad en sus relaciones, así como tienden a balancear el cambio, es decir son funcionales.

### ***Funciones de la Familia Según el Modelo Circumplejo de Olson***

Aguilar (2018) expresa que las funciones según Olson son las siguientes:

#### ***Apoyo Mutuo***

El apoyo se dará abarcando un marco de roles, la cual estará centrada en las relaciones de tipo emocional, así mismo será de suma importancia el apoyo moral y físico por parte de todos los que integren la familia, así como el soporte económico, social, afecto, el consuelo ante problemas personales, entre otras actividades que puedan ejecutar en harás de afianzar su compromiso para con la familia.

#### ***Autonomía e Independencia***

Para cada ser humano, el sistema familiar en aquel circulo que va a favorecer el crecimiento individual de cada una de los individuos que conforman el sistema, cada uno de ellos tendrá una forma de comportarse ante determinadas reglas que están definidas y que determinan un sentido de identidad, por cuanto la familia puede realizar sus actividades tanto de manera conjunta como individual.

#### ***Reglas***

Las normas y reglas que rigen dentro del sistema familiar pueden ser expresas o tacitas, la idea es que estas deben de mantener firmeza, pero a la vez deben de ser manejable y flexible como para adaptarse a algún cambio, cuando se necesario.

### *Adaptación a los Cambios de Ambiente*

La familia debe de estar preparada ante posibles cambios que pudiera suscitarse dentro de la dinámica familiar, ya que esta puede ser susceptible de cambios ya sea dentro de su estructura interna o externa, y así no sufrir cambios en su estructura.

### *La Familia se Comunica entre si*

La comunicación dentro de la unidad familiar es vital importancia, para que la relación entre sus integrantes fluya de manera adecuada, y se puedan desarrollar y desenvolver a plenitud y de forma adecuada.

**1.2.1.7 Adolescente y la Funcionalidad Familiar.** Jiménez (2001) expone que el funcionamiento familiar se encuentra estimada como la capacidad para el afrontamiento y superación de cada una de las etapas de la vida y las crisis que se atraviesen, la adolescencia es una de las etapas más complicadas, está marcada por una serie de conductas inestables, en tanto que el adolescente estará en constantes cambios por lo que cuestionara y desafiara el orden establecido en la familia, lo cual puede generar ciertos conflictos favoreciendo así conductas de riesgo que pueden generar ciertas dificultades en el crecimiento del adolescente.

La disfunción familiar puede ser uno de los factores que predispone a los adolescentes a establecer conductas de riesgo, por ello es importante el respaldo y apoyo de los Padres, quienes deben de preocuparse por mantener la estabilidad familiar y así asegurar la estabilidad emocional de los hijos y demás miembros de la unidad familiar.

Por otro lado Esteves & Paredes (2020) argumentan que la adolescencia implica un periodo crítico, en la cual la familia ejecuta un papel importante en el crecimiento del adolescente, en la que no solo se formara a la persona en valores, emociones, personalidad, sino también en el afrontamiento y resolución de conflictos, así mismo la familia contempla

tres dimensiones en el desarrollo de la persona la estructural, la funcional y la evolutiva y su desempeño interactúa un rol de vital importancia en el proceso del desarrollo humano.

Giorgio (2012) El clima en el que se va a desenvolver el adolescente, en el que se va a desarrollar juega un papel fundamental: ya que ahí se señalan los elementos más relevantes de conformidad o desconformidad, el amor propio y ciertos indicios de la forma en la que se podrán percibir así mismos, a las otras personas y al medio que los rodea, pudiendo haber ciertas consecuencias de suma importancia, por un lado puede contribuir a afianzar el esquema de una buena actitud y comportamientos definidos y por otro lado puede ser fuente de impedimentos o puede estimular e impedir la adquisición de la confianza en sí mismos, estos contextos en la cual los individuos afianzan sus conductas sin lugar a duda se dará dentro del seno familiar.

### **1.3. Programa Motivación**

#### ***1.3.1 Definición de Motivación***

La conceptualización de la Motivación pertenece a un campo de diversos y constantes estudios por tratarse de un tema de vital importancia para el ser humano, en diferentes áreas de su vida, entre las que podríamos resaltar el aspecto educativo, de que tan motivado debe de estar un estudiante para lograr los objetivos, al respecto existe diferentes autores que han contribuido con la conceptualización de la motivación entre ellos tenemos:

Santrock (2005) quien expresa que la motivación es aquello que nos condiciona para poder realizar nuestras acciones y actividades encaminadas hacia el logro de nuestros objetivos, metas, que son importantes en todos los ámbitos de nuestras vidas, que siempre van encaminadas gracias a nuestras motivaciones.

Así mismo Ajello (2003) define que la Motivación es entendida como aquello que sostiene el desarrollo de nuestras actividades que son de importantes para las personas y en las que forma parte, en el área educativo, la motivación es considerada como la distribución positiva para el aprendizaje y el empeño de proseguir haciéndolo de manera autónoma.

Por su parte Urcola (2005), señala la motivación tiene que ver con transmitir energía positiva en otros individuos, con la finalidad de que estos puedan efectuar sus actividades, se debe tener en cuenta que, para motivar a una persona, se debe también tener ese sentimiento de impulso de logro de objetivos que debe ser preciso con los ideales bien direccionados.

De igual forma Gan (2006) refiere que la Motivación aquello que nos mueve al logro de algo, de una finalidad, pudiendo ser esta intrínseca y extrínseca, es posible que en los casos de tratarse de motivación intrínseca en otras palabras sea interna, de la propia persona, de sus carencias, sus desilusiones, su manera de percibir la realidad, termina por no ubicar motivos, ni energía que sea suficiente para tener una actuación activa en su vida tanto personal, profesional y académica.

Por otro lado, Maslow (1991) relata que elegir el hambre como arquetipo para todos los demás estados motivacionales es dentro de la teoría y la práctica, poco inteligente y poco consistente, en un suceso de hambre se puede observar que el impulso del hambre es un caso especial para motivarnos mas no general, es más aislable que en otro tipo de motivaciones, teniendo una base somática. Un estado motivacional es por ende un estado especial, particular, diferenciado de otro tipo de acontecimientos de nuestro organismo.

Según la teoría de la Motivación Humana se propone una jerarquía de necesidades que motivan a la persona, dichas necesidades se ordenan en orden jerárquico según la importancia para la supervivencia y para la capacidad de la motivación. Según este enfoque a medida que las personas van satisfaciendo sus necesidades van surgiendo otras que van a variar el comportamiento.

La motivación pertenece a un aspecto y de gran relevancia en nuestras vidas, por el mismo hecho de que orientará nuestras acciones que nos conducirá a la realización de objetivos.

### ***1.3.2 Perspectivas sobre la Motivación***

En las siguientes líneas describiremos algunas de las teorías que definen la motivación desde distintas perspectivas de estudiosos y enfoques:

**1.3.2.1 Perspectiva Conductual.** Santrock (2002) sostiene que esta teoría considera que las recompensas externas, así como los castigos son una fuente central en el desarrollo de la motivación de las personas, siendo las recompensas validas o negativas que pueden impulsar el comportamiento.

Así mismo Trechera (2005) menciona que las teorías que basan su definición en empleo de incentivos partirán del supuesto de que, todo individuo puede efectuar comportamiento dirigido al logro de objetivos o tener algún beneficio, evitando o dejando de lado realizar aquellas conductas que pudieran traer daños. Para esta orientación todo tipo de modificación de la conducta se hará básicamente a través de algún tipo de refuerzo y retribución o mediante la exclusión de aquello que resulte desagradable.

Por su parte Naranjo (2004) refiere que hay una diversidad de elementos que deben de ser tomados en cuenta para el uso seguro del reforzamiento positivo, en primer orden debe de detectarse los comportamientos que van a ser reforzados en segunda instancia deben de ser elegidos los motivadores convenientes y en tercer lugar debe de tenerse en cuenta aspectos de importancia como la inmediatez, la cantidad del reforzamiento.

El reforzador debe ser administrado después de presentarse la respuesta que se desea, cuando el reforzamiento se da inmediatamente, las personas podrán reconocer con mayor facilidad la conducta por las que se da el refuerzo.

**1.3.2.2 Perspectiva Humanista.** Esta teoría destaca las capacidades de las personas para lograr su crecimiento, sus peculiaridades efectivas y el libre camino para elegir su destino, dentro de estas perspectivas encontramos a:

Reeve (1999) quien menciona que una de los enfoques más conocidos sobre motivación es la de Abraham Maslow en su Jerarquía de las necesidades en la que propone que las necesidades humanas se encuentran ordenadas de manera jerárquica en la que unas son de orden prioritario y solo cuando estas son satisfechas es posible que se ascienda a necesidades de orden superior.

Una vez que se hayan complacido una serie de necesidades estas dejarán de ser una fuente motivadora, estas necesidades se darán en el siguiente orden:

- Necesidades fisiológicas
- Necesidades de seguridad
- Necesidades de amor y pertenencia
- Necesidades de estima
- Necesidades de autorrealización

Del mismo modo Trechera (2005) indica que Maslow revelo dos necesidades más tienen algunas personas que han cubierto las necesidades que se están jerárquicamente enunciadas, y que son las necesidades cognoscitivas entre ellas: la necesidad de entender y percibir el mundo que nos rodea, así como la naturaleza, y por otro lado la necesidad de agrado estético la cual se refiere a la necesidad de preciosidad y el arte en general.

**1.3.2.3 Perspectiva Cognitiva.** Bajo el enfoque cognitivo tenemos las siguientes definiciones:

Ajello (2003) menciona que el sistema cognitivo es el encargado de recibir y enviar información a otros sistemas como el afectivo, las fisiológicas y las del comportamiento, las que se pondrán en marcha o inhibirán ciertas conductas, de esta manera las creencias, las

opiniones que las personas tengan de sí mismas determinarán el tipo y el tiempo del esfuerzo que realice por lo tanto determinara el resultado de sus acciones.

Esta teoría es concordada por Santrock (2002) quien relata a cerca de la perspectiva cognitiva, los pensamientos en el caso específico de los estudiantes están guiadas por sus motivaciones, la cual estará centrada en las motivaciones internas de logro, del éxito que puedan lograr, así como de las creencias de lo que puedan alcanzar de manera real y positiva en un medio que los rodea.

### ***1.3.3. Tipos de Motivación***

- ***Motivación Intrínseca***

Se trata de uno de los factores con gran relevancia para la motivación, así como señala Morris y Maisto (2009) quien conceptualiza a la motivación intrínseca como aquel impulso que, se dará por la ejecución de alguna actividad por satisfacción y placer personal, que las personas van a experimentar a lo largo de sus vidas, y esta se ira dando mientras aprende o se interesa por aprender algo nuevo.

A medida que los seres humanos enfocan sus actividades hacia el logro de metas, se puede decir que están motivados por la consecución de logros, no obstante, el hecho de planificar el logro de algún objetivo nos predispone a estar motivados por el simple hecho de querer lograr un objetivo particular.

Por su parte Espada (2002) refiere que la motivación intrínseca puede esta generada por las expectativas por obtener satisfacciones internas esperándose la consecución de una recompensa o eludir alguna consecuencia no deseada, es decir, la conducta se vuelve un instrumento de ese modo convirtiéndose un medio para alcanzar un fin. Pág. 24

- ***Motivación Extrínseca***

Este tipo de motivación a diferencia de la motivación intrínseca no nace de nuestro interior, tratándose más bien de una motivación que se dará por estímulos o recompensas así como señala Morris y Maisto (2009) señalando que este tipo de motivación con la que se deriva de las consecuencias de las actividades que realizamos, así por ejemplo un niño puede realizar sus tareas de casa no porque le guste, sino, para obtener una recompensa y un adulto puede jugar al fútbol no porque le guste sino para ganar una apuesta. Pág. 348

### ***1.3.4 Temas Ejecutados dentro del programa “Motivación”***

**1.3.4.1 La Resiliencia.** No todas las personas tienen la capacidad de poder superar circunstancias traumáticas que han vivido, es decir no tienen la resiliencia sobre este tema Gorenstein (2012) menciona que la resiliencia es un término proveniente de la palabra resilió cuyo significado es rebotar, la resiliencia es la capacidad de los seres humanos de poder enfrentar circunstancias que hayan puesto en riesgo su integridad física y mental, es decir un evento traumático, es decir es un mecanismo de una respuesta a través la cual una persona hará frente a situaciones adversas, saliendo fortalecida y con un aprendizaje.

La resiliencia como capacidad de enfrentamiento u mecanismo de defensa para las personas se puede construir con el tiempo, siendo un proceso subjetivo, puesto que la persona no contara con esa capacidad previamente, sino que las mismas circunstancias negativas harán que se produzcan las condiciones necesarias para superar las condiciones adversas.

**1.3.4.2 Autoestima.** Entendemos por autoestima a la valoración individual que se da la persona, a cerca de su amor propio, así Ramírez (2013) expresa que este tema oscila en función de nuestras valoraciones que pueden ser propias o ajenas y de las respuestas de las

acciones y resultados a cerca del emprendimiento de la persona, permitiendo que el sujeto disfrute de sus percepciones, sus valores, y la amplitud de su conciencia.

La clave para una autoestima positiva dependerá de haber logrado:

- Una correcta amplitud de conciencia objetiva y ecuánime
- Considerar que se merece tener autoestima
- Tener logros por convicción
- Comprender que la autoestima dependerá de sus propias percepciones
- Comprender que la autoestima no dependerá de las opiniones de los demás.

**1.3.4.3 Asertividad.** La asertividad es definida como el conjunto de conductas, manifestadas por una persona dentro de un contexto en el cual expresara sus sentimientos, deseos, sus derechos y opiniones de un modo firme y directo, respetando al mismo tiempo las opiniones, derechos, sentimientos de otras personas, esto también puede incluir las expresión de nuestras emociones tales como: la ira, el miedo, la alegría, la esperanza, pero sea cual sea el caso la manifestación de la conducta se dará sin alterar ni menoscabar los derechos y opiniones de los demás. Ramos (2016)

**1.3.4.4 Afectividad.** Sarrais (2015) señala que la afectividad es la facultad psíquica, por lo que las vivencias y experiencias negativas nos afectan, pudiendo se estas vivencias conscientes, percepciones irreales o imaginarias, es decir para que algo nos provoque un sentimiento de afectividad tenemos que ser conscientes de los que pasa a nuestro alrededor, así pues, la afectividad es una fuente de conocimientos, que nos ayudara a reconocer que algo nos afecta o influye en nosotros.

**1.3.4.5 Emoción y Sentimiento.** Las emociones juegan un papel fundamental en nuestras vidas, ya que de ella dependerán nuestro estado físico y mental, Rodríguez (2015) refiere que hoy en día se percibe al ser humano como un sujeto emocional, dotado de inteligencia con la que debe lidiar en su día a día y las emociones desempeñan una función importante en el desarrollo de su vida.

La emoción tendrá su origen en la alteración de nuestros estados físicos la cual puede ser medida a través de nuestros latidos de corazón y a través de nuestra presión arterial, mientras tanto los sentimientos son las reacciones que tenemos ante esas emociones y dependerán de las experiencias personales, así como la inteligencia emocional que cada quien sea capaz de manejar.

**1.3.4.6 Autodeterminación.** El desenvolvimiento de los instantes y la forma de la voluntad individuales imprescindible, puesto que mediante él se puede llegar a entender cómo y porque la voluntad es libre y racional, es decir tiene que existir una relación entre voluntad y la manera de pensar. Hernández (2011)

La autodeterminación es parte importante podríamos hasta decir un aspecto clave para la toma de decisiones de las personas, es decir, esto nos va a permitir ir adquiriendo las habilidades, las actitudes que sean necesarias y que sobre todo nos va a dejar desarrollar nuestra responsabilidad a la hora de tener que optar por una elección sin tener que contar con la opinión de los demás.

**1.3.4.7 Los Planes y Metas.** Las personas nos centramos en el establecimiento de planes y metas la cual influirá en nuestro comportamiento y nuestras actitudes diarias, La teoría de las metas según Locke (1968) señala que una meta es todo lo que un sujeto se esfuerza para alcanzar y lograr, este autor afirma que la meta es una fuente necesaria de la motivación, siendo de relevante importancia en las actividades de los individuos puesto que

nos impulsan y guían hacia un mejor rendimiento, de acuerdo a este autor las metas tienen las siguientes funciones.

- canalizan la atención y nos ayudan a permanecer más atentos a la tarea
- Activa nuestra energía
- Agrandan nuestros esfuerzos
- Favorece la preparación de estrategias

**1.3.4.8 Autoeficacia.** Medina & Medina (2007) manifiestan que la autoeficacia está relacionada con las motivaciones de las personas, en la manera en cómo esta influirá en como las personas sienten, piensan o actúan. Con respecto a los sentimientos un bajo nivel de autoeficacia se verá reflejado en signos de depresión, ansiedad, abandono. Por su parte Bandura (2001) citado por Medina & Medina (2007) hace referencia a que la convicción de autoeficacia se influencia por lo que pensamos, ya sea en el grado de optimismo o pesimismo, en los cursos que se le depara el logro de planes y objetivos y en el compromiso que se les dé.

**1.3.4.9 Habilidades Sociales.** Los seres humanos desde que nacemos, formamos parte de un grupo social, puesto que estaremos en constante interacción primero con la familia, luego con los amigos y la sociedad en general, esta manera de actuar nos es innata a nosotros, si no, más bien lo vamos desarrollando en el transcurso de nuestras vidas, a través de toda nuestra interacción con el medio que nos rodea.

Rosales (2013) sostiene que las habilidades sociales vienen a ser las conductas o destrezas sociales que implican una serie de comportamientos que son adquiridos como aprendidos y no un rasgo de la personalidad, es decir es un conjunto de conductas o

comportamientos complejos que servirán para poder interactuar con las demás personas de forma efectiva y mutuamente satisfactoria.

**1.3.4.10 Autorrealización.** Cuando un individuo a alcanzado con satisfacción el logro de sus metas y objetivos se siente autorrealizado desarrollando con éxito su potencial, al respecto Ovidio (2004) refiere que la autorrealización supone una serie de elecciones fundamentales que el individuo debe asumir y poner en práctica en anticipación de una decisión con dirección hacia fines relevantes que debe de concretar en su proyecto de vida en tal sentido esto constituye una persona tendrá varias opciones para la toma de decisiones y optara por las que más conveniente.

**1.3.4.11 Manejo de Estrés.** Un nivel de estrés inadecuado, que nos envuelve en nuestras vidas cotidianas puede provocar en nuestro organismo malestar físico y daño emocional psicológicamente, pudiendo incluso desencadenar en problemas psicosomáticos más serios, por ello la importancia de poder manejar los niveles de estrés.

Manejar el estrés radica en disponer de un tiempo útil para poder enfrentar el estrés, para lo cual es importante saber la reacción que se tiene ante una eventualidad que pudiera desencadenar en grados de estrés que perjudican la salud.

## **2. Hipótesis**

Ho: El programa de motivación, no influye significativamente en el funcionamiento familiar de los estudiantes de secundaria de la I.E Sabio Antonio Raimondi-Huaraz 2020.

Hi: El programa de Motivación, influye significativamente en la Funcionalidad Familiar de los Estudiantes de Secundaria de la I.E Sabio Antonio Raimondi- Huaraz 2020.

La hipótesis de la investigación de acuerdo a Hernández (2002) será de utilidad porque permitirá tener conocimiento aquello que buscamos o tratamos de probar, es decir nos ayudara a describir, definir, explicar, aquellos fenómenos de interés para la investigación.

### **3.Métodos**

#### **3.1. El tipo de investigación**

El presente estudio fue de tipo cuantitativo porque permitió recoger, procesar y analizar datos cuantitativos o numéricos respecto a las variables de estudio a fin de determinar su relación y la validez de las hipótesis. Hernández (2002)

#### **3.2. El nivel de investigación**

El nivel de investigación fue cuasi experimental, puesto que se utilizó el análisis estadístico, las cual permitió conocer un fenómeno y medirla con una variable de interés.

#### **3.3. Diseño de la investigación**

El diseño conformará la estrategia y el propósito para obtener información que se pretende responder, respecto al planteamiento del problema, en la concepción cuantitativa, el indagador utilizó los diseños para averiguar la verdad de las hipótesis que se formularon respecto a las variables de estudio. Hernández (2014)

La investigación corresponde al tipo de investigación cuantitativa, el diseño de la presente investigación es Cuasi experimental en el que se aplicó un Pre test y Post test, cuyo esquema es el siguiente:

	GE	O1	X	O2
Donde:		-----		
GE	: Grupo Experimental			
X	: Variable independiente			
O1	: Pre test			
O2	: Post test			
-----				

### 3.4. El universo, población y muestra

#### 3.4.1. Población

La población estuvo conformada por todas las secciones del tercer año de secundaria la cual se encontró comprendida por 105 estudiantes

#### 3.4.2. Muestra

La muestra de la Investigación se conformó por los estudiantes de tercer año “C” del nivel secundario de la Institución Educativa Sabio Antonio Raimondi-Huaraz 2020

#### 3.4.3. Muestreo

Es no probabilístico por conveniencia, Hernández (2016) en las muestras no probabilísticas la elección de los elementos no depende de la probabilidad, sino de causas relacionadas con las características de la investigación o de quien realiza la muestra. Es así que el procedimiento no es mecánico ni con base a fórmulas de probabilidad, sino que depende del proceso de toma de decisiones de un investigador o de un grupo de investigadores las muestras seleccionadas obedecen a otros criterios de investigación siendo representativa en la cual la muestra se obtiene al criterio del investigador.

#### **Criterios de Inclusión:**

- Estudiantes Matriculados del tercer año “A” de secundaria de la Institución Educativa Sabio Antonio Raimondi-Huaraz.

- Estudiantes que aceptaron llenar el cuestionario

#### **Criterios de Exclusión:**

- Los alumnos del tercer año “A” de secundaria, que no asisten el día de la aplicación del cuestionario (FACES III)
- Estudiantes del Tercer año “A” de secundaria que no asistan a las sesiones.
- Estudiantes que no acepten llenar el cuestionario.

### **3.5 Operacionalización de variables**

**Tabla 1**

*Matriz de definición y operacionalización de variables*

<b>Variable</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Temas</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Escala de medición</b>
<b>Motivación</b>		Motivación	- Escucha el tema de Motivación y lo comparte con su Familia.	
		Resiliencia	- La utilidad de la resiliencia, para adaptarnos a las adversidades de la vida, se enfocó no solo a actividades individuales, sino también familiares.	
		Autoestima	- Llegamos a tratar el tema de autoestima y todos los Estudiantes participaron activamente.	
		Asertividad	- Se logro a dentro del tema de Asertividad la comunicación entre los Estudiantes.	
		Relaciones Humanas positivas	- Los estudiantes oyeron, la charla de Relaciones Humanas Positivas y comprendieron la importancia de la confianza.	
		Afectividad	- Cada Estudiante mostró los sentimientos hacia su familia.	

Variable	Dimensiones	Temas	Indicadores	Escala de medición
		Emoción y sentimiento	- Escuchamos la participación de los estudiantes en el tema tratado Emoción y Sentimiento.	
		Autodeterminación	- Los estudiantes eligieron libremente que la dinámica de la sesión y dinámica de la Autodeterminación.	
		Los Planes y Metas	- Se evidencio la emoción de los estudiantes al proyectar sus planes y metas a futuro.	
		Autoeficacia	- Se utilizo las perspectivas de los alumnos en el tema Autoeficacia y posteriormente se reforzo lo aprendido.	
		Habilidades Sociales	- Los estudiantes comprendieron el tema de habilidades sociales y se comprometieron a expresar sus sentimientos de una manera adecuada.	
		Autorrealización	- Se solicito la colaboración de los estudiantes para el desarrollo del tema Autorrealización y se expuso sus capacidades y habilidades.	
		Motivación y Talento	- Se premio la participación de los estudiantes en la sesión de motivación y talento, y se les solicito seguir activando su talento.	
		Manejo de Estrés	- Se respondieron las inquietudes de los estudiantes acerca del tema manejo de estrés, y se practicó la respiración como control de estrés.	
Funcionalidad familiar	Cohesión familiar		- Cohesión desligada - Cohesión separada - Cohesión conectada - Cohesión amalgamada	Cuestionario de Escala de Evaluación de Cohesión y
	Adaptabilidad Familiar		- Rígida - Estructurada - Flexible - Caótica	Adaptabilidad Familiar (FASES III) de David Olson

### **3.6 Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

En la presente investigación se utilizó las siguientes técnicas e instrumentos de recolección de datos:

#### **3.6.1. Técnica**

##### **Encuesta**

La encuesta viene a ser una técnica de investigación social que más uso tiene en el campo de la investigación científica, para llegar a ser una actividad cotidiana en la que todos estaremos inmersos en cualquier momento, cuyos efectos son generar información y debates en los diferentes ámbitos de investigación social y aplicada con la finalidad de conocer mejor los ámbitos de los instrumentos. López y Fachelli (2015)

#### **3.6.2. Instrumento**

Se realizó el recojo de datos a través del cuestionario de cohesión y adaptabilidad familiar (FACES III) de David Olson et al. (1982)

El instrumento fue realizado a través del formulario en Google drive y luego fue enviado a los estudiantes a través de la aplicación de chat WhatsApp, los cuales al abrir el enlace tuvieron acceso a las preguntas y alternativas según el modelo del instrumento.

Programa Motivación, el cual se conformó por 14 sesiones, las cuales se ejecutaron a través de Watsap en un tiempo de 45 minutos por sesión, estas fueron desarrolladas a cargo de la investigadora y con la supervisión del tutor de aula, así como del docente tutor de investigación. Para la ejecución de dichas sesiones se realizó distintos materiales, escritos,

auditivos, las cuales se compartieron a través de las sesiones en las cuales se tocaba los temas con la participación de los estudiantes.

### **3.7 Plan de análisis**

De acuerdo a la naturaleza de la investigación del nivel cuasi experimental se utilizó el análisis estadístico, presentando los resultados a través de tablas de frecuencias.

Los datos que se obtuvieron se exportaron del formulario de Google drive a una hoja Excel, posteriormente se codifico las variables de interés, para poder establecer las categorías en cuanto a las dimensiones se trabajó con los puntajes directos (PD), conforme a los niveles del modelo circunplejo de Olson, determinando de ese modo cada uno de las dimensiones de funcionalidad. Para la prueba de hipótesis se utilizó el T Student para comprobar si se acepta o rechaza la hipótesis, esta comprobación se desarrolló mediante el software informático SPSS y Microsoft Excel, cuyos resultados se presentaron mediante la estadística inferencial (prueba de hipótesis) mediante tablas y gráficos.

Durante la aplicación del cuestionario para el pre test así como el post test para el recojo de datos se tuvo ciertas dificultades, ya que se tuvo que realizar el recojo de dichos datos a través de cuestionarios online, por motivos de que nos encontramos atravesando una crisis sanitaria por la pandemia de COVID-19, y a modo de salvaguardar nuestra salud y la población evaluada se optó por realizar el programa y el recojo vía online, por cuanto la presente investigación queda como antecedentes de investigación ante eventualidades sanitarias.

### 3.8 Principios éticos

Los principios éticos de la Universidad establecen principios que guíen las buenas prácticas y la conducta responsable por parte de los estudiantes cuando se realiza la investigación, en tal sentido se consideró el **consentimiento informado firmado por los padres de Familia** porque sus hijos son menores de edad, así mismo se consideró la **Confidencialidad** con lo cual se garantizó que la información recogida durante la investigación es accesible únicamente al personal autorizado, así mismo se guio la investigación bajo los siguientes principios:

**Protección a las personas**, se brindó protección a los individuos que participaron en la investigación, respetando sus derechos inherentes a la persona como son el derecho a la dignidad humana, la diversidad, la confidencialidad y la privacidad; **Libre participación y Derecho a estar informado**, las personas que participaron en la investigación están en su pleno derecho a estar informados sobre los propósitos de la investigación, así mismo se respetó su derecho de aceptar o negarse a ser parte de la población estudiada; **Beneficencia no Maleficencia**, se buscó minimizar y maximizar los beneficios, asegurando el bienestar de las personas que participaron en la investigación; **Justicia**, se empleó un juicio razonable, tomando las precauciones necesarias y evitando las practicas injustas, practicando la equidad y la justicia, permitiendo que las personas puedan acceder a los resultados recaídos de la investigación.

## 4. Resultados

### 4.1 Resultados de pretest

**Tabla 2**

*Nivel de funcionamiento familiar de los estudiantes, antes de aplicar el programa, Huaraz 2020*

Nivel de funcionamiento familiar	f	%
Balanceado	5	20,83
Medio	14	58,33
Extremo	5	20,83
Total	24	100,00

*Nota:* Del total de participantes del pretest, el nivel de funcionamiento familiar de los estudiantes es de nivel medio con 58,33%.

**Tabla 3**

*Nivel de cohesión familiar de los estudiantes, antes de aplicar el programa, Huaraz 2020*

Nivel de Cohesión familiar	f	%
Desprendida	5	20,83
Separada	7	29,17
Conectada	10	41,67
Aglomerada	2	8,33
Total	24	100,00

*Nota:* Del total de participantes del pretest, el mayor porcentaje de estudiantes (41,67%) presenta una cohesión conectada.

**Tabla 4**

*Nivel de adaptabilidad familiar de los estudiantes, antes de aplicar el programa, Huaraz 2020*

Nivel de adaptabilidad familiar	f	%
Caótica	13	54,17
Flexible	4	16,67
Estructurada	3	12,50
Rígida	4	16,67
Total	24	100,00

*Nota:* Del total de participantes del pretest, el mayor porcentaje de estudiantes (54,17%) presenta una adaptabilidad caótica.

## 4.2 Resultados de postest

**Tabla 5**

*Nivel de funcionamiento familiar de los estudiantes después de la aplicación del programa, Huaraz 2020*

Nivel de funcionamiento familiar	f	%
Balanceado	11	45,83
Medio	11	45,83
Extremo	2	8,33
Total	24	100,00

*Nota:* Del total de participantes del pretest, el nivel de funcionamiento familiar de los estudiantes es de nivel balanceado y medio con (45,83%)

**Tabla 6**

*Nivel de cohesión familiar de los estudiantes de la I. E. Sabio Antonio Raimondi, Huaraz, 2020 después de la aplicación del Programa de Motivación.*

Nivel de Cohesión familiar	f	%
Desprendida	6	25,00
Separada	14	58,33
Conectada	3	12,50
Aglomerada	1	4,17
Total	24	100,00

*Nota:* Del total de participantes del pretest, en la dimensión de cohesión familiar el mayor porcentaje (58,33%) presenta una cohesión separada.

**Tabla 7**

*Nivel de adaptabilidad familiar de los estudiantes de la I. E. Sabio Antonio Raimondi, Huaraz, 2020 después de la aplicación del Programa de Motivación.*

Nivel de adaptabilidad familiar	f	%
Caótica	7	29,17
Flexible	13	54,17
Estructurada	3	12,50
Rígida	1	4,17
Total	24	100,00

*Nota:* Del total de participantes del pretest, en la dimensión de adaptabilidad familiar, el mayor porcentaje (54,17%) presenta una adaptabilidad flexible.

**Tabla 8**

*Nivel de funcionamiento familiar de los estudiantes de la I. E. Sabio Antonio Raimondi, Huaraz, 2020 antes y después de la aplicación del Programa de Motivación.*

Comparación del nivel de funcionamiento familiar	Antes		Después	
	f	%	f	%
Balanceado	5	20,83	11	45,83
Medio	14	58,33	11	45,83
Extremo	5	20,83	2	8,33
Total	24	100,00	24	100,00

*Nota:* Del total de participantes del pretest, el nivel de funcionamiento familiar de los estudiantes es de nivel medio con 58,33% y en el post test es de nivel balanceado y medio con (45,83%)

**Tabla 9**

*Datos descriptivos de los puntajes directos (PD) del funcionamiento familiar de los estudiantes de la I. E. Sabio Antonio Raimondi, Huaraz, 2020 antes y después de la aplicación del Programa de Motivación.*

<i>Datos descriptivos comparados</i>	<i>Cohesión</i>		<i>Adaptabilidad</i>	
	Pretest	Postest	Pretest	Postest
Media	36,75	34,417	27,917	27,667
Mediana	37,5	34	30	27,5
Moda	41	32	35	26
Desviación estándar	6,173	4,934	6,807	3,784
Varianza de la muestra	38,109	24,341	46,341	14,319
Curtosis	0,856	1,210	-0,935	0,791
Coefficiente de asimetría	-0,789	0,876	-0,345	-0,311
Rango	26	21	24	16
Mínimo	22	27	15	18
Máximo	48	48	39	34
Cuenta	24	24	24	24

#### 4.2.1. Resultados inferenciales

- *Paso 1.* Planteamiento de hipótesis

Hipótesis nula ( $H_0$ ): El programa de motivación no influye en el funcionamiento familiar de los estudiantes de Secundaria de la I. E. Sabio Antonio Raimondi-Huaraz, 2020.

Hipótesis alterna ( $H_1$ ): El programa de Motivación influye significativamente en el funcionamiento familiar de los estudiantes de Secundaria de la I. E. Sabio Antonio Raimondi-Huaraz, 2020.

- *Paso 2.* Elección del nivel de significancia

$\alpha=0.05=5\%$

- *Paso 3.* Elección de la prueba

Prueba T de student (para muestras relacionadas)

- *Paso 4.* Cálculo de p-valor (a través de SPSS)

Criterio para determinar normalidad (se usa la prueba de Shapiro-Wilk cuando  $n \leq 30$ ):

Normalidad		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• p-valor <math>\geq \alpha</math> se acepta <math>H_0</math> = Los datos provienen de una distribución normal.</li> <li>• p-valor <math>&lt; \alpha</math> se acepta <math>H_1</math> = Los datos <i>no</i> provienen de una distribución normal.</li> </ul>		
P-valor (PD pretest) = 0,166	>	$\alpha=0.05$
P-valor (PD posttest) = 0,220	>	$\alpha=0.05$
Conclusión: Los datos del Puntaje Directo (PD) de la dimensión de cohesión familiar provienen de una distribución normal para ambos momentos (pretest y posttest)		

*Paso 5.* Decisión estadística (cálculo de T de student).

### Tabla 10

*Decisión estadística para analizar la influencia del programa de Motivación en el funcionamiento familiar de los estudiantes de la I. E. Sabio Antonio Raimondi, Huaraz, 2020.*

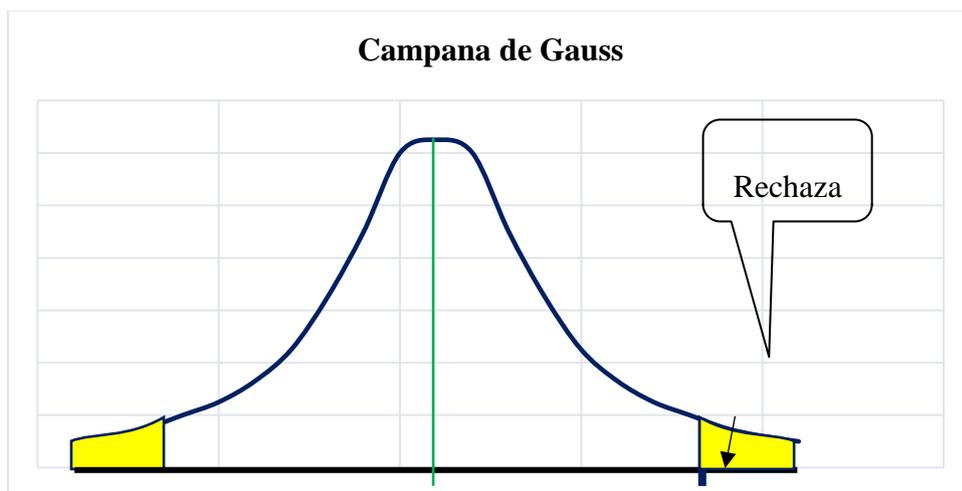
<i>Prueba de Hipótesis</i>	<i>Pretest</i>	<i>Postest</i>
Media	2	1,625
Varianza	0,435	0,418
Observaciones	24	24
Coefficiente de correlación de Pearson	0,102	
Diferencia hipotética de las medias	0	
Grados de libertad	23	
Estadístico t	2,099	
P(T<=t) dos colas (P-valor)	0,047	
Valor crítico de t (dos colas)	2,069	

### Figura 1

- *Paso 6.* Elaboración de figura.

#### Figura 1.

Gráfico de Gauss de la decisión estadística para analizar la influencia del programa de Motivación en el funcionamiento familiar de los estudiantes de la I. E. Sabio Antonio Raimondi, Huaraz, 2020.



*Nota:* De acuerdo al análisis estadístico con el T de student, se obtiene que el P-valor=0,047 <  $\alpha=0.05$ ; asimismo, el estadístico t ( $t=2,099$ ) está dentro de la región de rechazo de hipótesis nula, por lo tanto, la hipótesis alterna se acepta, como consecuencia se afirma que el programa aplicado sí tuvo influencia estadísticamente significativa en el funcionamiento familiar de los estudiantes.

## 5. Discusión

El funcionamiento familiar es un concepto del sistema familiar que se da con la finalidad de afrontar y superar en cada etapa de la vida las dificultades y retos que se presentan en esta, y esto va a desarrollarse según la forma en cómo se comportan los miembros de la familia unos a otros, la calidad de relación que llevan, siendo este el componente de mayor relevancia para la salud de la familia (Herrera, 2008). Por lo que en este estudio se aplica un programa con la finalidad de determinar cómo influye en el funcionamiento familia.

El objetivo general de mi estudio es Determinar la Influencia del programa motivación en el Funcionamiento Familiar de los Estudiantes de secundaria de la I.E Sabio Antonio Raimondi – Huaraz, 2020, por lo que de acuerdo a los resultados procesados se determina que el programa aplicado si influyó en el funcionamiento familiar de los

estudiantes, ya que de acuerdo a la prueba estadística aplicada para probar hipótesis se obtiene que el P-valor=0,047 es inferior al nivel de significancia ( $\alpha=0.05$ ), por lo tanto se rechaza la hipótesis nula ( $H_0$ ) y acepta la hipótesis alterna ( $H_1$ ), que indica que “El programa de Motivación influyo de manera significativa en el funcionamiento familiar de los estudiantes de Secundaria de la I. E. Sabio Antonio Raimondi- Huaraz, 2020”. Estos resultados se relacionan con los estudios de Soria y Villadeza (2020), quienes buscaron determinar el efecto favorable del programa de terapia breve centrada en soluciones en el funcionamiento familiar, con diseño de tipo pre experimental de pre prueba y post prueba quienes trabajaron con un solo grupo, siendo el instrumento utilizado el FACES III, se asemeja con el programa Motivación porque que su programa aplicado tuvo efectos favorables sobre el funcionamiento familiar de acuerdo a las pruebas estadísticas aplicadas para las dimensiones. Asimismo, coincide con el estudio de Sánchez (2019), quien en su estudio tuvo como objetivo determinar la efectividad del programa de adicciones con y sin terapia familiar sobre la funcionalidad familiar y prevención de recaídas en pacientes adictos del Centro de Salud Mental Comunitario Trujillo durante el período Enero a Julio del 2018, con una metodología de diseño analítico, observacional, cohorte, prospectivo, con un total de 80 pacientes divididos en dos grupos (con terapia y sin terapia), siendo el instrumento utilizado el APGAR Familiar, quien concluyó que con el programa aplicado la funcionalidad familiar mejoró considerablemente en los pacientes que recibieron terapia. Teóricamente, encontrar resultados favorables implica de acuerdo a la naturaleza de estudio confirmar que la aplicación de un programa de motivación, entendida como aquella que condiciona a una persona a realizar acciones y actividades encaminadas al logro de metas y objetivos, es un sentimiento de impulso que transmite energía positiva y esta puede ser intrínseca o extrínseca (Santrock, 2005; Ajello, 2003; Urcola, 2005; Gan, 2006), esto se da, de acuerdo a la teoría de la motivación humana, de acuerdo a una jerarquía de necesidades, los cuales requieren de que

se cumpla una serie de necesidades en pirámide desde lo básico hasta lo complejo (Maslow, 1991). Por lo tanto, la familia es un agente primordial para desarrollar y colaborar con la motivación del estudiante en la escuela, ya que en esta es donde se va a transmitir valores y actitudes que van implicar al hijo estar motivado o no en el estudio, y esto va estar condicionado por la forma como se da el funcionamiento familiar (Precht et al., 2016; Rubio, 2013). Por lo que, según este estudio, la familia presentaba tendencia a la disfuncionalidad antes de aplicar el programa, caracterizada por un hogar con conflictos, mala conducta, confrontaciones, abusos, sin pautas de interacción definidas, con momentos de estrés usuales, con roles y normas rígidas o ausentes, y por lo tanto desmotivación (Gómez, 2016; Pionce, 2016); pero una vez aplicado el programa, se da la tendencia a un buen funcionamiento familiar, caracterizado por las relaciones que se establecen entre miembros del hogar que van a motivar y reforzar conductas positivas, van a permitir la expresión de sentimientos, emociones, afectos de los miembros entre sí, es decir se centra en una familia unida y capaz de adaptarse a las situaciones de cambio, el cual es importante para el crecimiento en la adolescencia (Hernández, 1998; Zaldívar, 2006; Camacho et al., 2009).

El primer objetivo específico de mi estudio es Medir el nivel de Funcionamiento Familiar de los Estudiantes de la I.E Sabio Antonio Raimondi – Huaraz, 2020, antes de la aplicación del programa Motivación, por lo que de acuerdo a los resultados procesados se obtiene que el nivel de funcionamiento familiar de los estudiantes antes de aplicar el programa es de nivel medio con 58,33%, donde predomina la tipología familiar caótica conectada con 33,33%. El sustento teórico señala que cuando las familias tienen un funcionamiento familiar de rango medio presentan algunas dificultades en ambas dimensiones, por lo que según el Modelo Circumplejo de Olson se puede explicar que las familias que presentan una tipología caótica conectada se caracterizan por la ausencia de

claridad en sus funciones, se prefiere los espacios privados ya que son más importantes que los espacios compartidos, aunque eso no signifique la total ausencia del compartir familiar, esto puede explicarse porque la adaptabilidad es caótica (muy alta), donde el liderazgo está ausente, los roles son aleatorios, con una disciplina irregular y con cambios frecuentes, pero el cual llega a moderarse con la cohesión de tipo conectada (moderada a alta) donde hay unión afectiva y fidelidad (Olson et al. 1985).

El segundo objetivo de mi estudio es Conocer el nivel de cohesión familiar de los estudiantes antes de aplicar el programa, cuyos resultados fueron que se encontraban en un nivel de cohesión conectada (41, 67%), lo cual era un indicador de que dentro de la familia hay una considerable unión, y amor entre sus miembros, aunque ciertos rasgos a la dependencia. Olson (1981). En este nivel hay ciertos rasgos de dependencia hacia la familia, se comparten momentos y espacio familiar, pueden tomar decisiones en conjunto.

El tercer objetivo de mi estudio es Conocer el nivel de adaptabilidad familiar antes de la aplicación del programa, siendo el nivel con mayor porcentaje caótica (54,17%) lo cual indicaba que las familias en su mayor porcentaje tienen tendencia a la irregularidad en cuanto a sus funciones y roles, existiendo una falta de liderazgo, cambios regulares, y disciplina

El cuarto objetivo específico de mi estudio es Medir el nivel de Funcionamiento Familiar de los Estudiantes de la I.E Sabio Antonio Raimondi – Huaraz, 2020, después de la Aplicación del programa Motivación, por lo que de acuerdo a los resultados procesados se obtiene que el nivel de funcionamiento familiar de los estudiantes después de aplicar el programa es de nivel balanceado y medio con 45,83%, siendo en el nivel balanceado el que predomina la tipología familiar flexible separada con 29,17%, mientras que en el nivel medio predominan la tipología familiar flexible – desprendida con 16,67%, El sustento teórico señala que cuando las familias tienen un rango balanceado en el funcionamiento familiar estos están centradas entre ambas dimensiones, y se considera el más adecuado y saludable

ya que presenta tendencia a la funcionalidad, son familias capaces de tener habilidad por experimentar, balancear la independencia, donde se otorga espacios para estar solos o conectados entre los integrantes, es decir presenta un funcionamiento dinámico y es capaz de cambiar y ser libre para moverse a la dirección que una situación requiere (Olson et al., 1985).

El quinto objetivo específico de mi estudio es Conocer el nivel de cohesión familiar de los estudiantes después de la aplicación del programa motivación, donde el mayor porcentaje pertenece al nivel de cohesión separada (58,33%) donde hay un equilibrio entre el yo y nosotros, es decir existe una moderada independencia familiar, moderado lazos afectivos, límites claros, es decir las familias pueden realizar actividades de manera individual, con amistades o en familia, son capaces de tomar decisiones con base.

El sexto objetivo de mi estudio es Conocer el nivel de adaptabilidad familiar después de la aplicación de programa motivación, en la que el nivel predominante es flexible (54,17%) lo cual es buen indicador ya que señala que los roles y el liderazgo dentro de la estructura familiar es compartida, pueden adaptarse al cambios de ser necesario, hallándose una disciplina democrática, se toma en cuenta la opinión de lo hijos a la hora de tomar decisiones, las reglas se cumplen y son flexibles a los cambios. Olson (1981)

El séptimo objetivo específico de mi estudio es Comparar el nivel de Funcionamiento Familiar de los Estudiantes de la I.E Sabio Antonio Raimondi – Huaraz, 2020, antes y después de la Aplicación del programa Motivación, por lo que de acuerdo a los resultados procesados se obtiene que comparando los niveles de funcionamiento familiar antes y después de aplicar el programa, el nivel balanceado estaba con 20,83% en el pretest y aumentó al 45,83% en el posttest; mientras que el nivel medio disminuyó del 58,33% en el pretest al 45,83% en el posttest; en tanto, el nivel extremo disminuyó del 20,83% en el pretest al 8,33% en el posttest. Comparando con los antecedentes, estos resultados se asemejan al

estudio de Soria y Villadeza (2020), quienes encontraron que, tras aplicar su programa, el funcionamiento familiar de nivel balanceado se elevó del 8,3% al 58,3%, mientras que en el nivel medio disminuyó del 66,7% al 41,7%, finalmente en el nivel extremo disminuyó del 25% al 0%, por lo que podemos señalar que el programa aplicado tuvo un efecto favorable en el funcionamiento familiar. Desde el sustento teórico, el efecto positivo de un programa aplicado en la familia puede darse por el incremento de la motivación por el aprendizaje, estimulación a la reflexión, facilidad para comprender la conducta, comprensión de estrategias y procedimientos para mejorar la interacción familiar, el uso de una metodología de trabajo dinámica y funcional (Bartau et al., 2001).

## **6. Conclusiones**

Se determinó que el programa motivación influyó de manera significativa en el funcionamiento familiar de los estudiantes de la institución educativa “Sabio Antonio Raimondi” Huaraz 2020.

El nivel de funcionamiento familiar de los estudiantes antes de aplicar el programa fue de nivel medio.

Antes de aplicar el programa el mayor porcentaje de estudiantes presentaba una cohesión conectada.

Antes de aplicar el programa el mayor porcentaje de estudiantes, presentaba una adaptabilidad caótica.

El nivel de funcionamiento familiar de los estudiantes después de aplicar el programa es de nivel balanceado y medio

Después de aplicar el programa el nivel de cohesión familiar de los estudiantes es, separada.

Después de la aplicación del programa el nivel de adaptabilidad de los estudiantes es, flexible.

El programa aplicado tuvo un efecto favorable en el funcionamiento familiar, el cual se pudo evidenciar a través de la aplicación de post test, donde podemos ver que el efecto positivo de un programa aplicado en la familia

### **Recomendaciones**

Ante posibles futuras investigaciones que se lleven en cabo en poblaciones de estudiantes de Instituciones Educativas, se les recomienda realizar sesiones, que incluyan también a los padres de familia.

Teniendo en cuenta los resultados de la presente investigación se recomienda a los profesores de la institución educativa “Sabio Antonio Raimondi” realizar charlas de motivación, que incluyan a todos los estudiantes en general, y a sus familias, y se pueda tener en cuenta más horas para ejecutar sesiones para el fortalecimiento de las familias.

A los tutores de la institución educativa “Sabio Antonio Raimondi” se les recomienda que puedan dedicar más horas en temas relacionados en la familia y su estructura y pueda también tratar temas de fortalecimiento familiar en las escuelas dirigidas a los padres de familia.

## Referencias

- Aguilar, M. (2018). Funcionamiento familiar según el Modelo Circumplejo de Olson en adolescentes. In *Rev. enferm. herediana* (Issue July).  
[file:///C:/Users/lenovo/Downloads/document \(4\).pdf](file:///C:/Users/lenovo/Downloads/document%20(4).pdf)
- Ajello, A. (2003). *La Motivación para Aprender*, Manual de Psicología para la Educación
- Aliaga, L. (2017). “*Influencia del Programa Familias Fuertes del Amor y Límites en la Prevención de Conductas de Riesgo en los estudiantes del nivel Secundario de la I.E. teniente Diego Ferré Sosa Distrito de Yanacocha*” (Tesis Postgrado) Universidad Cesar Vallejo  
[http://181.224.246.201/bitstream/handle/UCV/18811/Aliaga\\_AL.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://181.224.246.201/bitstream/handle/UCV/18811/Aliaga_AL.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Álvarez, M. (2019). *Diversidad familiar: una perspectiva antropológica*, Editorial UOC.  
<https://ebookcentral.proquest.com/lib/bibliocauladechsp/detail.action?docID=5810005#>
- Álvarez, M (1996). *La familia cubana, Cambios, actualidad y retos*. CIPS.CITMA.  
<http://biblioteca.clacso.edu.ar/ar/libros/cuba/cips/caudales05/Caudales/ARTICULOS/ArticulosPDF/1118D036.pdf>
- Ares, P. (2004). *Psicología de la Familia. una aproximación a su estudio*, La Haba Editorial.
- Bazo, J y Bazo, O (2016) Propiedades Psicométricas de la Escala de Funcionalidad Familiar Faces III: Un estudio en Adolescentes Peruanos. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 33(3), 462–470.  
<https://doi.org/10.17843/rpmesp.2016.333.2299>

Bono R, Y Arnau J. (1995). Consideraciones Generales en torno a los estudios de potencia, Universidad de Barcelona.

<http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/30783/1/D.%20cuasi%20y%20longitudinales.pdf>

Camacho, P. (2009). Funcionamiento Familiar según el Modelo Circumplejo de Olson en Adolescentes, *Revista Enfermería Herediana*

<https://faenf.cayetano.edu.pe/images/pdf/Revistas/2009/febrero/Olson.pdf>

Camacho, P., León, C., y Silva, I. (2009). Funcionamiento familiar según el Modelo Circumplejo de Olson en adolescentes. *Rev. Enferm. Herediana*, 2(2), 80–85.

<https://faenf.cayetano.edu.pe/images/pdf/Revistas/2009/febrero/Olson.pdf>

Condori, L (2002). *Funcionamiento Familiar y Situaciones de Crisis de Adolescentes Infractores y no Infractores en Lima Metropolitana*, (tesis Post grado). Universidad Mayor de San Marcos.

[http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/2733/Condori\\_il%281%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/cybertesis/2733/Condori_il%281%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

ENDES (2020). *Violencia contra las mujeres, niños y niñas*. INEI

[https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones\\_digitales/Est/Lib1795/pdf/cap011.pdf](https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1795/pdf/cap011.pdf)

Esteves, A., y Paredes, R. (2020). *Social Skills in adolescents and Family Functionality Habilidades Sociales en adolescentes y Funcionalidad Familiar*. 11(1), 16–27.

[http://www.scielo.org.pe/pdf/comunica/v11n1/en\\_2226-1478-comunica-11-01-16.pdf](http://www.scielo.org.pe/pdf/comunica/v11n1/en_2226-1478-comunica-11-01-16.pdf)

Espada, M. (2002). *Nuestro Motor Emocional: La Motivación*, Edición Díaz de Santos.

<https://ebookcentral.proquest.com/lib/bibliocauladechsp/detail.action?docID=317322>

[0#](#)

Gan, F, y Jaume T. (2006) *Motivación*, Ediciones Díaz de Santo.

<https://ebookcentral.proquest.com/lib/bibliocauladechsp/reader.action?docID=3228383>

Giorgio, M. (2012) *Modelo de Familia, Conocer y Resolver los Problemas entre Padres e Hijos*, Editorial Heder.

[https://books.google.com.pe/books?id=\\_gKIDwAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=familia+disfuncional+y+tipos+de+padres+que+hay+dentro+de+ella&hl=es-419&sa=X&ved=2ahUKEwjelpS5p5rtAhX8LLkGHeldBJUQ6AEwAHoECAUQA#v=onepage&q=familia%20disfuncional%20y%20tipos%20de%20padres%20que%20hay%20dentro%20de%20ella&f=false](https://books.google.com.pe/books?id=_gKIDwAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=familia+disfuncional+y+tipos+de+padres+que+hay+dentro+de+ella&hl=es-419&sa=X&ved=2ahUKEwjelpS5p5rtAhX8LLkGHeldBJUQ6AEwAHoECAUQA#v=onepage&q=familia%20disfuncional%20y%20tipos%20de%20padres%20que%20hay%20dentro%20de%20ella&f=false)

Gómez, D. (2016). *Funcionalidad y Satisfacción en Familias Nucleares según el Modelo Circumplejo de Olson. Propuesta Taller de Intervención Familiar Psicoeducativo edificando una Mejor Familia-Guayaquil Ecuador* (Tesis Post Grado)

<http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/32028>

Gorenstein, A. (2012). *Resiliencia, Vidas que Enseñan*, Editorial del Nuevo Extremo S.A.

<https://ebookcentral.proquest.com/lib/bibliocauladechsp/reader.action?docID=322604>

[5](#)

Hernández, A. (1998). *Familia, ciclo vital y psicoterapia sistémica Breve*. Santa fe de Bogotá: El BUHO, LTDA.

Hernández, M. (2011). *Hegel y la Libertad: Autodeterminación Racional. Intersubjetividad Ética, Estado Racional*, Editorial ITACA.

<https://ebookcentral.proquest.com/lib/bibliocauladechsp/detail.action?docID=5757947#>

Hernández, A. (2007). *La Familia como Unidad de Supervivencia, de sentido y de cambio en las Interacciones Psicosociales, Intenciones y Realidades*, Editorial el Búho.

Herrera, P. (2008). *La Familia Funcional y disfuncional, un Indicador de Salud*, Revista Cubana de Medicina General Integral.

[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-21251997000600013](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21251997000600013)

Hernández, R. (2014). *Metodología de la investigación*, Mc Graw Hill Education

Hunt, J. (2007). *La Familia Disfuncional, haciendo los pases con el pasado*. Hope for the heart.

Jiménez, C. (2001). *Funcionalidad Familiar y Problemática de Salud en Adolescentes*, Revista Electrónica de Portales Médicos.com

<https://www.portalesmedicos.com/publicaciones/articles/2001/1/Funcionalidad>

López, P, Y F, S. (2015). *Metodología de la Investigación Social Cuantitativa*, Edifici B. Campus de la UAB.

[https://ddd.uab.cat/pub/caplli/2016/163567/metinvsoccaa\\_a2016\\_cap2-3.pdf](https://ddd.uab.cat/pub/caplli/2016/163567/metinvsoccaa_a2016_cap2-3.pdf)

Lorente, A. (2018). *Violencia juvenil y violencia familiar*, Ediciones Días de santos

<https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=HwWhqE90RCEC&oi=fnd&pg=PA239&dq=indice+de+violencia+familiar&ots=rkJ65PG9IT&sig=l8BcmoFHkWIU7EQjxzeFVyZ1tzY#v=onepage&q&f=false>

Maslow, A. (1991), *Motivación y personalidad*, Ediciones Díaz de Santos.

<https://ebookcentral.proquest.com/lib/bibliocauladechsp/detail.action?docID=317566>

[0#](#)

Medina, C., y Medina, E. (2007). Autoeficacia y conductas de salud. *Ciencia y Enfermería*,

13(1), 9–15. <https://scielo.conicyt.cl/pdf/cienf/v13n1/art02.pdf>

Mendoza, M, Franco, R. (2002). *Influencia de un Programa de Educación para Padres en los Métodos de crianza y patrones de función familiar*, Boletín Médico de Postgrado vol. XVIII.

[https://scholar.google.es/scholar?hl=es&as\\_sdt=0%2C5&q=influencia+de+un+programa+de+educacion+para+padres+en+los+metodos+de+crianza+y+patrones](https://scholar.google.es/scholar?hl=es&as_sdt=0%2C5&q=influencia+de+un+programa+de+educacion+para+padres+en+los+metodos+de+crianza+y+patrones)

Meza, J. (2016). *Familia, Escuela y Desarrollo Humano: Rutas de Investigación Educativa*, Editorial CLACSO.

<https://ebookcentral.proquest.com/lib/bibliocauladechsp/reader.action?docID=494530>

[9](#)

Minuchin, S. (1982). *Familias y Terapia Familiar*, Buenos Aires: Celta S.A.C.I.F

Morris C y Maisto A. (2009). *Psicología*, Pearson Educación.

Naranjo, M. (2004). *Enfoques Conductistas, Cognitivos y Racional emotivos*. San José, C.R:

Universidad de Costa Rica

Olson, D.H., Portner, J. y Lavee, Y. (1985). Manual de la Escala de Cohesión y

Adaptabilidad Familiar (FACES III Manual). Minneapolis: Life Innovation.

<https://scielo.isciii.es/pdf/ep/v3n2/art04.pdf>

Olson, D. (2000). *Circumplex Modelo of Marital and Family Systems*, *Jornail of Family*

*Therapy*. <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1111/1467-6427.00144>

- Ovidio, A. (2004). *Autorrealización personal y espiritualidad en las condiciones complejas de la sociedad contemporánea* (Centro de; C. de I. P. y S. CIPS, ed.). Retrieved from <http://bibliotecavirtual.clacso.org.ar/Cuba/cips/2012822013410/angelo11.pdf>
- Pérez C. (2005), Evaluación de un Programa de intervención Familiar Educativa, *Revista Cubana de medicina General Integral*, 21(1-2).  
[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-21252005000100024](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252005000100024)
- Pino, M y Miscán, A (2013). Funcionamiento Familiar según el Modelo Circumplejo de Olson en un niño que presenta retardo mental, *Revista Enfermería Herediana*.  
<https://faenf.cayetano.edu.pe/images/pdf/Revistas/2013/febrero/funcionamientofamiliarsegunelmodelocircumplejodeolson.pdf>
- Pionce, K. (2016). *Hogares Disfuncionales y su Afcción en el Comportamiento de los Adolescentes*, Universidad de Guayaquil.  
<http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/9702/1/PIONCE%20ERAZO%20KERLLY%20TESIS.pdf>
- Ramírez, A. (2013). *Autoestima para Principiantes*, Ediciones Díaz de Santos.  
<https://ebookcentral.proquest.com/lib/bibliocauladechsp/detail.action?docID=3220770#>
- Ramos, P. (2016) *Asertividad y habilidades Sociales en la Comunicación*, Editorial ICB.  
<https://ebookcentral.proquest.com/lib/bibliocauladechsp/detail.action?docID=5757755#>
- Reeve, J. (1999). *Motivación y Emoción*, McGraw-Hill.
- Rodríguez, F. (2015). *El sujeto Emocional: La Función de las emociones en la Vida Humana*. Editorial Thémata.

<https://ebookcentral.proquest.com/lib/bibliocauladechsp/reader.action?docID=530817>

6

Rosales, J. (2013). *Habilidades Sociales*, McGraw.

Sánchez M, Valencia S. (2007). *Lectura Sistémica sobre Familia y el Patrón de la Violencia*, Editorial Universidad de Caldas

<https://books.google.com.pe/books?id=B9AQKMzsVCsC&pg=PA80&dq=estructura+de+la+familia&hl=es-419&sa=X&ved=2ahUKEwjphZLW8bfsAhU5GbkGHaeHBr8Q6wEwBnoECAUQAQ#v=onepage&q=estructura%20de%20la%20familia&f=false>

Santrock, J. (2002). *Psicología de la Educación*, México: Mc Graw-Hill.

Santrock, J. (2005). *Psicología de la Educación*. México, Graw -Hill

Sarraís, F. (2015). *Afectividad y Sexualidad*, EUNSA.

<https://ebookcentral.proquest.com/lib/bibliocauladechsp/detail.action?docID=551394>  
6#

Sigüenza, W y Buñay, R. (2017) *Funcionamiento Familiar según el Modelo Circumplejo de Olson*, Facultad de Psicología, Universidad de Cuenca.

<https://publicaciones.ucuenca.edu.ec/ojs/index.php/maskana/article/view/1878/1378>

Soria, V. Y Villadeza, B. (2018). *Efecto del “Programa de Terapia Breve Centrada en Soluciones” En el Funcionamiento Familiar en Apoderados de Adolescentes infractores del Programa SOA, Huánuco-2018*, (Tesis de Pregrado) Universidad Nacional Hermilio Valdizán.

<http://repositorio.unheval.edu.pe/bitstream/handle/UNHEVAL/5797/TPS00293S68.pdf?sequence=4&isAllowed=y>

- Trechera, L. (2005). Saber Motivar ¿el palo o la zanahoria? <http://www.psicologia-online.com/articulos/2005/motivacion/shtml>.
- Urcola, J. (2011). La Motivación empieza en uno Mismo Aspectos Básicos para motivar a los demás y motivarse a sí mismo. Madrid, Esis Editorial.
- Villarreal, D., y Paz, A. (2017). Cohesión, adaptabilidad y composición familiar en adolescentes del Callao, Perú. *Propósitos y Representaciones*, 5(2), 21–42.  
<https://doi.org/10.20511/pyr2017.v5n2.158>
- Zaldívar, P. (2006). Funcionamiento Familiar Saludable.  
[http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/rehabilitacion-temprana/funcionamiento\\_familiar.pdf](http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/rehabilitacion-temprana/funcionamiento_familiar.pdf)
- Zegers, B (2003). Validez y Confiabilidad de la versión Española de la Escala de Cohesión y Adaptabilidad Familiar de Olson, y Sprenkle para el Diagnóstico del Funcionamiento Familiar en la Población Chilena. *Revista Chilena de Neuro Psiquiatría*.  
<https://doi.org/10.4067/s0717-92272003000100006>

## Apéndice A. Escala de evaluación de cohesión y adaptabilidad familiar (FACES III)



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ANGELES DE CHIMBOTE  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



Escala de evaluación de cohesión y adaptabilidad familiar  
(FASES III)

Versión real

David H. Olson, Joyce Portener y Yoav Lavees, 1985

### Instrucciones

A continuación, encontrará una serie de frases que describe como es su familia real, responda que tan frecuente se dan estas conductas en su familia y escriba una "X" en los recuadros correspondientes a:

1. Casi nunca
2. Una que otra vez
3. A veces
4. Con frecuencia
5. Casi siempre

N°	Describe como es su familia real	1	2	3	4	5
1	Los miembros de la familia se piden ayuda unos a otros.					
2	En la solución de problemas se siguen las sugerencias de los hijos.					
3	Nosotros aprobamos los amigos que cada uno tiene.					
4	Los hijos expresan su opinión acerca de su disciplina.					
5	Nos gusta hacer cosas solo con nuestra familia inmediata.					
6	Diferentes personas de la familia actúan en ella como líderes.					
7	Los miembros de la familia se sienten más cerca entre sí que a personas externas a la familia.					
8	En nuestra familia hacemos cambios en la forma de ejecutar los quehaceres.					
9	A los miembros de la familia les gusta pasar su tiempo libre.					
10	Padres e hijos discuten las sanciones.					
11	Los miembros de la familia se sienten muy cerca unos de otros					
12	Los hijos toman las decisiones en la familia.					
13	Cuando en nuestra familia compartimos actividades, todos estamos presentes.					
14	Las reglas cambian en nuestra familia.					
15	Fácilmente se nos acurren cosas que podemos hacer en familia.					
16	Nos turnamos las responsabilidades de la casa.					
17	Los miembros de la familia se consultan entre si las decisiones.					
18	Es difícil identificar quien es, o quiénes son los líderes.					
19	La unión familia es muy importante.					
20	Es difícil decir quien se encarga de cuáles labores del hogar.					
<b>Cohesión (Puntajes impares)</b>						
<b>= Tipo:</b>						
<b>Adaptabilidad (Puntajes pares) =</b>						
<b>Tipo:</b>						

## Apéndice B. Consentimiento informado

### Consentimiento Informado para Participantes de Investigación

El propósito de esta ficha de consentimiento es proveer a los participantes en esta investigación con una clara explicación de la naturaleza de la misma, así como de su rol en ella como participantes.

La presente investigación es conducida por Heydi Karina Bravo Anderzon, de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. La meta de este estudio es **“INFLUENCIA DEL PROGRAMA MOIVACION EN EL FUNCIONAMIENTO FAMILIAR DE LOS ESTUDIANTES DE LA INSTITUCION EDUCATIVA SABIO ANTONIO RAIMONDI-HUARAZ 2020**

Si usted accede a participar en este estudio, se le pedirá responder preguntas en una entrevista (o completar una encuesta, o lo que fuera según el caso). Esto tomará aproximadamente 05 minutos de su tiempo. Lo que conversemos durante estas sesiones se grabará, de modo que el investigador pueda transcribir después las ideas que usted haya expresado.

La participación en este estudio es estrictamente voluntaria. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Sus respuestas al cuestionario y a la entrevista serán codificadas usando un número de identificación y, por lo tanto, serán anónimas. Una vez transcritas las entrevistas, los cassettes con las grabaciones se destruirán.

Si tiene alguna duda sobre este proyecto, puede hacer preguntas en cualquier momento durante su participación en él. Igualmente, puede retirarse del proyecto en cualquier momento sin que eso perjudique en ninguna forma. Si alguna de las preguntas durante la entrevista le parece incómodas, tiene usted el derecho de hacérselo saber al investigador o de no responderlas.

Desde ya le agradecemos su participación.

Acepto participar voluntariamente en esta investigación, conducida por **Heydi Karina Bravo Anderzon** He sido informado (a) de que la meta de este estudio es **“INFLUENCIA DEL PROGRAMA MOTIVACIÓN EN EL FUNCIONAMIENTO FAMILIAR DE LOS ESTUDIANTES DE LA INSTITUCION EDUCATIVA SABIO ANTONIO RAIMONDI-HUARAZ 2020**

Me han indicado también que tendré que responder cuestionarios y preguntas en una entrevista, lo cual tomará aproximadamente 05 minutos.

Reconozco que la información que yo provea en el curso de esta investigación es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de los de este estudio sin mi consentimiento. He sido informado de que puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento y que puedo retirarme del mismo cuando así lo decida, sin que esto acarree perjuicio alguno para mi persona. De tener preguntas sobre mi participación en este estudio, puedo contactar a \_\_\_\_\_ al teléfono \_\_\_\_\_.

Entiendo que una copia de esta ficha de consentimiento me será entregada, y que puedo pedir información sobre los resultados de este estudio cuando éste haya concluido. Para esto, puedo contactar a 988572661 al teléfono anteriormente mencionado.

Nombre del Participante  
(en letras de imprenta)

Firma del Participante

Fecha



### Apéndice D. Presupuesto

Presupuesto desembolsable (Estudiante)			
Categoría	Base	% o Número	Total (S/.)
Suministros (*)			
Impresiones	0.30	200	60.00
Fotocopias	0.10	100	10.00
Empastado	30.00	1	30.00
Papel bond A-4 (600 hojas)	0.10	100	100
Lapiceros	0.50	6	3.00
Servicios luz	20	2	60.00
Uso de Turnitin	50.00	5	300.00
Sub total			<b>563.00</b>
Gastos de viaje	-	-	-
Pasajes para recolectar información	-	-	-
Subtotal			
Total, de presupuesto desembolsable			<b>563.00</b>
Presupuesto no desembolsable (Universidad)			
Categoría	Base	% o Número	Total (S/.)
Servicios			
Uso de Internet (Laboratorio de Aprendizaje Digital – LAD)	30.00	4	120.00
Búsqueda de información en base de datos	35.00	2	70.00
Soporte informático (Módulo de Investigación del ERP University – MOIC).	40.00	4	160.00
Publicación de artículo en repositorio Institucional	50.00	1	50.00
Sub total			
Recurso humano			
Asesoría personalizada (5 horas por semana)	63.00	4	252.00
Subtotal			252.00
Total, de presupuesto no desembolsable			652.00
Total (S/.)			<b>899.00</b>

## Apéndice E. Ficha técnica del instrumento de evaluación.

### Escala de evaluación de cohesión y adaptabilidad familiar (FACES III)

#### Ficha Técnica

- A. Nombre original de la escala:** Escala de Evaluación de la Cohesión y Adaptabilidad Familiar FACES III.
- B. Autores:** David Olson, Joyce Portener y Joav Lavee (1985)
- C. Traducción:** Angela Hernandez Cordiva, Universidad Santo Tomas. Colombia
- D. Administración:** individual o colectiva
- E. Duración:** 10 minutos
- F. Significación:** Tercera versión de la escala FACES que fue diseñada para evaluar dos dimensiones básicas de la familia: Cohesión y adaptabilidad dentro del Modelo Circumplejo de David Olson y colaboradores; clasifica 16 tipos de familia. El instrumento es útil para obtener el funcionamiento real, ideal e indirectamente la satisfacción familiar.
- G. Descripción:** está compuesta de 20 ítems agrupados en dos dimensiones:
  - II. Dimensiones:** para la variable tipo de familia será contralada la sub variable cohesión y adaptabilidad
    - A. Cohesión:** evalúa el grado en que los miembros de la familia están separados o conectados a ella; es el vínculo emocional que los miembros de la familia tienen entre sí.
      - a.** Examina: vinculación emocional, límites familiares, tiempo y amigos, intereses y recreación.
      - b.** Niveles: desligada, separada, conectada y amalgamada.
    - B. Adaptabilidad:** es la capacidad que tiene el sistema de cambiar su estructura (poder, roles, reglas) de acuerdo a su desarrollo y los eventos que le toca vivir.

- a. Examina: liderazgo, control, disciplina, roles y reglas.
- b. Niveles: rígida, estructurada, flexible y caótica.

### **III. Validez y confiabilidad:**

El grupo de estudio estuvo conformado por 2,412 sujetos sin aparentes problemas y de diferentes etapas vitales, quedando de los 50 ítems del instrumento original en 20 ítems.

En Perú (Bazo, Aguila, Peralta, Mormontoy y Bennett, 2016) se hizo un estudio con una población de 910 adolescentes para la *escala real*.

#### **3.1 Validez de constructo**

Olson y cols. al desarrollar FACES III buscaron reducir la correlación entre cohesión y adaptabilidad, llevarla lo más cerca de cero; del mismo modo reducir la correlación de cohesión y adaptabilidad con deseabilidad social ( $r: 0.3$ ). Así mismo los ítems de las dos áreas están correlacionados con la escala total.

A través del coeficiente Alpha de Crombach determina la confiabilidad para cada escala, en cohesión es 0.77, en adaptabilidad 0.62 y en la escala total 0.68. La prueba test retest calculada con el coeficiente de correlación producto-momento de Pearson obtuvo en cohesión 0.83 y adaptabilidad 0.80.

Fanie Melamud (1976) adapto a nuestra realidad el FACES II, obtuvo una validez para familias con adolescentes de 0.82. La confiabilidad test- retest fue de 0.84.

En Perú (Bazo et al., 2016) se halló un Alpha de Crombach en la dimensión de cohesión de 0.79, y en flexibilidad (adaptabilidad) 0.55.

#### IV. Normas de estandarización

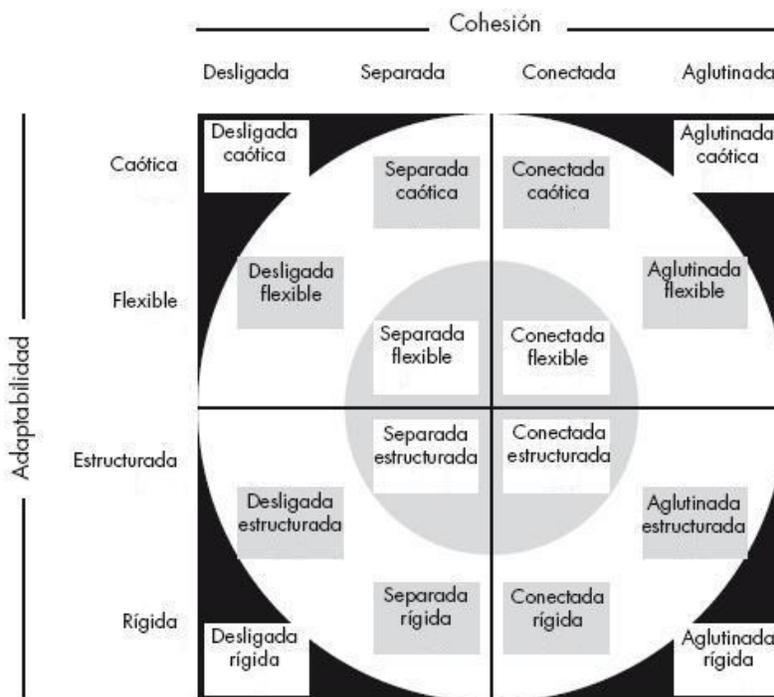
Se incluye los baremos originales y 2 más basados en investigaciones realizadas con estudiantes universitarios (Becerra, 1999) y alumnos de secundaria (González, 1998).

#### V. Calificación:

El puntaje de cohesión, es la suma de todos los ítems impares. El puntaje de adaptabilidad es la suma de todos los ítems pares. Se ubica cada puntaje en el rango correspondiente a la dimensión medida para ubicarlo en el tipo de familia que corresponde.

#### VI. Interpretación y diagnóstico:

Se ubica cada puntaje en el banco correspondiente a la dimensión medida para ubicarlo en el tipo de familia que corresponde. Los resultados y su interpretación se apreciarán fácilmente en el gráfico del modelo circuplejo donde se ubican los 16 tipos de familias.



Por otro lado, es necesario puntualizar que en el estudio realizado en Perú (Bazo et al., 2016) que las mediciones de cohesión y flexibilidad no están correlacionadas entre sí, lo que es un supuesto elemental del modelo circunplejo de Olson. Explicando la historia 3: el FACES-II ya tenía este problema y, por ello, el proceso de construcción del FACES-III giró en torno a una selección de ítems que permitiera cumplir con dicho supuesto teórico (reducción de ítems hasta llegar a los 20 que hoy conocemos). En principio, Olson lo logró ( $r=0,03$  entre ambas escalas) y esto funcionó más o menos bien en otros contextos (v.g. un  $\beta=0,28$  en el estudio de Schmidt et al. 12). Sin embargo, en nuestro estudio esta propiedad no se ha confirmado (...). Esto tiene repercusiones directas en las interpretaciones de los resultados; o sea, no se discute la bidimensionalidad del constructo funcionalidad familiar, pero sí la ortogonalidad de sus dimensiones. Para efectos prácticos, se dificulta la construcción de los 16 tipos familiares y calzarlos en los tres niveles de funcionalidad deja de estar empíricamente justificado, ¿qué se puede recomendar en este punto?: trabajar la interpretación de funcionalidad (balanceada, extrema y media) directamente sobre las dimensiones por separado, y no sobre los tipos familiares. Por supuesto, esta no es una solución final, pero puede ser de ayuda para cualquier fin evaluativo inmediato.

## **VII. Clasificación:**

Así la familia se clasifica en:

**a. Balanceada**, moderado en ambas dimensiones.

- Flexiblemente separada
- Flexiblemente con sentada
- Estructuralmente separada
- Estructuralmente con sentada.

**b. Medio**, extremos en una dimensión y moderada en otra.

- Flexiblemente desligada
- Flexiblemente amalgamada
- Poéticamente separada
- Caóticamente conectada
- Estructuralmente desligada
- Estructuralmente amalgamada
- Rígidamente separada
- Rígidamente con sentada.

**c. Extremo**: En ambas dimensiones muestra un nivel extremo.

- Caóticamente desligada
- Caóticamente amalgamada
- Rígidamente desligada
- Rígidamente amalgamada.

## VIII. Niveles

### 1.1 Niveles de cohesión familiar.

#### **Desligada.**

- Extrema separación emocional.
- Falta de lealtad familiar
- Muy poca interacción o involucramiento emocional entre los miembros
- La correspondencia afectiva es infrecuente en los miembros
- Falta de cercanía parento-filial
- Predominan la separación personal
- Rara vez pasan tiempo juntos
- Necesidad y preferencia por espacios separados

- Se toman las decisiones independientemente
- El interés se focaliza fuera de la familia
- Los amigos personales son vistosos a solas
- Existen intereses desiguales
- La reacción se lleva a cabo individualmente.

### **Separada.**

- Hay separación emocional
- La lealtad familiar es ocasional
- El involucramiento se acepta, se prefiere la distancia emocional
- Algunas veces se demuestra la correspondencia afectiva
- Los límites parento-filiales son claros, con ciertas cercanías entre los padres e hijos
- Se alienta cierta separación personal
- El tiempo individual es importante, pero eso se pasa parte del tiempo junto
- Se prefiere los espacios separados compartiendo el espacio familiar.
- Las decisiones se toman se toman individualmente siendo posible las decisiones conjuntas.
- El interés se focaliza fuera de la familia.
- Los amigos personales rara vez son compartidos con la familia.
- Los intereses son distintos
- La recreación se lleva a cabo más separada que compartida.

### **Conectada**

- Cercanía emocional.
- La lealtad familiar es esperada
- Se enfatiza el involucramiento, pero se permite la distancia personal
- Las interacciones afectivas son alentadas y preferidas
- Los límites entre los subsistemas son claros, con cercanía parento filial

- La necesidad de separación es respetada pero poco valorada.
- El tiempo que se pasa juntos es importante.
- El espacio privado es respetado.
- Se prefiere las decisiones conjuntas.
- El interés se focaliza dentro de la familia
- Los amigos individuales se comparten con la familia
- Se prefiere los intereses comunes
- Se prefiere la recreación compartida que la individual

### **Amalgamada**

- Cercanía emocional extrema
- Demanda de lealtad a la familia
- Dependen mucho uno de otros. Dependencia afectiva.
- Extrema reactividad emocional.
- Coaliciones parento filial
- Falta de límites generacionales
- Falta de separación personal
- La mayor parte del tiempo se pasan juntos.
- Se permiten poco tiempo y espacio privado.
- Las decisiones están sujetas al deseo del grupo.
- El interés se focaliza dentro de la familia.
- Se prefiere a los amigos de la familia que los personales.
- Los intereses conjuntos se dan por mandato.

## **8.2 Niveles de adaptabilidad familiar**

### **Rígida**

- El liderazgo es autoritario, existiendo fuerte control parental
- La disciplina es estricta y rígida, sus aplicaciones son severa

- Es autocrática
- Los padres imponen sus decisiones
- Los roles están estrictamente definidos
- Las reglas se hacen cumplir estrictamente, no existiendo la posibilidad de cambio.

### **Estructurada**

- El liderazgo es autoritario, siendo algunas veces igualitario.
- La disciplina rara es severa, siendo predecible sus consecuencias
- Es un tanto democrática
- Los padres toman las decisiones
- Los roles son estables, pero pueden compartirse
- Las reglas se hacen cumplir firmemente, pocas son las que cambian

### **Flexible**

- El liderazgo es igualitario y permite cambios
- La disciplina es algo severa, negociando de sus consecuencias
- Usualmente es democrática
- Hay acuerdo en las decisiones
- Se comparten los roles
- Las reglas se hacen cumplir con flexibilidad y algunas cambian.

### **Caótica:**

- Liderazgo limitado y/o ineficaz
- La disciplina es muy poco severa, habiendo inconsistencia en sus consecuencias
- Las decisiones parentales son impulsivas
- Hay falta de claridad en los roles, existen alterancia o inversión de los mismos
- Frecuentes cambios en las reglas, se hacen cumplir inconscientemente.

## **IX. Administración y procedimiento de puntuación.**

### **1. Administración.**

El instrumento es fácil de administrar y simple para calificar. Se puede administrar sobre una base individual en situaciones tales como cuando una familia una pareja son vistas en una sesión de terapia, o cuando participan en proyecto de investigación. Se puede usar en grupos grandes tales como estudiantes en clase o familias que responden a un estudio por correo.

Se le pide a la persona que lea las frases y decida para cada una, qué tan frecuentemente la conducta descrita se presenta en su familia, puntuando sobre una escala que oscila entre 1 (casi Nunca) y 5 (casi siempre).

## **2. Procedimiento de puntuación.**

- El puntaje de cohesión, es la suma de todos los ítems impares.
- El puntaje de adaptabilidad, es la suma de todos los ítems pares.

## Apéndice F. Carta de Autorización



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE

R	I.F. "SABIO ANTONIO RAIMONDI"	
E	FECHA	21/10/19
C		9-20
I		01
B		
I		
D	Nº OP	1825

**AÑO DE LA LUCHA CONTRA LA CORRUPCIÓN E IMPUNIDAD"**

Huaraz, 21 de octubre del 2019

**OFICIO N° 235- 201 - ULADECH CATÓLICA -C/Hz.Esc.Psicol**

**YILDA ZARZOSA VILLAFAN**  
**DIRECTOR DE LA I.E. "SABIO ANTONIO RAIMONDI"-HUARAZ**

**Asunto : Solicita permiso para aplicar programa**

Es grato dirigirme a usted, a fin de hacer de su conocimiento que la Escuela de Psicología de la ULADECH CATOLICA HUARAZ, dentro de su plan de Estudios en el VII ciclo, los estudiantes llevan el curso Tesis I. Asimismo, dentro de su proyecto de investigación tienen que aplicar un programa llamado "INFLUENCIA DEL PROGRAMA MOTIVACIÓN EN EL FUNCIONAMIENTO FAMILIAR EN LOS ESTUDIANTES LA I.E SABIO ANTONIO RAIMONDI -HUARAZ", la cual estará dirigido a los estudiantes de tercer año del nivel secundario.

Al respecto solicito a su Despacho autorizar a la estudiante HEYDI KARINA BRAVO ANDERZON del VII ciclo de estudios de Psicología para aplicar El cuestionario FASES III de cohesión y adaptabilidad Familiar de Olson, para el semestre académico 2020-I comprendido desde el mes de Abril hasta el mes de julio del 2020.

Agradeciendo la atención a la presente  
Aprovecho la oportunidad para reiterarle los sentimientos de mi estima personal

Atentamente



Lic. Lily Rina Benadillo Trujillo  
C.P. 6298  
Coordinadora (e) Escuela Profesional Psicología

Jr. Llanganuco N°2061, Picup – RPM #942149662  
Jr. Simón Bolívar N°789, Huaraz – RPM #515733  
www.uladech.edu.pe

## Apéndice G. Matriz de consistencia

Pregunta	Objetivos	Hipótesis H1/H0	Variables	Marco Teórico	Metodología	Muestra
¿Cuál es la Influencia del programa motivación en la Funcionalidad Familiar de los estudiantes de Secundaria de la institución Educativa Sabio Antonio Raimondi-Huaraz 2020?	<b>General</b>		<b>Variable Independiente</b>	. Concepto de Motivación. . Teorías sobre la Motivación. . La Motivación en el Aprendizaje. . Factores que Influyen en la Motivación. . Autoestima. . Resiliencia.	. Cuantitativa . Pre experimental . Tipo Prospectivo . Explicativo . Diseño <b>GO O1 X O2</b> Donde GO representa al Grupo de Observación O1 Pretest X Programa O2 postes	Población 105 Muestra 24 10 varones 14 mujeres  Muestreo no probabilístico por conveniencia
	<b>Específicos</b>	<p>El programa de motivación no influye significativamente en la funcionalidad familiar de los estudiantes de secundaria de la I.E los Andes-Independencia-Huaraz 2020.</p> <p><b>H0</b></p> <p>El programa de motivación influye significativamente en la funcionalidad familiar de los estudiantes de secundaria de la I.E Sabio Antonio Raimondi-Huaraz 2020.</p> <p><b>H1</b></p> <p>El programa de motivación influye significativamente en la funcionalidad familiar de los estudiantes de secundaria de la I.E Sabio Antonio Raimondi-Independencia-Huaraz 2020.</p> <p>Medir el nivel de funcionalidad familiar de los Estudiantes de Secundaria de la I.E Sabio Antonio Raimondi-Huaraz 2020.</p> <p>Medir el nivel de Funcionalidad Familiar después de aplicar el programa Motivación Escolar de los Estudiantes de Secundaria de la I.E Sabio Antonio Raimondi-Huaraz 2020.</p> <p>Comparar el nivel de funcionamiento familiar antes y después de la aplicación del programa motivación en la funcionalidad familiar de los estudiantes de la I.E sabio Antonio Raimondi-Huaraz 2020.</p>	<p>Motivación</p> <p><b>Variable Dependiente</b></p> <p>Funcionalidad Familiar</p>	. Teoría Estructural del Funcionamiento Familiar . Funcionamiento Familiar. . Sistema Familiar . Cohesión Familiar . Adaptabilidad Familiar		

- ☆ **Apéndice H**” Programa motivación en el funcionamiento familiar de los Estudiantes de Secundaria de la Institución Educativa Sabio Antonio Raimondi-2020”

## **I. Datos Informativos**

- ☆ **Denominación:** Programa motivación en el funcionamiento familiar de los Estudiantes de Secundaria de la Institución Educativa Sabio Antonio Raimondi-2020
- ☆ **Institución educativa:** estudiantes de la I. E. Sabio Antonio Raimondi, Huaraz -2020”
- ☆ **Institución ejecutora:** universidad Católica los Ángeles de Chimbote-Filial Huaraz
- ☆ **Ugel:** Huaraz
- ☆ **Responsable:** Heydi Karina Bravo Anderzon
- ☆ **Beneficiarios/as:** Estudiantes del 3° año de educación secundaria de la I.E. Sabio Antonio Raimondi
- ☆ **Duración:** 4 meses
- ☆ **Número de sesiones:** 14 sesiones

### **Fundamentación**

El proyecto cuya denominación es programa “Motivación” se ejecutará en 14 sesiones con la finalidad de ofrecer a los estudiantes una charla de temas de relevante importancia con lo que se pretende llegar a concientizar a los alumnos y este se vea reflejado en sus capacidades motivacionales, de cohesión y adaptabilidad familiar. Así mismo es importante el logro de las

metas y objetivos que se propondrán en cada sesión y que con su ejecución los estudiantes proyecten cambios para su bienestar social, académico y familiar.

Cabe resaltar que dicho programa se ejecutó durante el año 2020, fecha en la que a nivel Mundial nos encontrábamos atravesando una crisis sanitaria debido a la pandemia generada por el COVID-19, motivo por el cual las sesiones se ejecutaron de manera remota.

**Objetivo general:**

- Lograr concientizar a los estudiantes, sobre temas concernientes a la motivación, para lograr una mejora dentro de la estructura de su funcionamiento familiar

**Objetivos específicos**

- a) Identificar factores externos como la confianza, lazos emocionales, desafíos, factores que favorecen un buen clima en el aula y que motivan a los estudiantes con el propósito de mejorar las relaciones dentro del aula, y buscar generar un clima motivado y adecuado.
- b) Lograr que los estudiantes consigan darse cuenta de la importancia de superar las adversidades y los obstáculos y sean capaces de afrontar las dificultades que se les presenta tanto a nivel académico, social como familiar.
- c) Con el taller autoestima el objetivo es fortalecer el amor propio de cada uno de los estudiantes, y que aprendan a valorarse aceptarse, quererse y proponerse cambios para mejorar la calidad de sus pensamientos cognitivos con respecto a ellos mismos como seres humanos valiosos.
- d) Describir las técnicas apropiadas para que asimilen habilidades a la hora de relacionarse con las demás personas, fomentando sus capacidades para la resolución de problemas

- e) Desarrollen habilidades que les permita establecer y poder mantener relaciones humanas tanto en el ámbito académico como fuera de ella, logrando mejores vínculos de manera general.
- f) Establecer la importancia del vínculo afectivo en el desarrollo emocional y el rol que este juega en la vida de todos los seres humanos.
- g) Descubrir la importancia de las emociones y los sentimientos y la influencia que estos tienen en nuestros estados de ánimo, y promover a los estudiantes a ser capaces de hacer frente a los problemas de la vida.
- h) Mediante la teoría proporcionar a los estudiantes los conocimientos necesarios para que sean capaces de tomar decisiones de manera responsable y que puedan crecer como personas.
- i) Dotar a los estudiantes de los conocimientos necesarios para que sean capaces de tener metas y objetivos y poder superar las barreras y obstáculos sobre todo cuando se trata de barreras cognitivas o mentales.
- j) Promover en los estudiantes la capacidad de creer en uno mismo, en sus habilidades, confianza y que sean capaces de romper esas barreras que obstaculizan su confianza, y puedan compartir la información con sus padres y así fortalecer su autoeficacia.
- k) Aprendan del significado y la importancia de relacionarse con los demás, así como con la familia y que puedan tener relaciones positivas basadas en la confianza y el respeto.
- l) Mejorar la capacidad de resistencia psicológica, y puedan fortalecer sus capacidades de un autoconcepto positivo y realista.
- m) Hacer que los estudiantes reconozcan sus aptitudes y talentos y puedan desarrollarlas siempre con el apoyo de sus padres.

- n) Aumentar en los estudiantes las capacidades de manejar y poder controlar los sentimientos de fracaso ante situaciones de presión, y problemas familiares, aprendiendo que es bueno comunicarse con sus padres antes situaciones de estrés.

### **Actividades propuestas en el programa de motivación**

Se desarrollarán 14 sesiones en un periodo de cuatro meses, cada sesión durara 45 minutos (una hora pedagógica) y se llevara a cabo en una sesión por semana durante cuatro meses.

### **III. Metodología**

Para la aplicación del programa, se sigue una serie de pautas preestablecidas por la universidad, para que la aplicación sea lo más favorable posible para los estudiantes y puedan reflejarse en los resultados al finalizar las sesiones, permitiéndonos el logro de los objetivos, esperando que las sesiones fortalezcan de manera positiva, y tenga una influencia efectiva en la funcionalidad familiar de los estudiantes.

Para el desarrollo de las sesiones se tendrá en cuenta las dinámicas, materiales didácticos, trípticos, promoviendo la participación activa de los estudiantes y lograr así el reforzamiento en los temas planteados, con la finalidad de alcanzar los objetivos propuestos en cada sesión, con la finalidad de lograr generar un cambio propicio en los estudiantes y que esto pueda influir de manera positiva en sus relaciones sociales y familiares.

### **IV. Evaluación:**

Se desarrollará la evaluación antes de la ejecución del programa la cual consiste en la evaluación mediante un cuestionario de la escala de cohesión y adaptabilidad familiar (FACES III) con la finalidad de verificar la funcionalidad familiar de los estudiantes, durante el desarrollo

de las sesiones se irán reforzando los aprendidos durante la sesión y se promoverá la participación de los estudiantes a fin de que creen sus propios conceptos.

Para finalizar al culminar la aplicación de las 14 sesiones se aplicará el cuestionario de cohesión y adaptabilidad Familiar (FACES III) como un postest y se verificará la influencia del programa aplicado.

### Procedimiento

No De sesión	01	Tema	Motivación
<b>Objetivo específico</b>	Identificar factores externos como la confianza, lazos emocionales, desafíos, factores que favorecen un buen clima en el aula y que motivan a los estudiantes con el propósito de mejorar las relaciones dentro del aula y con la familia, y buscar generar un clima motivado y adecuado.		
<b>Momento</b>	<b>Procedimiento</b>		<b>Tiempo</b>
<b>Inicio</b>	Se iniciará el taller, haciendo la presentación del tema, dándoles un saludo cordial y agradeciendo por la oportunidad brindada, posteriormente realizamos la siguiente pregunta:  - ¿Cómo se encuentran?? De esa manera se genera un clima de confianza y una conexión de empatía con los estudiantes para poder comunicarnos con mayor confianza.		15 min
<b>Desarrollo</b>	- Iniciamos la sesión enviando a través de fotografías al whatsapp los materiales previamente elaborados y preguntando: que entienden por motivación para conocer que ideas tienen acerca del tema y procedemos a explicar el contenido del material, dándoles a conocer la importancia de la motivación como fuente de crecimiento personal.		20n
<b>Cierre</b>	♣ Para finalizar le preguntamos a los estudiantes si entendieron el tema, que les pareció la sesión del día de hoy, hacemos las recomendaciones necesarias y nos despedimos hasta la próxima sesión.		10 min

No De sesión	02	Tema	Resiliencia
<b>Objetivo específico</b>	Lograr que los estudiantes consigan darse cuenta de la importancia de superar las adversidades y los obstáculos y sean capaces de afrontar las dificultades que se les presenta tanto a nivel académico, social y familiar.		
<b>Momento</b>	<b>Procedimiento</b>		<b>Tiempo</b>
<b>Inicial</b>	❖ Se dará inicio con la sesión saludando a los estudiantes y preguntándoles que recuerdan de la sesión anterior seguidamente se enviará el material y se proseguirá a explicar el tema, enviando imágenes de superación personal.		10 min
<b>Desarrollo</b>	❖ Continuamos haciendo diferencias entre factores de riesgo y factores protectores, y dando a conocer la importancia de resurgir ante la adversidad, recuperarse y acceder a una vida significativa, enviando el material y audios, donde se solicitará la participación de los estudiantes. ❖ Proseguimos, explicando y llevando a cabo una dinámica consistente en contar situaciones difíciles y las soluciones que le dieron, proporcionándoles los elogios pertinentes.		25 min
<b>Cierre</b>	❖ Se finalizará la sesión reforzando lo aprendido, respondiendo las inquietudes de los estudiantes, y procedemos a despedirnos hasta la Próxima sesión.		10 min

No de sesión	03	Tema	Motivación
<b>Objetivo específico</b>	fortalecer el Amor propio de cada uno de los estudiantes, y que aprendan a valorarse aceptarse, quererse y proponerse cambios para mejorar la calidad de sus pensamientos cognitivos con respecto a ellos mismos como seres humanos valiosos.		
<b>MOMENTO</b>	<b>PROCEDIMIENTO</b>		<b>TIEMPO</b>
<b>INICIO</b>	Se iniciará el taller, presentando el tema y realizando las siguientes preguntas:  ¿Quién soy?  ¿De que soy capaz?  ¿Merezco la simpatía por parte de los demás?		10 min

<b>DESARROLLO</b>	Iniciamos la sesión explicando el tema y su importancia, enviando los materiales correspondientes a través de fotos. Posteriormente enviara un audio referente a la autoestima y al finalizar se solicitará a los estudiantes que opinen acerca del audio.	20 min
<b>CIERRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>♣ Preguntamos una virtud de cada uno.</li> <li>♣ Para finalizar les preguntamos a los estudiantes que les pareció el taller, y se resuelven las dudas. Y procedemos a despedirnos hasta la próxima sesión.</li> </ul>	10 min

No DE SESIÓN	04	TÉMA	ASERTIVIDAD
<b>OBJETIVO ESPECÍFICO</b>	Que los estudiantes asimilen habilidades a la hora de relacionarse con las demás personas, fomentando sus capacidades para la resolución de problemas		
	<b>PROCEDIMIENTO</b>		<b>TIEMPO</b>
<b>INICIO</b>	❖ Se dará inicio con la sesión saludando a los estudiantes y preguntándoles que recuerdan de la sesión anterior seguidamente se enviará un audio reflexivo.		10 min
<b>DESARROLLO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Proseguimos explicando el tema Asertividad haciendo hincapié en la importancia que tiene para el éxito personal.</li> <li>❖ Se les solicitara que participen enviando sus repuestas, que escriban patrones de comportamiento de las personas asertivas.</li> </ul> Seguidamente te apertura un debate con las principales ideas		25 min
<b>CIERRE</b>	❖ Se finalizará la sesión reforzando lo aprendido, y resolviendo las dudas que se presenten. Y nos despedimos respondiendo las inquietudes de los estudiantes, y nos despedimos.		10 min

No DE SESIÓN	05	TEMA	RELACIONES HUMANAS POSITIVAS
<b>OBJETIVO ESPECÍFICO</b>	Que los estudiantes desarrollen habilidades que les permita establecer y poder mantener relaciones humanas tanto en el ámbito académico como fuera de ella, logrando mejores vínculos de manera general.		
<b>Momento</b>	<b>Procedimiento</b>		<b>Tiempo</b>
<b>Inicio</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se dio inicio del taller preguntándole a los estudiantes si sienten que sostienen relaciones humanas positivas a modo de introducción.</li> <li>- Procedemos a enviar el material informativo consistente en diapositivas. (fotos)</li> </ul>		15 min
<b>Desarrollo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Procedemos a explicar la importancia de mantener una relación saludable, tanto en el colegio, con la familia, y de manera general.</li> <li>- posteriormente se conceptualizará el tema y se promoverá la participación de los estudiantes a través de la lluvia de ideas, para lo cual se le solicita que opinen acerca del tema.</li> </ul>		20 min
<b>Cierre</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>♣ se concluirá el taller reforzando la importancia de las mantener relaciones humanas positivas.</li> <li>♣ Se absolverán las dudas, y se proseguí a finalizar la sesión despidiéndonos hasta el próximo taller.</li> </ul>		10 min

No DE SESIÓN	06	TÉMA	AFECTIVIDAD
<b>OBJETIVO ESPECÍFICO</b>	Establecer la importancia del vínculo afectivo en el desarrollo emocional y la relación con la familia, y el rol que este juega en la vida de todos los seres humanos		
<b>MOMENTO</b>	<b>PROCEDIMIENTO</b>		<b>TIEMPO</b>
<b>INICIAL</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Se dará inicio con la sesión saludando a los estudiantes haciendo la siguiente interrogante: ¿Que entienden por afectividad? ¿Creen que es lo mismo amor que afectividad?</li> </ul>		10 min

	En base a sus respuestas se da inicio enviando el material previamente preparado.	
<b>DESARROLLO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Damos inicio con la sesión definiendo el tema, y seguidamente se enviará un audio para enfatizar con más profundidad en desarrollo del tema.</li> <li>❖ Proseguimos, a realizar una dinámica “eres eres” consistente en decir una cualidad afectiva.</li> </ul>	25 min
<b>CIERRE</b>	❖ Se finalizará la sesión reforzando lo aprendido, respondiendo las inquietudes de los estudiantes, y procedemos a despedirnos hasta la Próxima sesión.	10 min

No DE SESIÓN	07	TEMA	EMOCIÓN Y SENTIMIENTO
<b>OBJETIVO ESPECÍFICO</b>	Descubrir la importancia de las emociones y los sentimientos y la influencia que estos tienen en nuestros estados de ánimo, y promover a los estudiantes a ser capaces de hacer frente a los problemas de la Vida.		
<b>MOMENTO</b>	<b>PROCEDIMIENTO</b>		<b>TIEMPO</b>
<b>INICIO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se iniciará el taller, presentado el tema y resaltando la diferencia entre emoción y sentimiento.</li> <li>- Se proseguirá enviando un audio referente al tema. Posteriormente se abrirá debate sobre las diferencias entre emoción y sentimiento.</li> </ul>		15 min
<b>DESARROLLO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Continuamos compartiendo el material didáctico para posteriormente explicarles sobre el tema central.</li> <li>- Definimos los conceptos, las diferencias y la importancia que estas representan en nuestras vidas.</li> </ul>		20 min
<b>CIERRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>♣ Se concluirá la sesión reforzando la importancia de conocer las diferencias entre emoción y sentimiento y se les recomendará que escriban en su cuaderno las diferencias. Y nos despedimos hasta la próxima sesión</li> </ul>		10 min

No DE SESIÓN	08	TÉMA	AUTODETERMINACIÓN
<b>OBJETIVO ESPECÍFICO</b>	Mediante la teoría proporcionar a los estudiantes los conocimientos necesarios para que sean capaces de tomar decisiones de manera responsable y que puedan crecer como personas.		
<b>MOMENTO</b>	<b>PROCEDIMIENTO</b>		<b>TIEMPO</b>
<b>INICIAL</b>	❖ Se dará inicio con la sesión saludando a los estudiantes y preguntándoles que recuerdan de la sesión anterior seguidamente de compartirá el material e imágenes referentes al tema.		10 min
<b>DESARROLLO</b>	❖ Se desarrollará el tema explicando en que consiste la autodeterminación y la importancia que esta tendrá en nuestra vida a la hora de tomar decisiones. ❖ Proseguimos, con una dinámica “vamos a aprender a tomar decisiones” con el objetivo de favorecer el desarrollo de estrategias para la toma de decisiones.		25 min
<b>CIERRE</b>	❖ Se finalizará la sesión reforzando lo aprendido, respondiendo las inquietudes de los estudiantes, y procedemos a despedirnos hasta la Próxima sesión.		10 min

No DE SESIÓN	09	TEMA	PLANES Y METAS
<b>OBJETIVO ESPECÍFICO</b>	Dotar a los estudiantes de los conocimientos necesarios para que sean capaces de tener metas y objetivos y poder superar las barreras y obstáculos sobre todo cuando se trata de barreras cognitivas o mentales.		
<b>MOMENTO</b>	<b>PROCEDIMIENTO</b>		<b>TIEMPO</b>
<b>INICIO</b>	Se empezará con la presentación del tema, y realizando las siguientes preguntas con el objetivo de promover la participación de los estudiantes:  ¿Tienen claro que metas tienen para su futuro?  ¿Qué planes tienen para su vida?		15 min
<b>DESARROLLO</b>	- Iniciamos la sesión teniendo en cuenta las respuestas de los estudiantes, reforzando sus respuestas a través del contenido de la sesión, con apoyo del material didáctico. - Seguidamente realizamos la dinámica “el árbol de los logros” con la finalidad de que reflexionen sobre sus logros alcanzados.		20 min

<b>CIERRE</b>	♣ Reforzamos el tema formulando preguntas a los estudiantes. Absolvemos las dudas e inquietudes. Y finalizamos la sesión.	10 min
---------------	---	--------

No DE SESIÓN	10	TÉMA	AUTOEFICACIA
<b>OBJETIVO ESPECÍFICO</b>	Promover en los estudiantes la capacidad de creer en uno mismo, en sus habilidades, confianza y que sean capaces de romper esas barreras que obstaculizan su confianza, y puedan compartir la información con sus padres y así fortalecer su autoeficacia.		
<b>MOMENTO</b>	<b>PROCEDIMIENTO</b>		<b>TIEMPO</b>
<b>INICIAL</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Se dará inicio con la sesión presentando el tema, para lo cual se compartirá imágenes concernientes al tema.</li> <li>❖ Se continuará pidiendo que opinen sobre lo observan en las imágenes y el mensaje que se quiere transmitir.</li> </ul>		10 min
<b>DESARROLLO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Proseguimos haciendo las definiciones y solicitando a los estudiantes que participen a través de la lluvia de ideas.</li> </ul>		25 min
<b>CIERRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Se finalizará la sesión reforzando lo aprendido en la sesión, y procedemos a finalizar la sesión hasta la próxima sesión</li> </ul>		10 min

No DE SESIÓN	11	TEMA	HABILIDADES SOCIALES
<b>OBJETIVO ESPECÍFICO</b>	Que los estudiantes aprendan del significado y la importancia de relacionarse con los demás, así como con la familia y que puedan tener relaciones positivas basadas en la confianza y el respeto.		
<b>MOMENTO</b>	<b>PROCEDIMIENTO</b>		<b>TIEMPO</b>
<b>INICIO</b>	<p>Se iniciará el taller, saludando a los estudiantes y se comentara sobre la sesión anterior y se les preguntara si vienen fortaleciendo sobres los temas tratados hasta ese momento.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Seguidamente procedemos a compartir las imágenes y ficha, y demás materiales para empezar con la charla</li> </ul>		15 min
<b>DESARROLLO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Proseguimos precisando la importancia de comunicarnos con los demás, y vivir en armonía, luego empezamos a definir lo que es habilidades sociales.</li> <li>- Para socializar procedemos a enviar un poema reflexivo a través de un audio, con el objetivo de enriquecer las relaciones sociales, solicitar y ofrecer ayuda, aprender a</li> </ul>		20 min

	resolver los problemas que surjan con los demás y pedir ayuda cuando se necesario.	
<b>CIERRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>♣ Finalizamos la sesión formulando preguntas sobre el tema tratado, contestado las preguntas que puedan plantearse. Nos despedimos y nos retiramos</li> </ul>	10 min

No DE SESIÓN	12	TÉMA	AUTORREALIZACIÓN
<b>OBJETIVO ESPECÍFICO</b>	mejorar la capacidad de resistencia psicológica, y puedan fortalecer sus capacidades de un autoconcepto positivo y realista.		
<b>MOMENTO</b>	<b>PROCEDIMIENTO</b>		<b>TIEMPO</b>
<b>INICIAL</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Se dará inicio con la sesión saludando a los estudiantes y preguntándoles que recuerdan del tema tratado en la sesión anterior a modo de reforzamiento.</li> <li>❖ Seguidamente se hará una breve introducción sobre el tema autorrealización.</li> </ul>		10 min
<b>DESARROLLO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Continuamos haciendo una pequeña exposición del tema y de su importancia como parte de nuestra satisfacciones y necesidades para sentirnos plenos.</li> <li>❖ Seguidamente se invitará a los estudiantes a dar sus opiniones a través de la lluvia de ideas, y hacer una conclusión con todas las opiniones.</li> </ul>		25 min
<b>CIERRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Se finalizará la sesión invitando a los estudiantes a que sigan estudiando acerca del tema tratado en la charla y que escriban en sus cuadernos los aspectos que consideren más relevantes. Y nos retiramos despidiéndonos.</li> </ul>		10 min

No DE SESIÓN	13	TÉMA	MOTIVACIÓN Y TALENTO
<b>OBJETIVO ESPECÍFICO</b>	Lograr que los estudiantes reconozcan sus aptitudes y talentos y puedan desarrollarlas siempre con el apoyo y consentimiento de sus padres.		
<b>MOMENTO</b>	<b>PROCEDIMIENTO</b>		<b>TIEMPO</b>
<b>INICIAL</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Se dará inicio con la sesión saludando a los estudiantes, y preguntándoles si anotaron las indicaciones del taller pasado.</li> <li>❖ Seguidamente se le hará las siguientes preguntas: ¿Que entienden por Talento? ¿creen que desarrollar nuestro talento nos ayuda a estar motivados?</li> </ul>		10 min

<b>DESARROLLO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Continuamos con el desarrollo de la sesión Motivación y Talento haciendo una pequeña exposición sobre el tema, y de la importancia que tiene estar motivados para potenciar nuestro talento.</li> <li>- Formulamos preguntas e iniciamos un debate acerca del talento que tiene cada estudiante, felicitándolos por su colaboración.</li> </ul>	25 min
<b>CIERRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Se finalizará la sesión reforzando lo aprendido, respondiendo las inquietudes de los estudiantes, y procedemos a despedirnos y retirarnos del aula.</li> </ul>	10 min

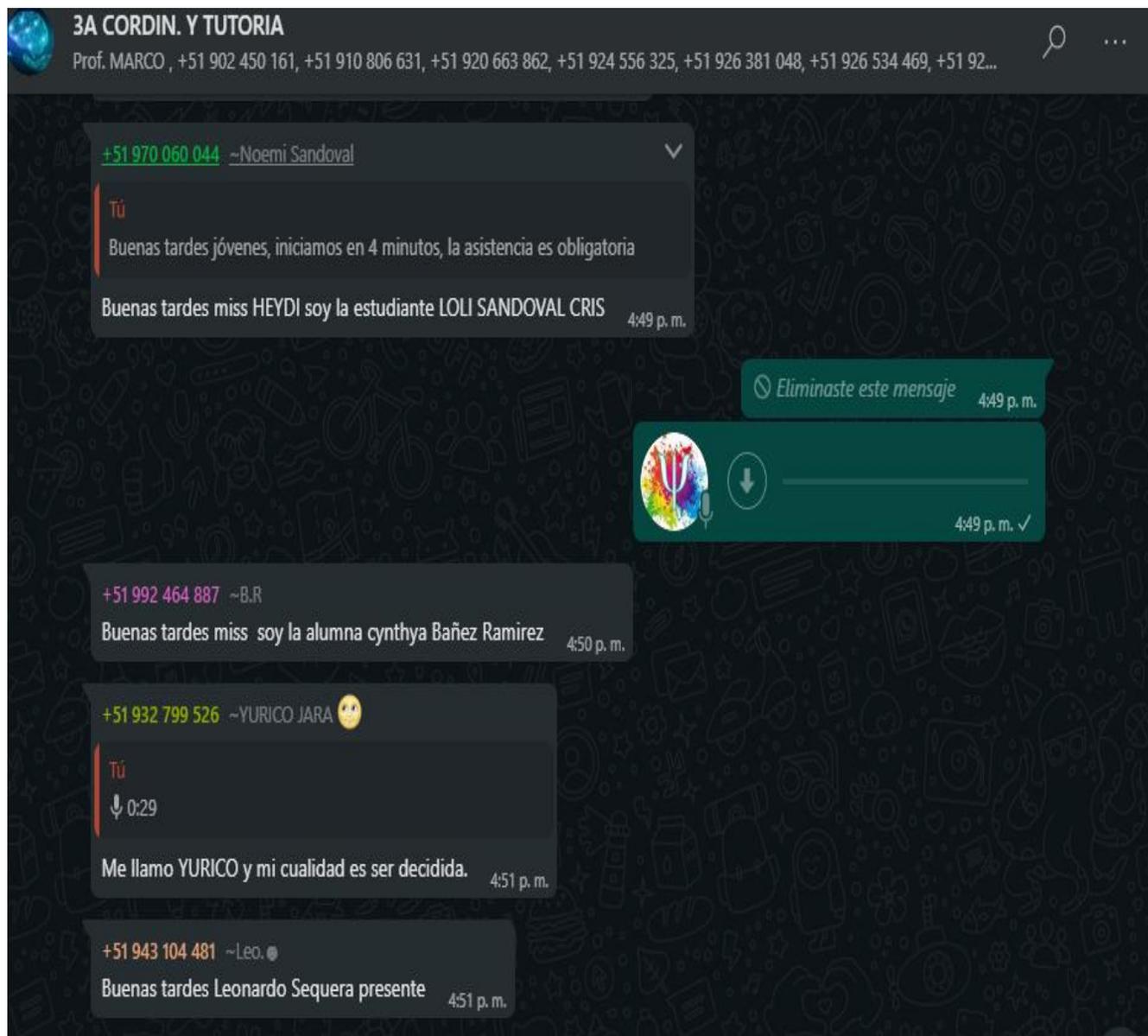
<b>No DE SESIÓN</b>	14	<b>TÉMA</b>	<b>MANEJO DE ESTRÉS</b>
<b>OBJETIVO ESPECÍFICO</b>	Aumentar en los estudiantes las capacidades de manejar y poder controlar los sentimientos de fracaso ante situaciones de presión, y problemas familiares, aprendiendo que es bueno comunicarse con sus padres antes situaciones de estrés.		
<b>MOMENTO</b>	<b>PROCEDIMIENTO</b>		<b>TIEMPO</b>
<b>INICIAL</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Se dará inicio con la sesión saludando a los estudiantes, presentamos el tema y los invitamos a cerrar los ojos y respirar profundamente, imaginarse en bosque frondoso.</li> <li>❖ Seguidamente les pedimos que abran los ojos y cuenten como se sienten.</li> </ul>		10 min
<b>DESARROLLO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Proseguimos explicando las consecuencias del estrés en nuestra vida cotidiana, los síntomas del estrés y la forma en como esta puede perjudicar nuestra salud mental y bienestar físico.</li> <li>- Seguidamente proyectamos imágenes de manejo de estrés.</li> </ul>		25 min
<b>CIERRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Se finalizará la sesión recomendando a los estudiantes a practicar técnicas de control de estrés como: hacer ejercicio, meditación, yoga, respiración profunda.</li> <li>❖ Damos las gracias a los estudiantes por su apoyo, nos despedimos.</li> </ul>		10 min

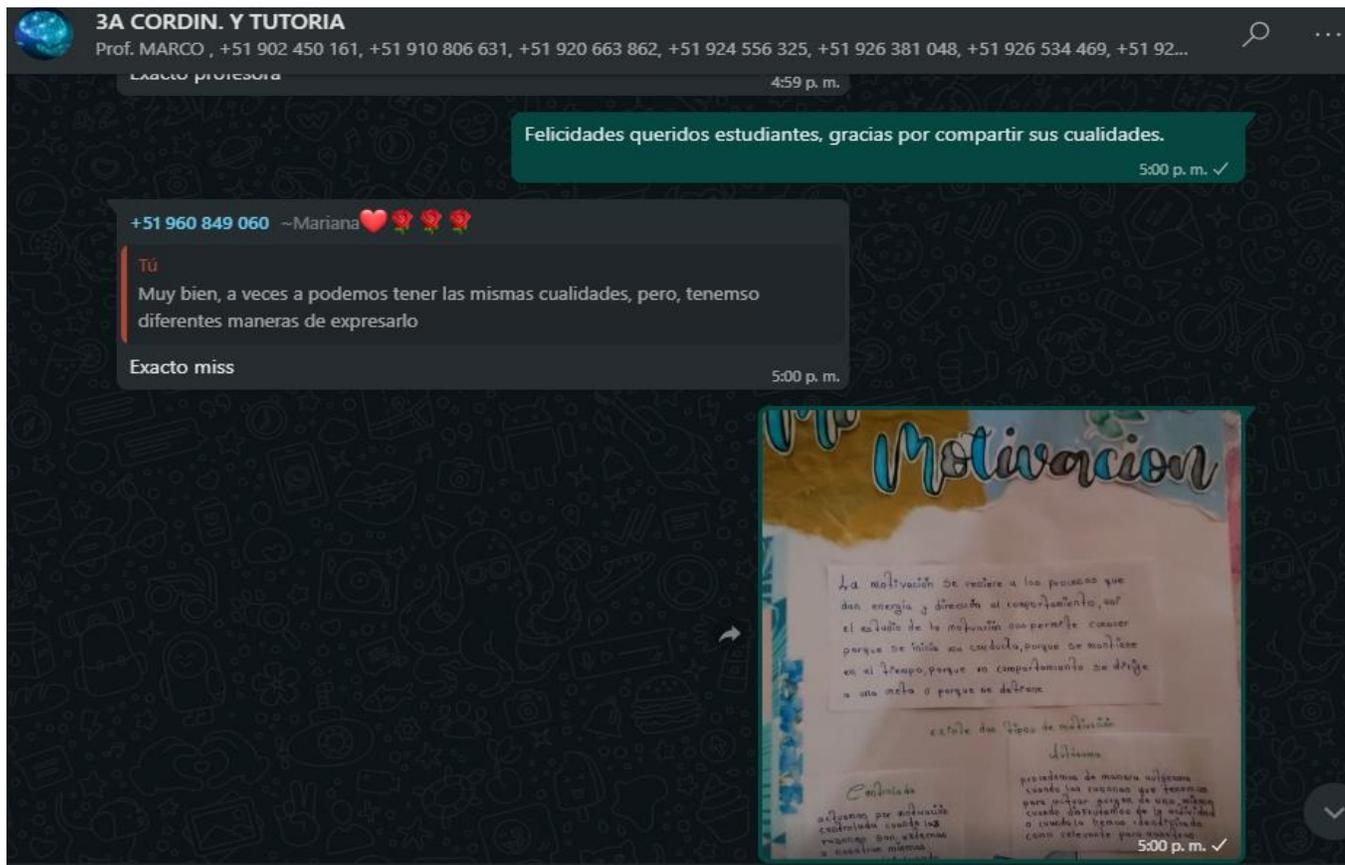
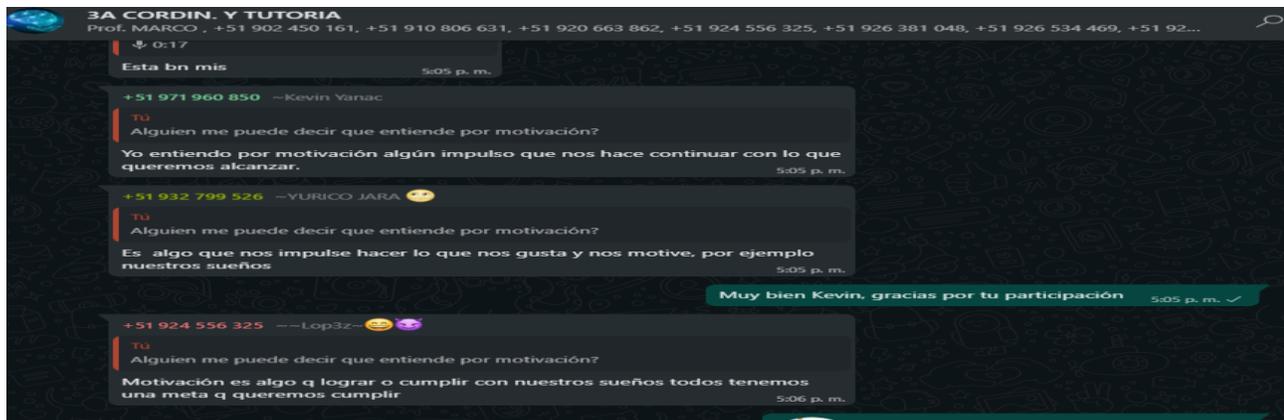
## Apéndice I. Evidencias de la aplicación del programa

### *Primera Sesión*

#### *Tema Motivación (15/09/20)*

#### *Se inicio con la dinámica: Dime una cualidad tuya*





## Segunda y Tercera Sesión (23/09/20)

### Temas: Autoestima- Resiliencia

The image shows a screenshot of a WhatsApp group chat. The group name is "3A CORDIN. Y TUTORIA" and the profile picture is a globe. The chat header lists several phone numbers, including "Prof. MARCO". The chat history shows several messages:

- A message from "+51 943 104 481 ~Leo." with the text "Buenas tardes Leonardo Sequera" and a timestamp of "3:23 p. m.".
- A message from "Presente" with a timestamp of "3:23 p. m.".
- A message from "+51 971 960 850 ~Kevin Yanac" with the text "Buenas tardes profesora soy el alumno Kevin Yanac Jamanca" and a timestamp of "3:28 p. m.".
- A message from "+51 924 556 325 ~Lop3z~" with the text "Buenas tardes mis la alumna Sonia López" and a timestamp of "3:32 p. m.".
- A message from "Buenas tardes mis la alumna jhoselin López" with a timestamp of "3:32 p. m.".
- A message from "Jóvenes tengan todos muy buenas tardes, en breves instantes empezamos la actividad del día de hoy." with a timestamp of "4:44 p. m." and a checkmark.
- A message from "+51 932 799 526 ~YURICO JARA" with the text "Tú Jóvenes tengan todos muy buenas tardes, en breves instantes empezamos la actividad del día de hoy." and a timestamp of "4:44 p. m.".
- A message from "+51 983 871 660 ~Joana" with the text "Tú Jóvenes tengan todos muy buenas tardes, en breves instantes empezamos la actividad del día de hoy." and a timestamp of "4:44 p. m.".

**3A CORDIN. Y TUTORIA**  
Prof. MARCO , +51 902 450 161, +51 910 806 631, +51 920 663 862, +51 924 556 325, +51 926 381 048, +51 926 534 469, +51 92...

Buenas tardes mis la alumna jhoselin López catcha 4:47 p. m.

+51 971 960 850 ~Kevin Yanac

Tú  
Jóvenes tengan todos muy buenas tardes, en breves instantes empezamos la actividad del día de hoy.

Buenas tardes miss soy el alumno Kevin Yanac Jamanca 4:47 p. m.

 0:25 4:49 p. m. ✓

El día de hoy estaremos abordando dos temas muy importantes 4:50 p. m. ✓

+51 932 799 526 ~YURICO JARA 🤔

Tú  
🎧 0:25

Gracias miss Heydi 4:50 p. m.

+51 983 871 660 ~Joana

Tú  
🎧 0:25

Gracias Miss Heydi 4:51 p. m.

**3A CORDIN. Y TUTORIA**  
Prof. MARCO , +51 902 450 161, +51 910 806 631, +51 920 663 862, +51 924 556 325, +51 926 381 048, +51 926 534 469, +51 92...

 0:34 4:59 p. m. ✓

+51 926 535 062 ~Yādhi ❤️🌟👑😄  
Sobre la resiliencia, estar tranquilos amamos

Muy bien 5:01 p. m. ✓

 0:27 5:01 p. m. ✓

...sistencia es el conjunto de factores que hace una persona capaz de superar o salir a su vez de las condiciones de vida sumamente adversas (desastre, guerra, enfermedad, crisis, etc.).

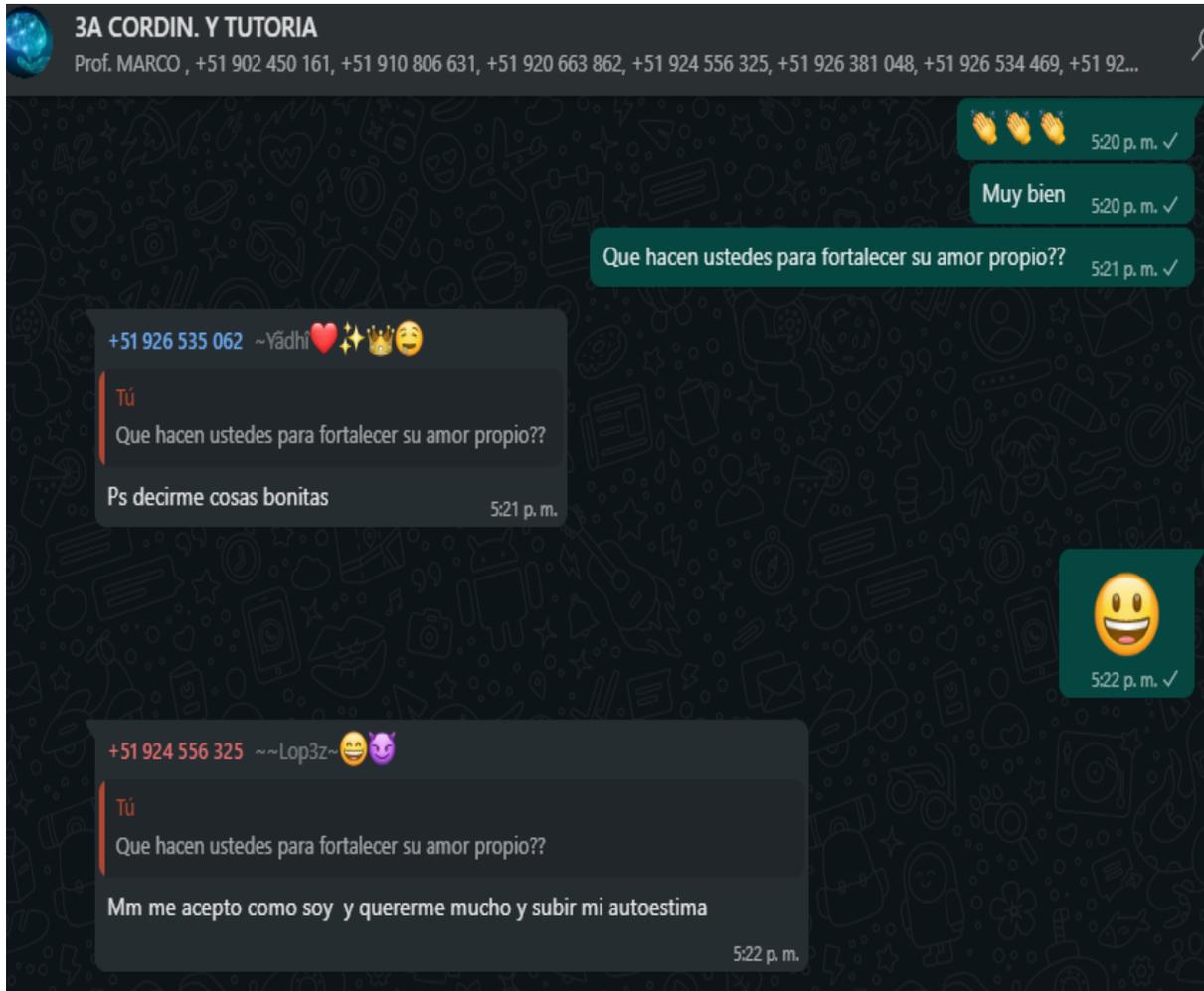
...siste en el afrontamiento de la adversidad, adaptarse ante situaciones que causan dolor emocional, que pudieran haberse tomado a mal si las condiciones de vida no fueran tan significativas.

**¿Cómo podemos desarrollar la Resiliencia?**

- La capacidad de superar la adversidad, que cambian la forma del mundo y de las personas, que se ven como una oportunidad para mejorar la vida y ser felices.
- El poder superar la adversidad que se vive, aunque haya sido traumática, es una habilidad que se adquiere a lo largo de la vida.
- El poder de adaptación a la nueva situación y los beneficios que esta trae, por lo que nada será negativo.
- Cuando se enfrenta una adversidad, y se puede utilizarla para ser un punto de partida a nuevas oportunidades. Eso es lo que hace a una persona resiliente.
- El poder de tener objetivos y evaluar la nueva situación, para la cual se ven los beneficios que esta trae, es una muestra de ser resiliente.
- La adaptación a la nueva realidad con una actitud positiva, no se trata de los problemas que se enfrentan nos permiten con ellos convivir.
- Hay que enfrentar la adversidad y no el problema, solo así se puede superar una situación difícil y salir reforzado.
- Desarrollar la resiliencia se logra a través de la práctica de actividades que permitan el crecimiento personal.

...resiliencia de los argentinos en sus vidas, permitiendo...

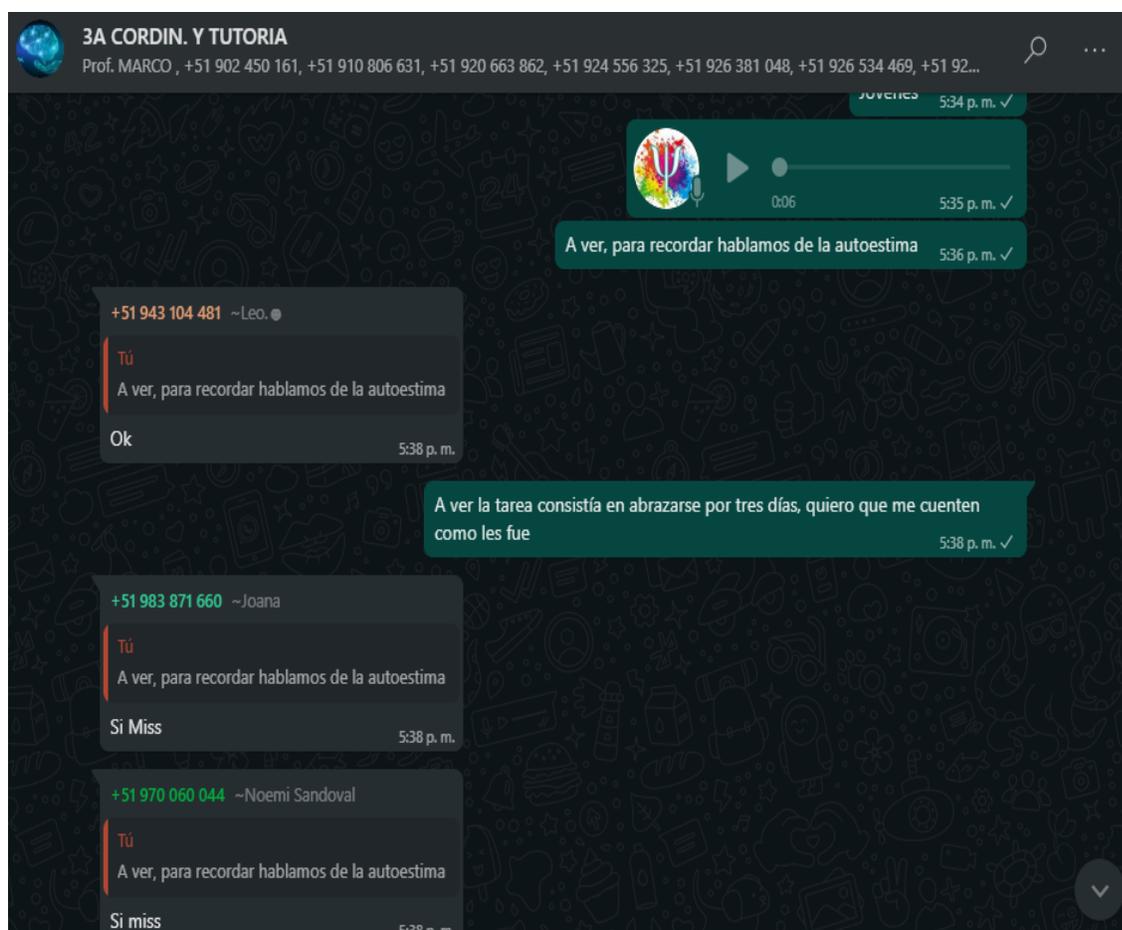
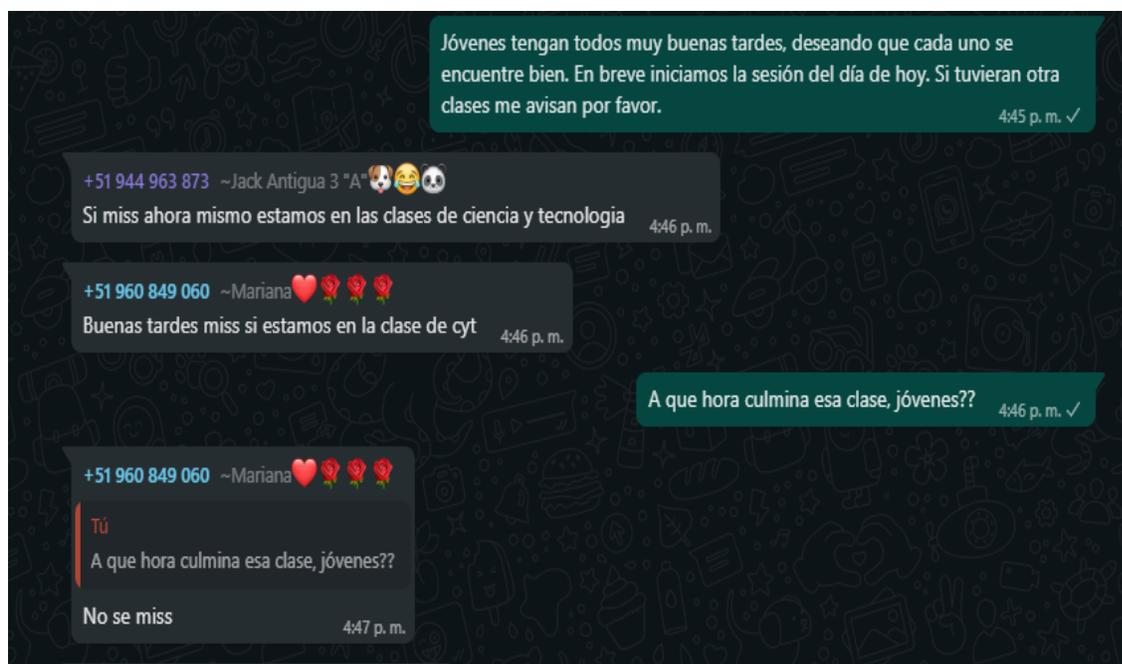
5:02 p. m. ✓





### *Cuarta y Quinta Sesión (29/09/20)*

*Temas: Asertividad-Relaciones Humanas Positivas*



**3A CORDIN. Y TUTORIA**  
Prof. MARCO , +51 902 450 161, +51 910 806 631, +51 920 663 862, +51 924 556 325, +51 926 381 048, +51 926 534 469, +51 92...

Tú  
Muy bien. Felicidades a cada uno  
Gracias miss 5:43 p. m.

El tema del día de hoy es la asertividad y las relaciones humanas positivas 5:43 p. m. ✓

+51 943 104 481 ~Leo. ●  
Ok 5:44 p. m.

+51 971 960 850 ~Kevin Yanac  
Tú  
El tema del día de hoy es la asertividad y las relaciones humanas positivas  
Ya 5:44 p. m.

0:05 5:44 p. m. ✓

+51 983 871 660 ~Joana  
Tú  
Que fue lo que aprendieron  
A querernos y valorarnos a nosotros mismos y luego a los demás. 5:45 p. m.

**3A CORDIN. Y TUTORIA**  
Prof. MARCO , +51 902 450 161, +51 910 806 631, +51 920 663 862, +51 924 556 325, +51 926 381 048, +51 926 534 469, +51 92...

Esta bien miss 5:46 p. m.

De que manera expresamos esas emociones 5:47 p. m. ✓

+51 943 104 481 ~Leo. ●  
Tú  
0:05  
Decir cosas o argumentos que van de acuerdo a la realidad es decir hablar con verdad 5:47 p. m.

Por supuesto que si 5:47 p. m. ✓

De eso se trata la asertividad de cómo nos comunicamos 5:47 p. m. ✓

+51 983 871 660 ~Joana  
Tú  
0:05  
Para mí la asertividad es una habilidad social en cual nosotros debemos conocer nuestros propios derechos y defenderlos respetando a los demás Miss 5:48 p. m.

Como transmitimos lo que pensamos 5:48 p. m. ✓

+51 983 871 660 ~Joana  
Para mí la asertividad es una habilidad social en cual nosotros debemos conocer

**3A CORDIN. Y TUTORIA**  
Prof. MARCO , +51 902 450 161, +51 910 806 631, +51 920 663 862, +51 924 556 325, +51 926 381 048, +51 926 534 469, +51 92...

Tú  
Entonces la importancia de la asertividad supone habilidades de empatía, cooperación y compromiso por el bienestar de los demás

Si Miss 5:53 p. m.

+51 943 104 481 ~Leo.  
Tú  
Entonces la importancia de la asertividad supone habilidades de empatía, cooperación y compromiso por el bienestar de los demás

Exacto 5:53 p. m.

Por eso jóvenes es importante manifestar nuestras opiniones de manera asertiva, siempre dando a conocer nuestros puntos de vista y respetando a los demás 5:53 p. m. ✓

CONCEPTO MUY LIGADO A LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y REFERIDO A LA COMUNICACIÓN CON LOS DEMÁS: SER ASERTIVO ES COMUNICARSE DE FORMA EFECTIVA, DECIR LO QUE QUEREMOS TRANSMITIR DE FORMA FIRME, A LA VEZ QUE RESPETUOSA Y EMPÁTICA CON LOS DEMÁS Y CON UNO MISMO.

TAMBIÉN SE REFIERE A LA FORMA DE REACCIONAR ANTE LOS CONFLICTOS O DISCUSIONES Y EL SABER MANEJARSE DE FORMA EFECTIVA EN LA COMUNICACIÓN CON LOS DEMÁS.



**3A CORDIN. Y TUTORIA**  
Prof. MARCO , +51 902 450 161, +51 910 806 631, +51 920 663 862, +51 924 556 325, +51 926 381 048, +51 926 534 469, +51 92...

+51 944 963 873 ~Jack Antigua 3 "A" 🤔🤔🤔  
Esta b8en miss 5:58 p. m.

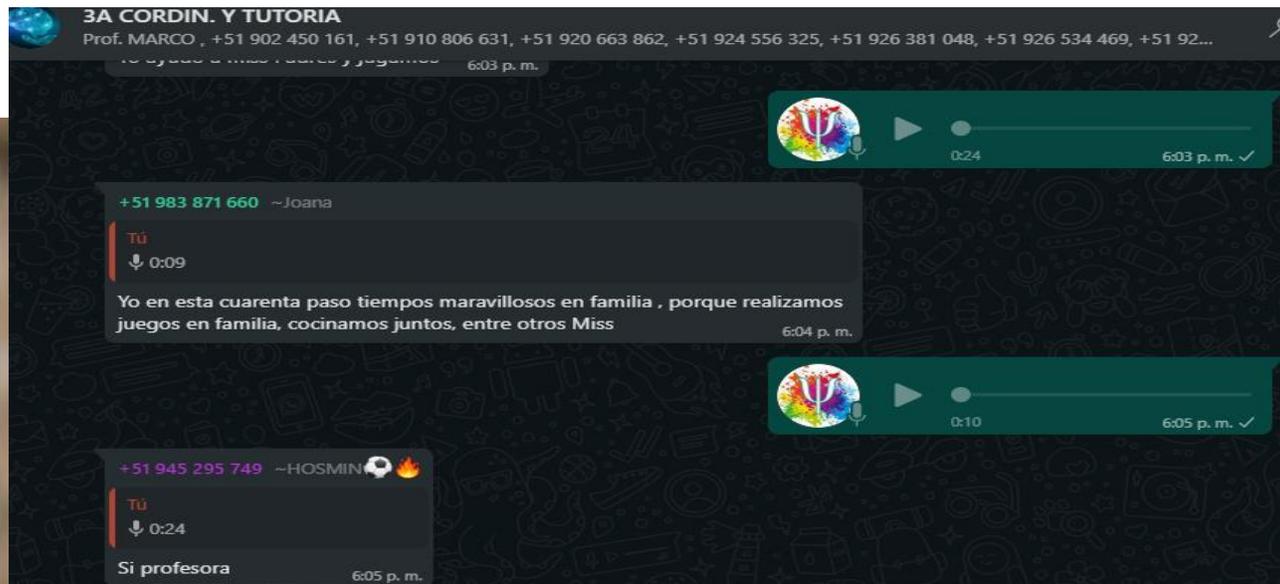
Bien 5:58 p. m.



EL SER HUMANO ES UN SER SOCIAL POR NATURALEZA, CREADO COMO UN SER RACIONAL, CON NECESIDADES DE COMUNICARSE CON LAS DEMÁS PERSONAS, Y CUANDO SUS RELACIONES INTERPERSONALES ESTAN BASADAS EN AMOR ENTONCES SE SIENTE VERDADERAMENTE REALIZADO.

¿DÓNDE APRENDEMOS A RELACIONARNOS?  
APRENDEMOS A RELACIONARNOS EN LA FAMILIA  
EN NUESTRAS RELACIONES EN CONJUNTO (PADRES E HIJOS)  
(RELACIONES ENTRE HERMANOS)

Somos seres humanos por naturaleza sociales, por tanto no podríamos vivir en soledad 5:59 p. m. ✓



# RESILIENCIA

## ¿QUÉ ES?

*la resiliencia es la capacidad que tiene una persona para enfrentarse con éxito a unas condiciones de vida sumamente adversas (pobreza, guerras, orfandad, crisis, etc.).*

*consiste en el afrontamiento de la adversidad, sobreponerse ante situaciones que causan dolor emocional, que podrían provocar traumas o deterioros conductuales psicológicamente significativos.*

## ¿Cómo podemos mejorar la resiliencia?

- ♥ *La capacidad de adaptación. Tenemos que cambiar la visión del cambio en lugar de como algo negativo como una oportunidad. Según fijas tu atención podrás transformar esto.*

- ♥ *Fijarse objetivos poniendo la energía en ellos, aunque haya que modificar ciertas estrategias para adaptarnos a una nueva serie de circunstancias.*
- ♥ *Buscar una explicación a la nueva situación y los beneficios que esta tiene, porque no todo será negativo.*
- ♥ *Conocer nuestras propias habilidades y cómo utilizarlas nos va a ayudar mucho a confiar en nuestras capacidades. Eso es lo que hace una persona resiliente.*
- ♥ *Analizar de forma objetiva y realista la nueva situación, con las ventajas e inconvenientes que esta tenga, es una manera de ser más resiliente.*
- ♥ *La adaptación a la nueva realidad con una actitud positiva va a ahuyentar los problemas que el estrés nos provoque con estos cambios.*
- ♥ *Hay que orientarse a soluciones y no a problemas. Sólo así nos ayuda a afrontar una situación difícil y salir reforzados.*
- ♥ *Finalmente, la resiliencia y el estrés nos avisa de que el entorno debe ser optimista. Eso ayuda al crecimiento personal ya que si nos rodeamos de personas muy negativas no nos va a permitir avanzar.*

## **AUTOESTIMA**

### **¿QUÉ ES?**

*La autoestima se trata de la opinión que tenemos de nosotros mismos, de una apreciación subjetiva acerca de nuestra valía. Por tanto, entendemos autoestima como el concepto que tenemos de nuestro propio valor, basado en los sentimientos, pensamientos, sensaciones y experiencias que tenemos en relación con nosotros mismos.*

### **Componentes de la Autoestima**

- ✓ *Componente Cognitivo: Lo que pensamos acerca de nosotros mismos. Incluye la opinión, ideas y creencias que se tiene de la propia personalidad de la conducta y de uno mismo.*
- ✓ *Componente Afectivo: Juicio elaborado sobre lo que sentimos, cualidades personales, la respuesta afectiva ante la percepción de uno mismo.*

- ✓ *Componente Conductual: Lo que hacemos, nuestra decisión e intención de actuar.*

### ¿CÓMO MEJORAR LA AUTOESTIMA?

- 👉 *Busca el origen de tu baja autoestima: nunca digas que no puedes hacerlo, hazlo, inténtalo, aunque puedas fracasar.*
- 👉 *Sustituye tus objetivos por valores*
- 👉 *Identifica tus fortalezas*
- 👉 *Sepárate de tus miedos.*
- 👉 *Perdónate a ti mismo, perdona tus errores*
- 👉 *Aumenta tu confianza*
- 👉 *Haz ejercicios*
- 👉 *Piensa más en los demás.*

# ASERTIVIDAD

CONCEPTO MUY LIGADO A LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y REFERIDO A LA COMUNICACIÓN CON LOS DEMÁS: SER ASERTIVO ES COMUNICARSE DE FORMA EFECTIVA, DECIR LO QUE QUEREMOS TRANSMITIR DE FORMA FIRME, A LA VEZ QUE RESPETUOSA Y EMPÁTICA CON LOS DEMÁS Y CON UNO MISMO.

TAMBIÉN SE REFIERE A LA FORMA DE REACCIONAR ANTE LOS CONFLICTOS O DISCUSIONES Y EL SABER MANEJARSE DE FORMA EFECTIVA EN LA COMUNICACIÓN CON LOS DEMÁS.



## CARACTERÍSTICAS DE LAS PERSONAS ASERTIVAS

Honestidad y comunicación directa

- Seguridad de sí mismas
- Transparencia
- Comunicación fluidas
- Impiden que el resentimiento eche raíces

Autocontrol y Respeto

- Evita que la manipulen
- Alta Autoestima
- Autocontrol Emocional
- Conducta Respetuosa

Inteligencia Emocional

- Identificar sus necesidades
- Firmeza y Claridad
- Se expresan y escuchan con cortesía

Sinceridad

- No exageran
- No se autoalaban
- Defienden la realidad

Libertad

- Para manifestarse
- Para comunicarse
- Actitud activa ante la vida

## ***RELACIONES HUMANAS POSITIVAS***



**EL SER HUMANO ES UN SER SOCIAL POR NATURALEZA, CREADO COMO UN SER RACIONAL CON NECESIDADES DE COMUNICARSE CON LAS DEMAS PERSONAS, Y CUANDO SUS RELACIONES INTERPERSONALES ESTAN BASADAS EN AMOR ENTONCES SE SIENTE VERDAERAMENTE REALIZADO.**

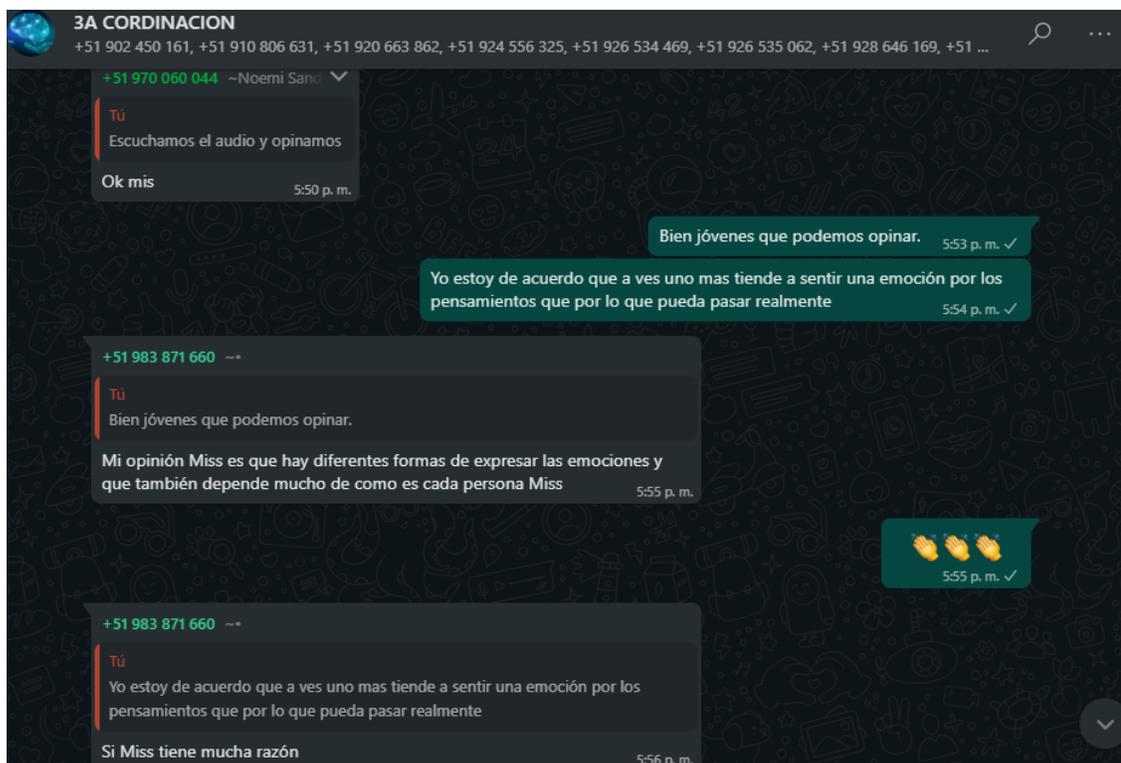
## ¿DÓNDE APRENDEMOS A RELACIONARNOS?

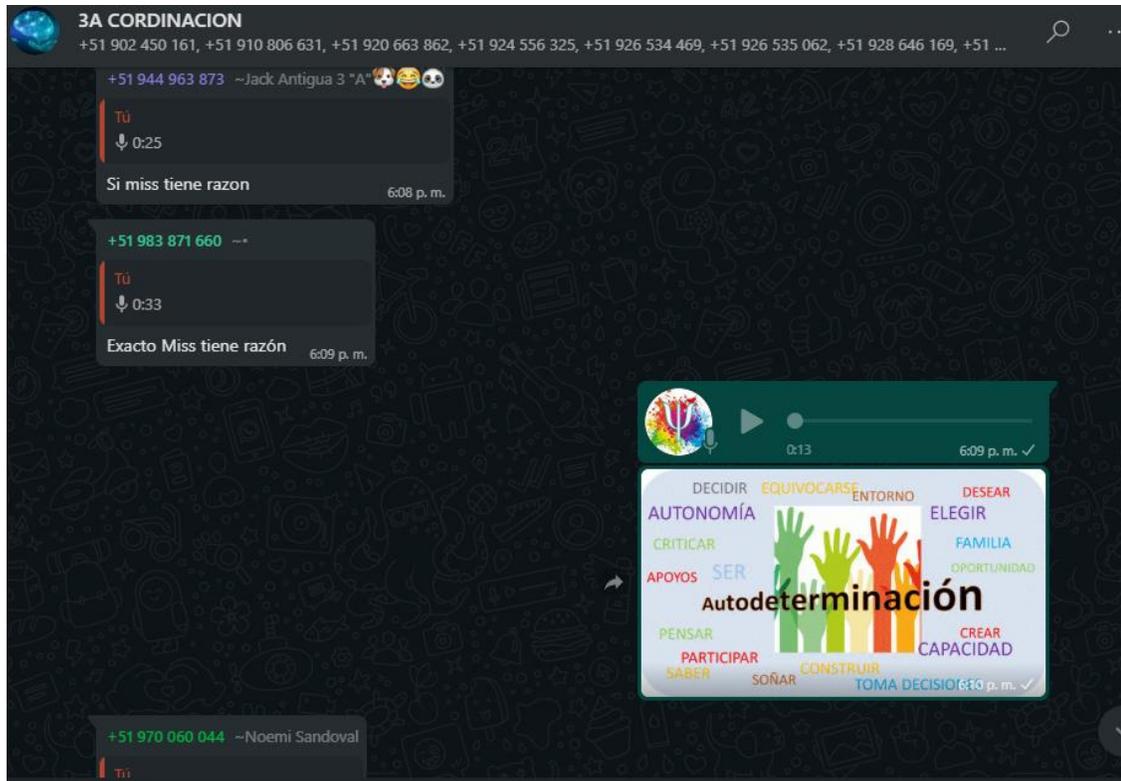
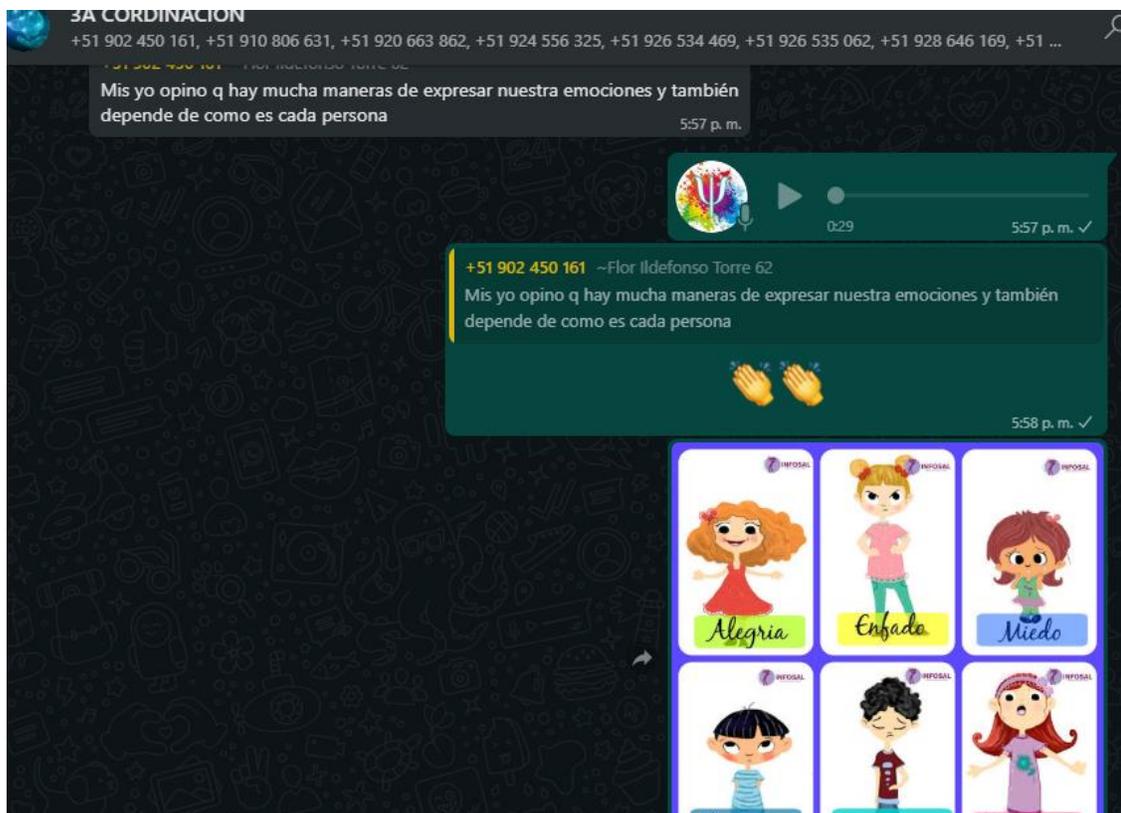
### APRENDEMOS A RELACIONARNOS EN LA FAMILIA

- **EN NUESTRAS RELACIONES EN CONJUNTO (PADRES E HIJOS, RELACIONES ENTRE HERMANOS)**

Sexta y Séptima Sesión 07/09/20

Manejo de Emociones-Autodeterminación





## Octava y Novena Sesión 14/10/20

### Planes y Metas- Autoeficacia

**3A CORDINACION**  
+51 902 450 161, +51 910 806 631, +51 920 663 862, +51 924 556 325, +51 926 534 469, +51 926 535 062, +51 928 646 169, +51 ...

+51 992 464 887 ~B.R

Tu  
Jóvenes tengan muy buena tardes en breve estamos iniciando con la sesión, solo durará hasta las 6 por ello apelo a su puntualidad

Buenas tardes profesora soy la alumna cynthia Bañez Ramirez 5:28 p. m.

Bueno jóvenes iniciamos por favor los demás van registrando su asistencia 5:30 p. m. ✓

El día de hoy reforzaremos nuestra ideas a cerca del tema del jueves pasado en su curso de tutoria 5:31 p. m. ✓

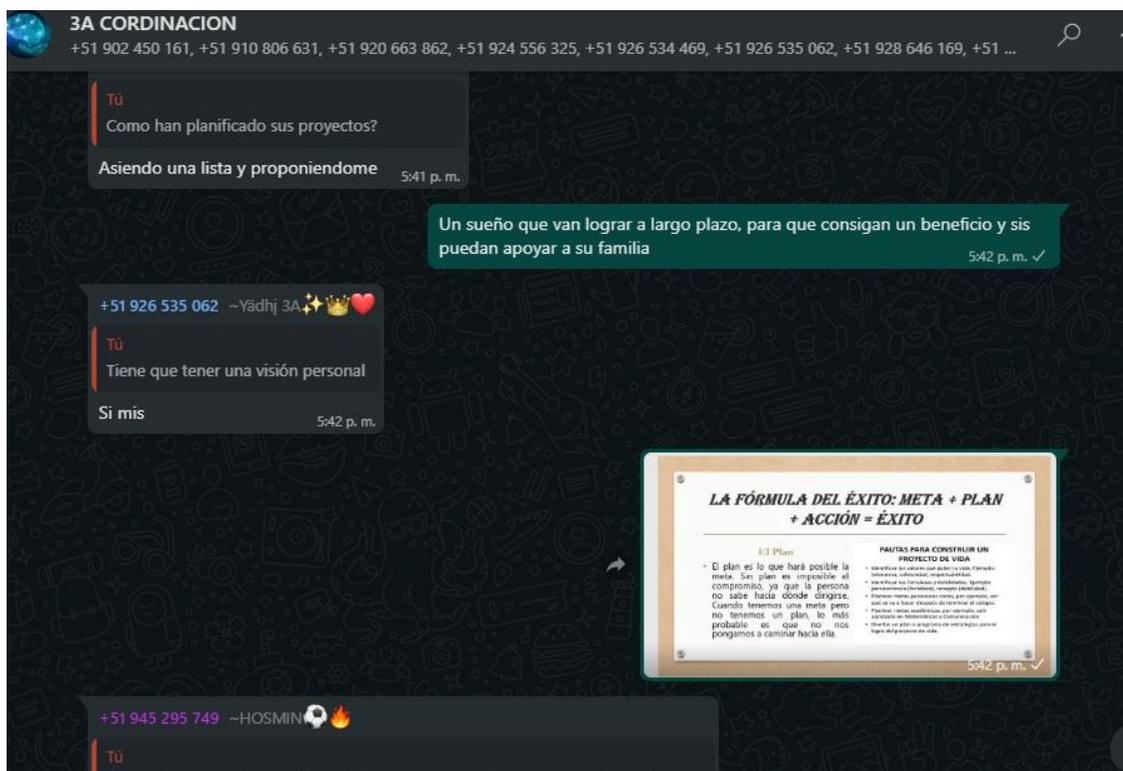
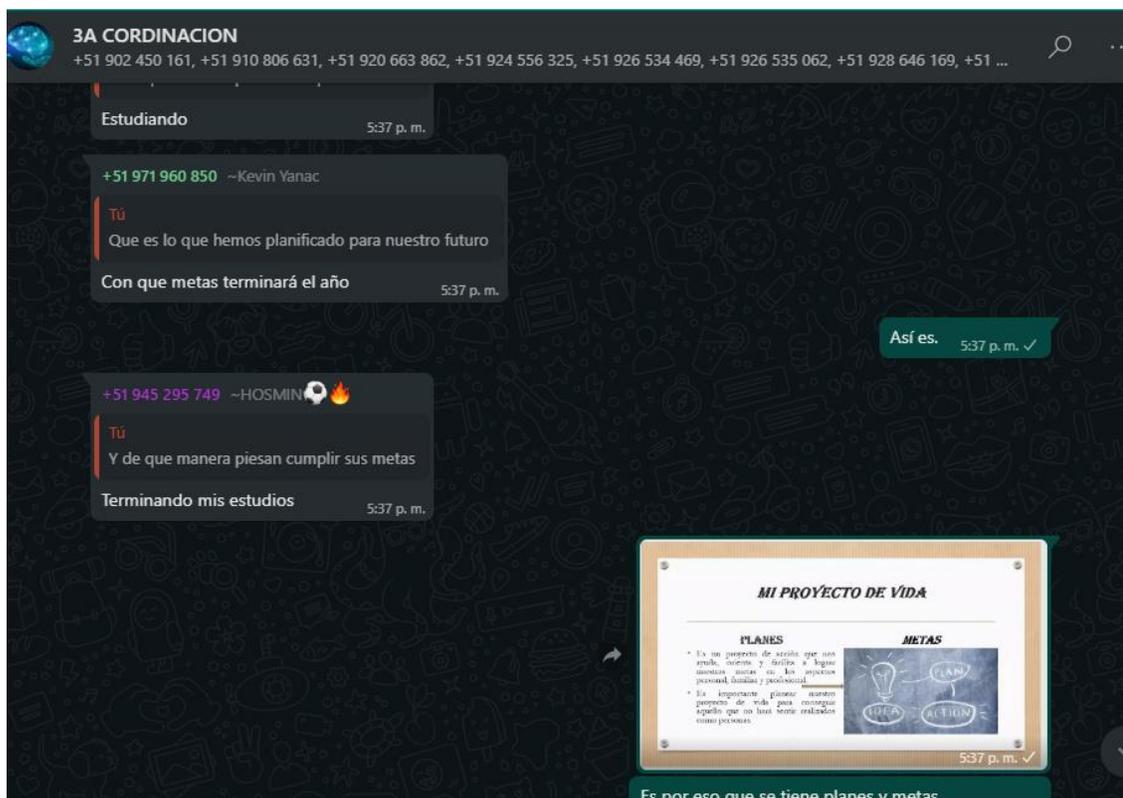


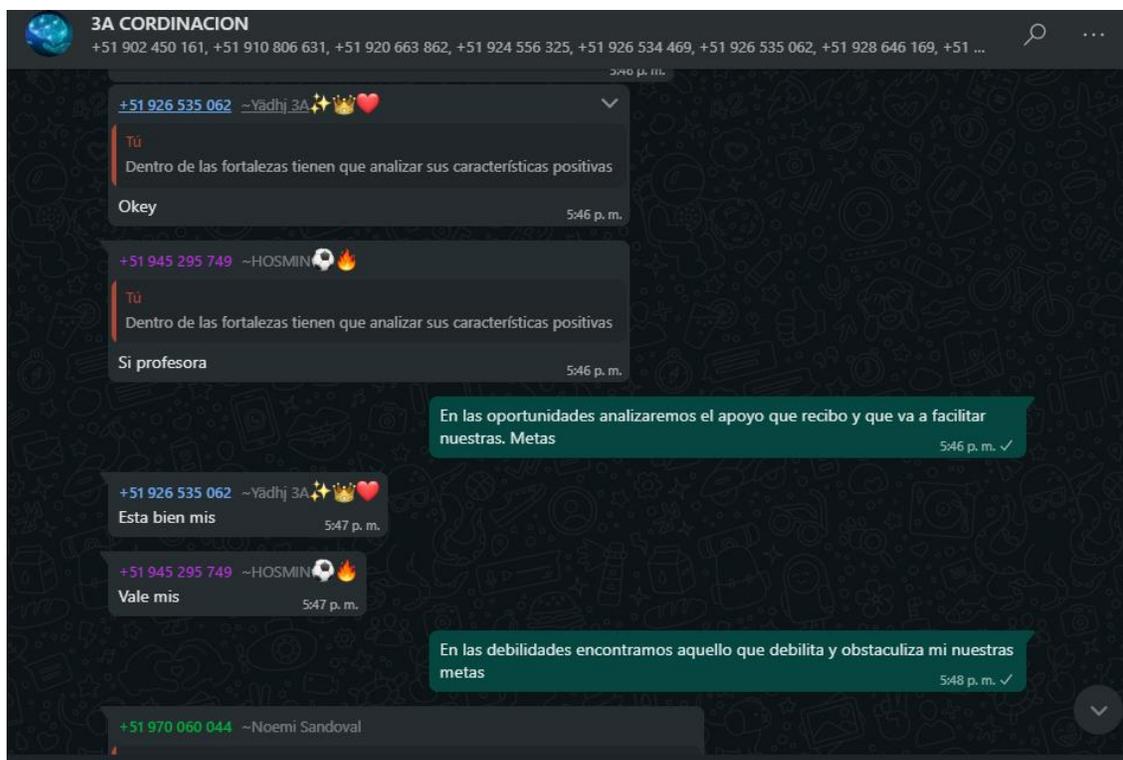
Yo quiero,  
YO PUEDO.  
Y LO VOY  
A LOGRAR 5:32 p. m. ✓

Jóvenes recordamos que tema tocaron en su última clase de tutoria 5:32 p. m. ✓

Comentarios por favor 5:33 p. m. ✓

Jóvenes





## MATERIALES



### MI PROYECTO DE VIDA

---

#### PLANES

- Es un proyecto de acción que nos ayuda, orienta y facilita a lograr nuestras metas en los aspectos personal, familiar y profesional.
- Es importante planear nuestro proyecto de vida para conseguir aquello que no hará sentir realizados como personas.

#### METAS

## **LA FÓRMULA DEL ÉXITO: META + PLAN + ACCIÓN = ÉXITO**

### **El Plan**

- El plan es lo que hará posible la meta. Sin plan es imposible el compromiso, ya que la persona no sabe hacia dónde dirigirse. Cuando tenemos una meta pero no tenemos un plan, lo más probable es que no nos pongamos a caminar hacia ella.

### **PAUTAS PARA CONSTRUIR UN PROYECTO DE VIDA**

- Identificar los valores que guían tu vida. Ejemplo: tolerancia, solidaridad, responsabilidad.
- Identificar tus fortalezas y debilidades. Ejemplo: perseverancia (fortaleza), renegón (debilidad).
- Plantear metas personales como, por ejemplo, ver qué se va a hacer después de terminar el colegio.
- Plantear metas académicas, por ejemplo, salir aprobado en Matemáticas y Comunicación.
- Diseñar un plan o programa de estrategias para el logro del proyecto de vida.

## **Autoeficacia**

Es la creencia en las propias capacidades para hacer frente a diversas situaciones

Esta puede desempeñar un papel muy importante para alcanzar tu objetivos y metas

la actitud de cada uno juega un rol fundamental.

Esta evolucionara a lo largo de nuestra vida.

sesion 10 y 11- 20/10/20

Habilidades Sociales

Importancia de la  
convivencia Familiar

## HABILIDADES SOCIALES- (SESIÓN DIEZ)



La adolescencia es un periodo del ciclo vital en el que las habilidades sociales son un factor fundamental para el ajuste social. Los comportamientos prosociales favorecen el desarrollo de la autoestima y el bienestar psicológico.

Las habilidades sociales son un conjunto de conductas que permiten al individuo desarrollarse en un contexto individual o interpersonal expresando sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de un modo adecuado a la situación. A su vez posibilitan la resolución de problemas de la vida cotidiana y permitir afrontar situaciones interpersonales tornándolas necesarias para la adaptación del sujeto en su ambiente más cercano

# IMPORTANCIA DE LAS HABILIDADES SOCIALES

## IMPORTANCIA DE LAS HABILIDADES SOCIALES

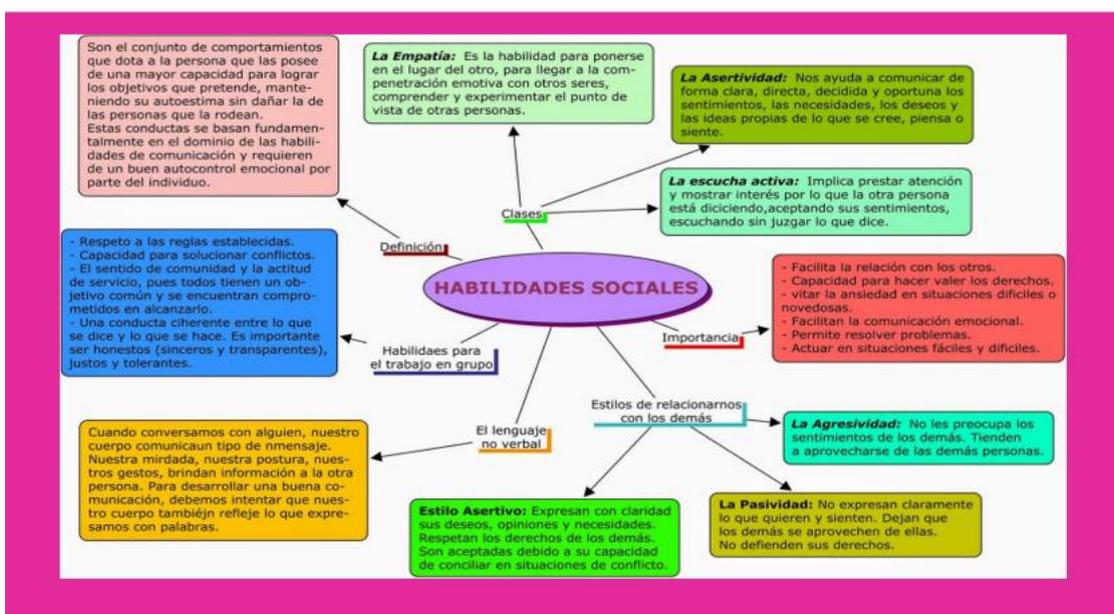
### en el hogar

• Favorecer el contacto entre los miembros de la familia con interacciones afectuosas, abiertas, empáticas y confiadas; es propia de las familias saludables

• Fomentar las habilidades sociales en el hogar, es propiciar un adecuado desarrollo de la autoestima en sus miembros

• Las familias requieren de la práctica de competencias sociales, a nivel de la cohesión (ligazón emocional y autonomía) y de la adaptabilidad (capacidad de afrontar eventos estresores y cambios)

Así mismo permitirán la construcción y valoración de la propia identidad, actuar con eficacia, relacionarse satisfactoriamente con otros y afrontar demandas y dificultades de la vida cotidiana, todo esto favoreciendo su ajuste y bienestar personal



## IMPORTANCIA DE LA CONVIVENCIA FAMILIAR

## IMPORTANCIA DE LA CONVIVENCIA FAMILIAR (SESIÓN 11)

### La familia

es un tesoro que se aprecia y se cuida, se mantiene con amor, atención, palabras de aliento, disciplina, respeto y honor.

 familias.com



### la importancia radica

Es el núcleo más cercano, del que aprendemos, nos nutrimos y formamos gran parte de nuestra identidad. El ambiente en el que crecemos y nos desarrollamos toma un papel fundamental en nuestra vida.

Es nuestro soporte, aprendemos valores como la honestidad, la solidaridad, la gratitud, etc.

Lazos familiares fuertes, generando un gran soporte en las personas y así poder sentir respaldo y seguridad

### Importancia de convivir en Familia

- El afecto es el vínculo más importante para favorecer la unión en la familia. Se manifiesta de diversas maneras: propiciando seguridad y protección, mostrando el interés que sentimos por los asuntos de los demás o gozando de su compañía.



## Decálogo para vivir en familia



Pido las cosas por favor y doy las gracias



Soy ordenado; dejo cada cosa en su lugar.



Pido perdón y perdono; nunca me voy a la cama enfadado.



Trato con cariño y amabilidad a todos, con sus virtudes y defectos.



Comprendo a los demás; quizás están pasando un mal momento



Saludo y me despido cuando llego o me voy de casa



Escucho a los demás cuando llego o me cuentan algo



Comparto lo que tengo



Disfruto del tiempo libre con mi familia



Rezo en familia para ser cada día mejor



## EVIDENCIAS

**3A CORDINACION**  
+51 902 450 161, +51 910 806 631, +51 920 663 862, +51 924 556 325, +51 926 534 469, +51 926 535 062, +51 928 646 169, +51 ...

Buenas tardes profesora soy el alumno Eder Lucero Sigueñas 3:08 p. m.

+51 973 735 522 ~Joseph Macedo  
Buenas tardes profesora soy el alumno jhosep Macedo ríos 3:11 p. m.

+51 971 960 850 ~Kevin Yanac  
Buenas tardes profesora soy el alumno Kevin Yanac Jamanca 3:31 p. m.

+51 928 646 169 ~Jhon Domínguez Aguilar  
Buenas tardes mis soy el alumno Jhon Domínguez 4:28 p. m.

Buenas tardes jóvenes en breve iniciamos la sesión. 4:46 p. m. ✓

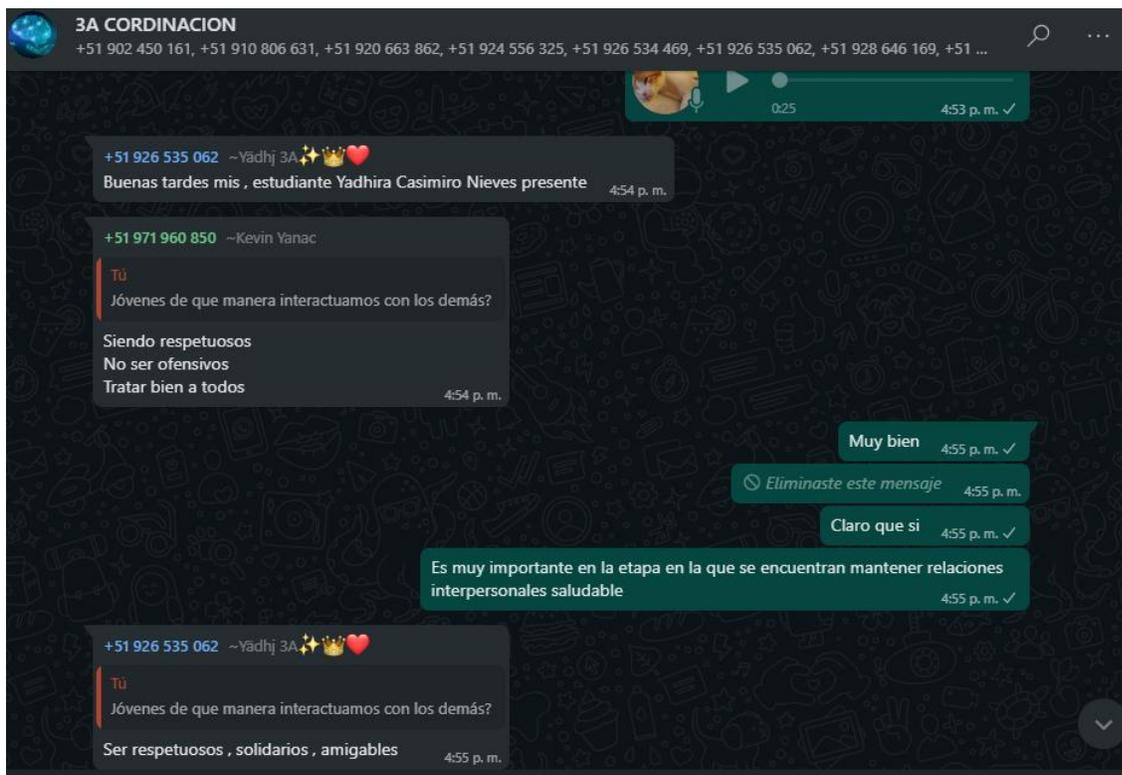
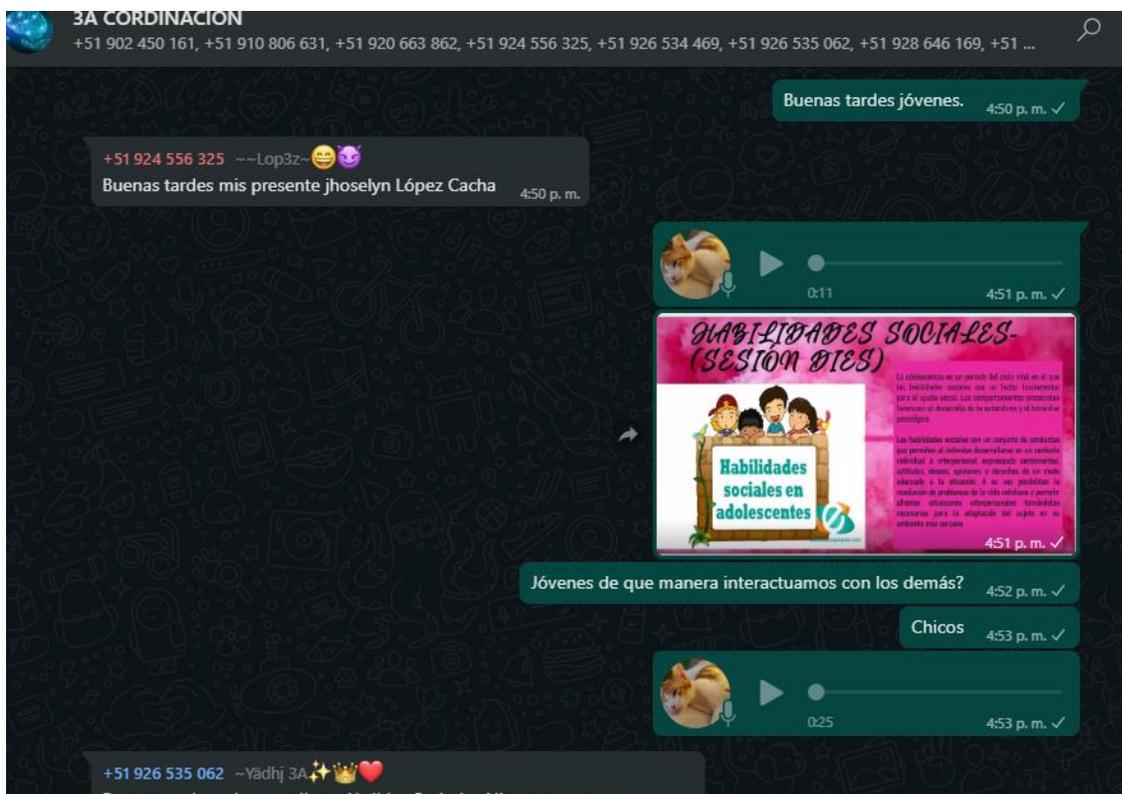
Jóvenes están ah?? 4:49 p. m. ✓

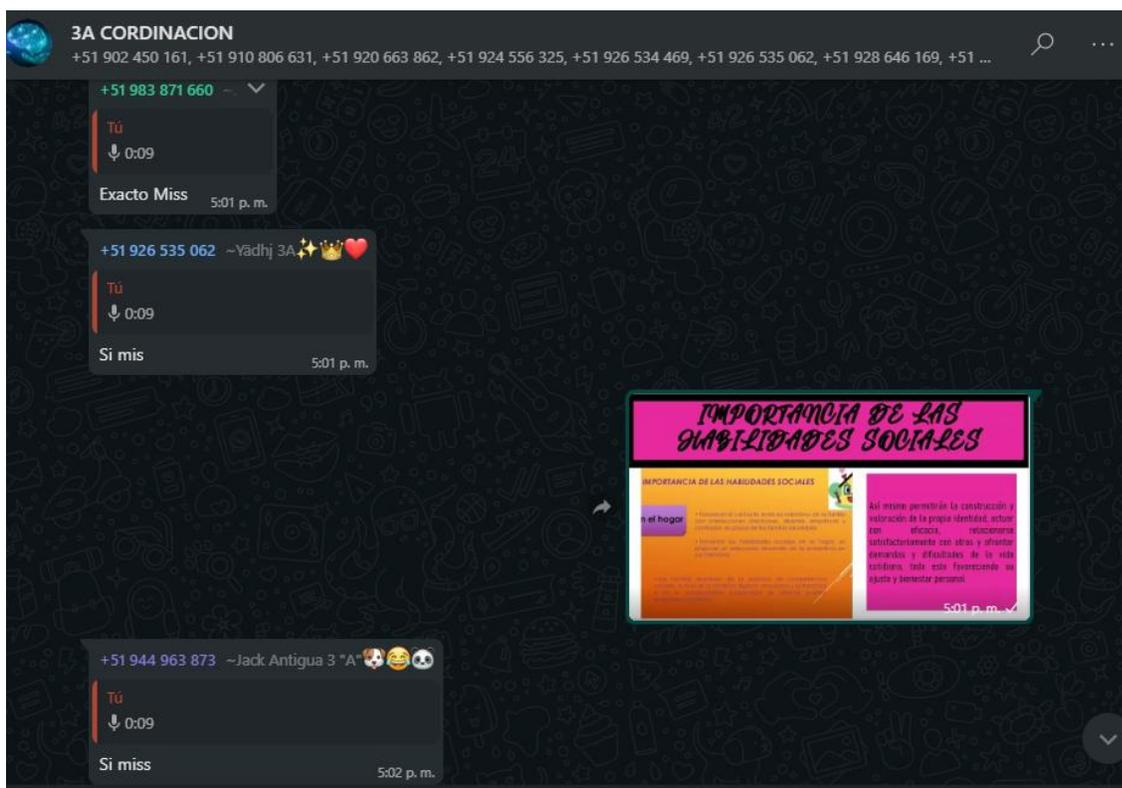
+51 971 960 850 ~Kevin Yanac  
Presente Yanac Jamanca Kevin 4:50 p. m.

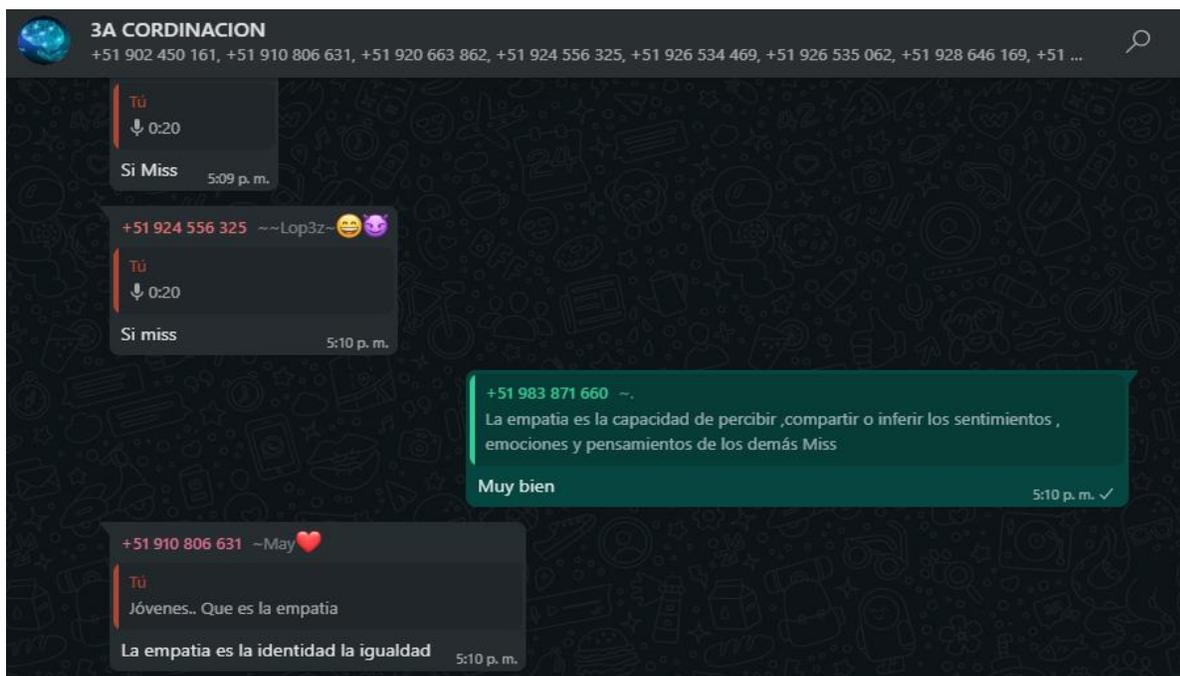
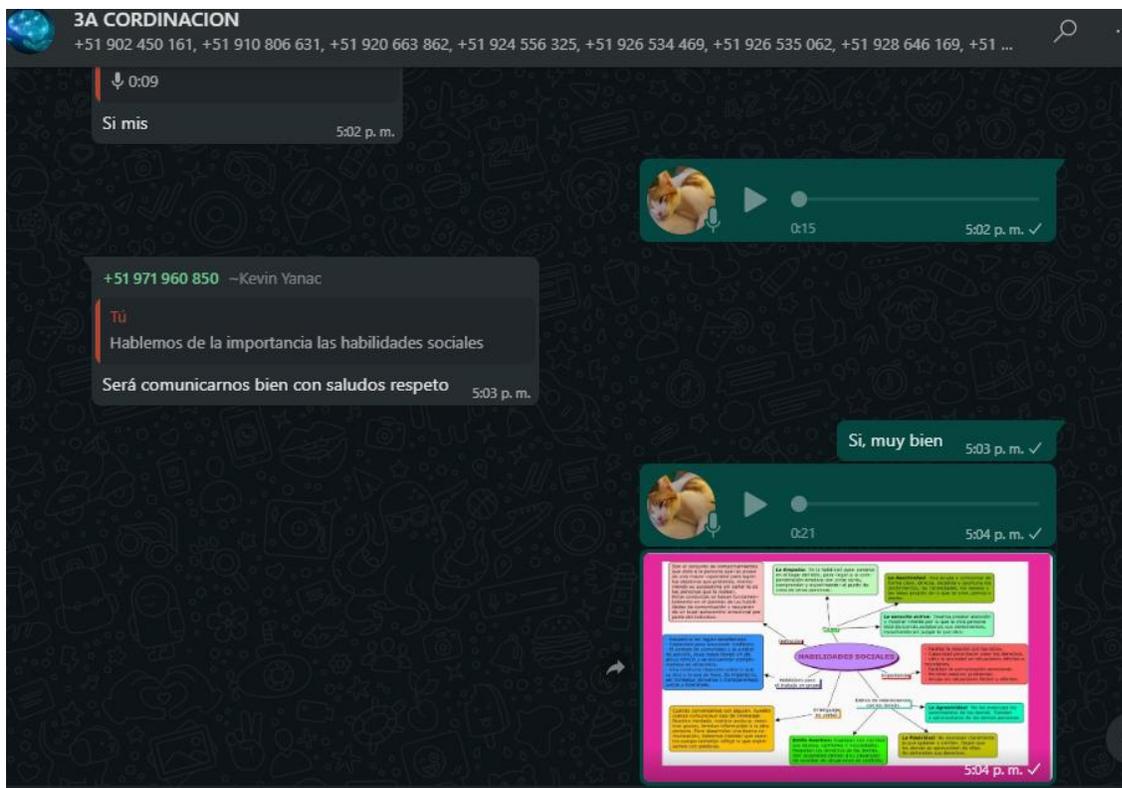
+51 924 556 325 ~Lop3z~ 🤔 🤔  
Presente sonia López Cacha 4:50 p. m.

Buenas tardes jóvenes. 4:50 p. m. ✓

+51 924 556 325 ~Lop3z~ 🤔 🤔  
Buenas tardes mis presente jhoselyn López Cacha 4:50 p. m.







**3A CORDINACION**  
+51 902 450 161, +51 910 806 631, +51 920 663 862, +51 924 556 325, +51 926 534 469, +51 926 535 062, +51 928 646 169, +51 ...

Tú  
0:20

Si Miss 5:09 p. m.

+51 924 556 325 ~Lop3z~ 🤔🤔

Tú  
0:20

Si miss 5:10 p. m.

+51 983 871 660 ~.  
La empatia es la capacidad de percibir ,compartir o inferir los sentimientos ,  
emociones y pensamientos de los demás Miss

Muy bien 5:10 p. m. ✓

+51 910 806 631 ~May ❤️

Tú  
Jóvenes.. Que es la empatia

La empatia es la identidad la igualdad 5:10 p. m.

**3A CORDINACION**  
+51 902 450 161, +51 910 806 631, +51 920 663 862, +51 924 556 325, +51 926 534 469, +51 926 535 062, +51 928 646 169, +51 ...

Tú  
Jóvenes.. Que es la empatia

La empatia , es llevarse bn con todo 5:10 p. m.

Muy bien 5:10 p. m. ✓

+51 910 806 631 ~May ❤️

Gracias miss 5:11 p. m.

Muy bien chicos 5:11 p. m. ✓

+51 944 963 873 ~Jack Antigua 3 "A" 🤔🤔🤔

+51 943 460 015 ~Gladys Elizabeth LEON  
Jóvenes para los que van a ingresar a las clases de reforzamiento de la UNASAM

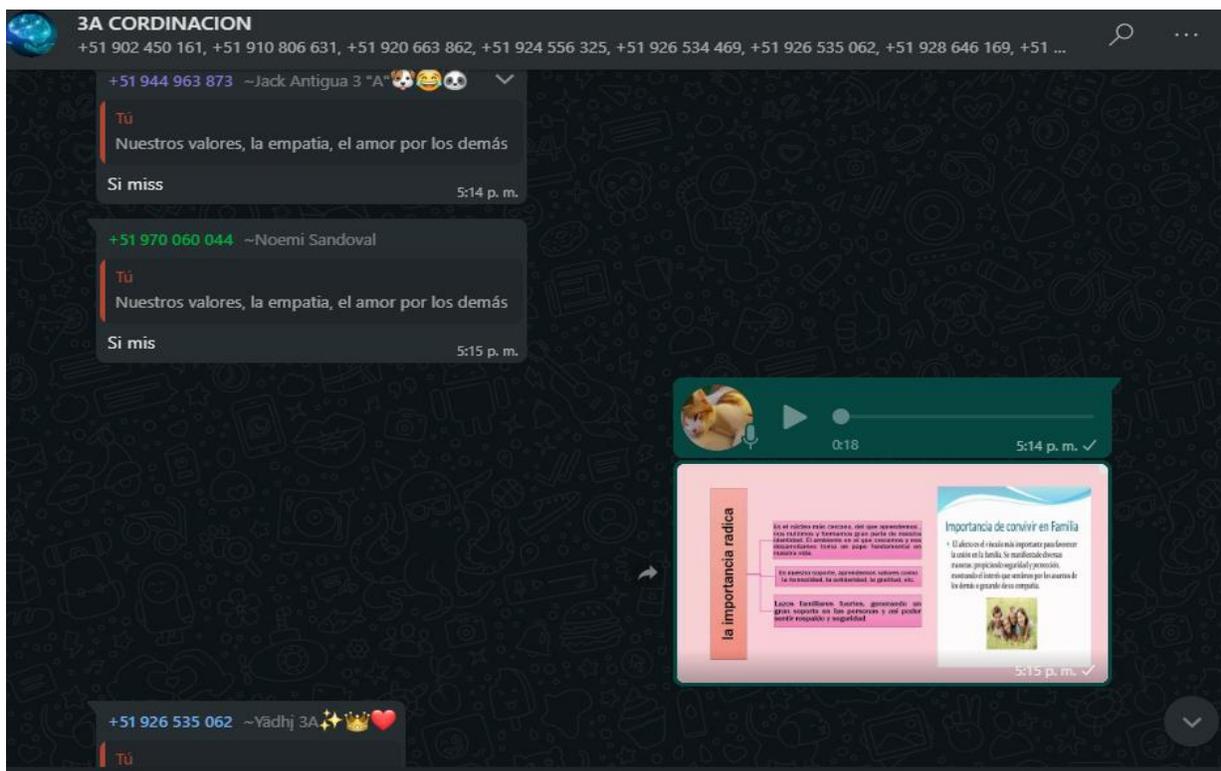
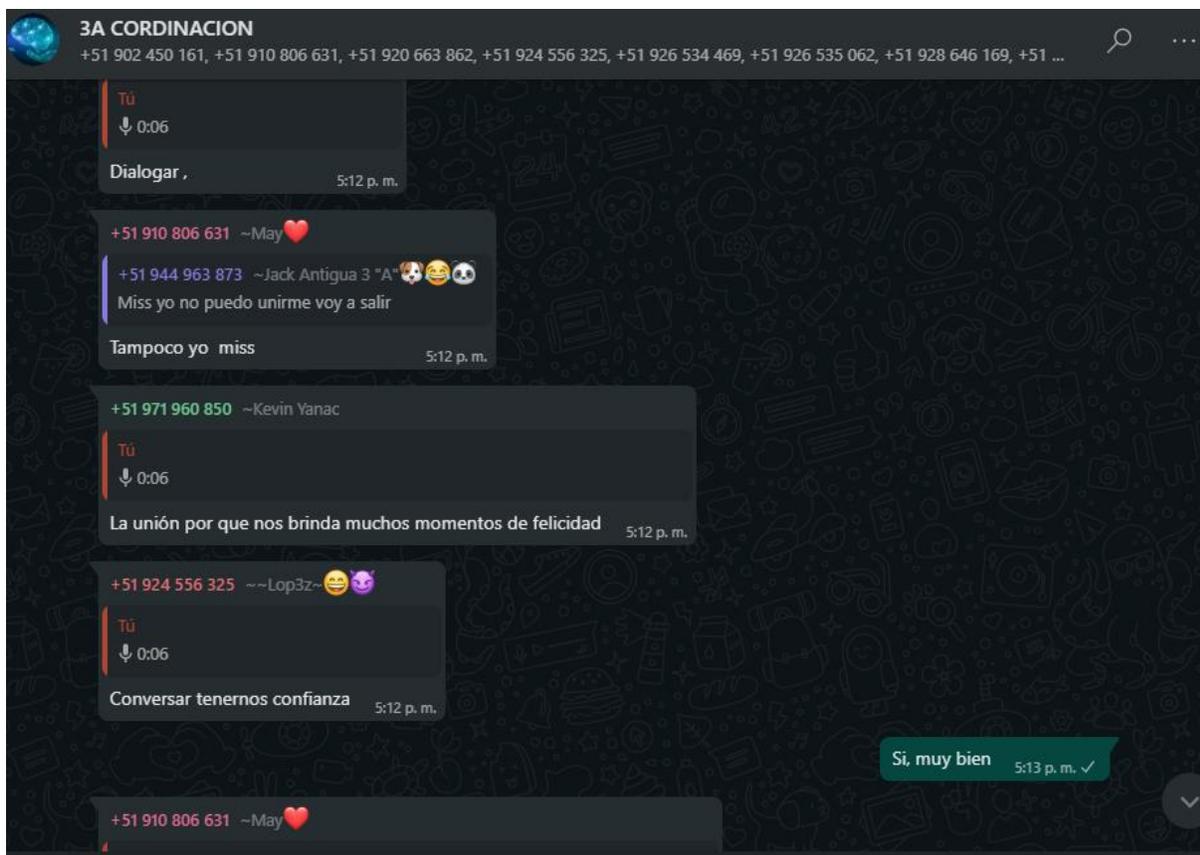
Miss yo no puedo unirme voy a salir 5:11 p. m.

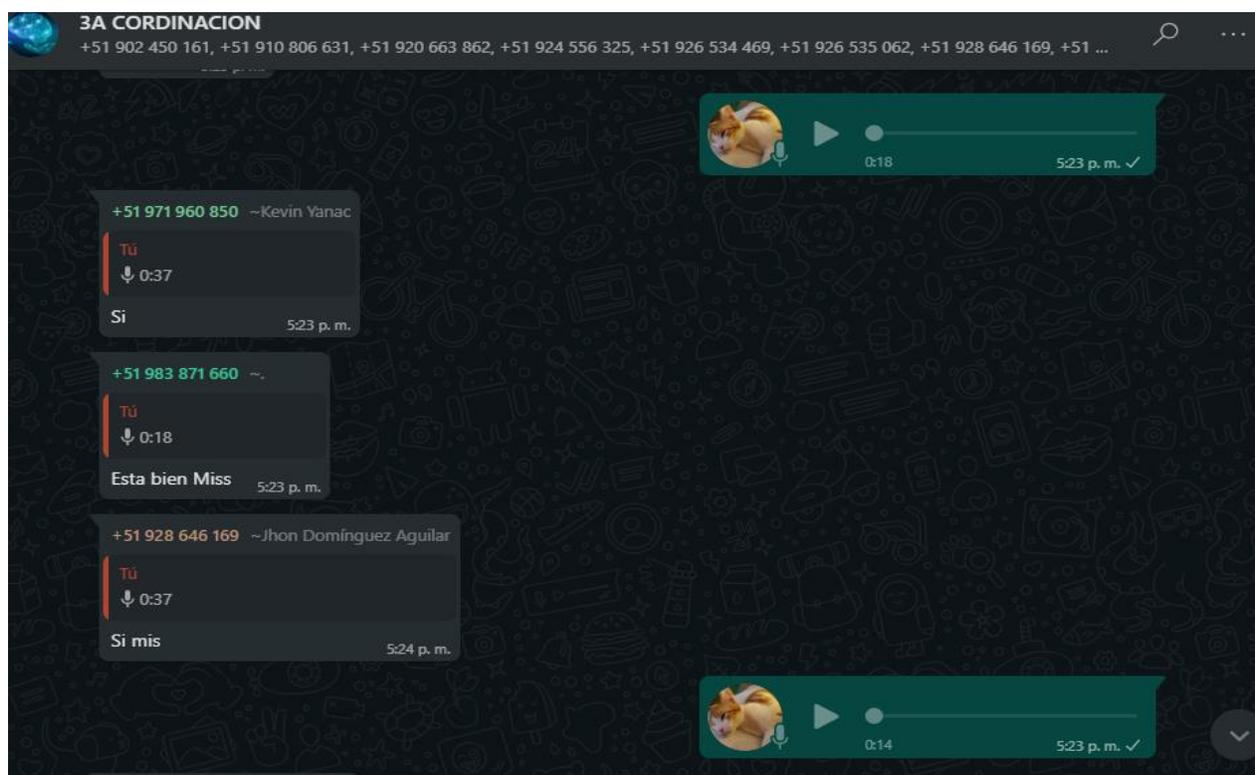
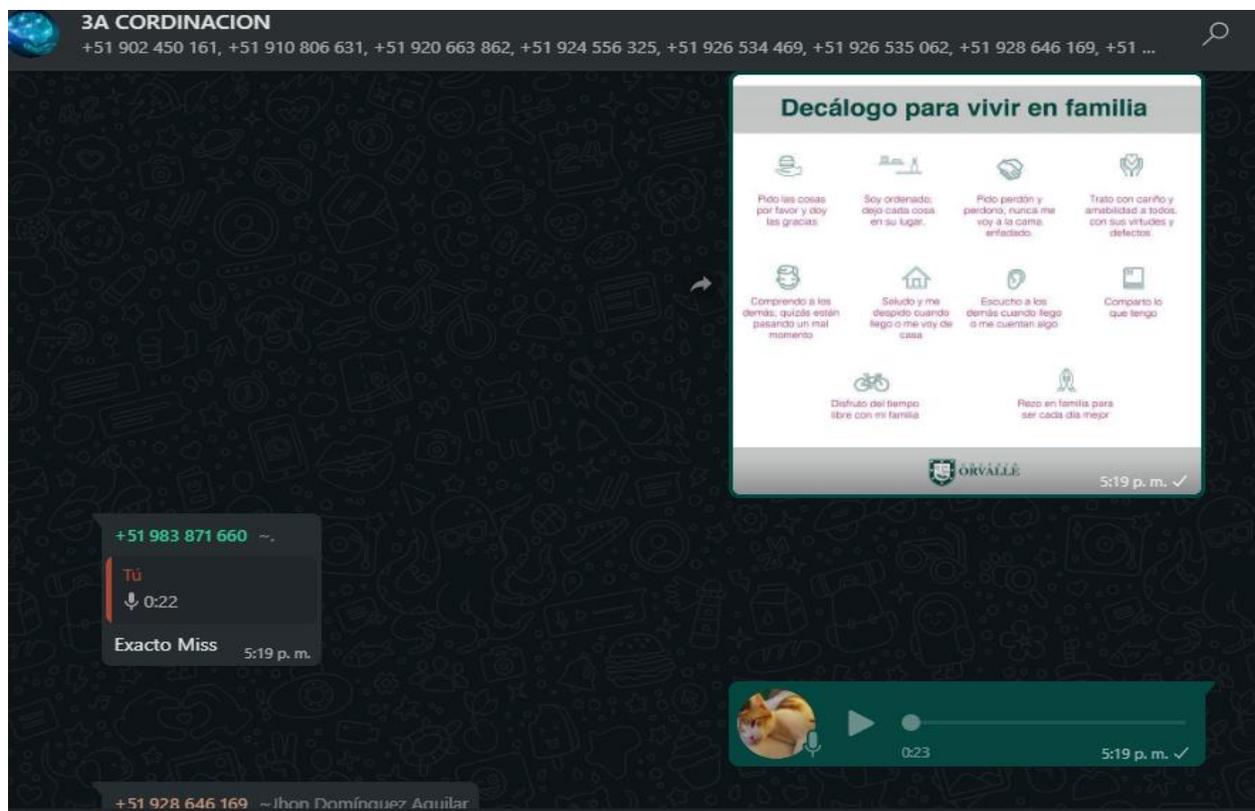
**IMPORTANCIA DE LA CONVIVENCIA FAMILIAR (SESIÓN 11)**

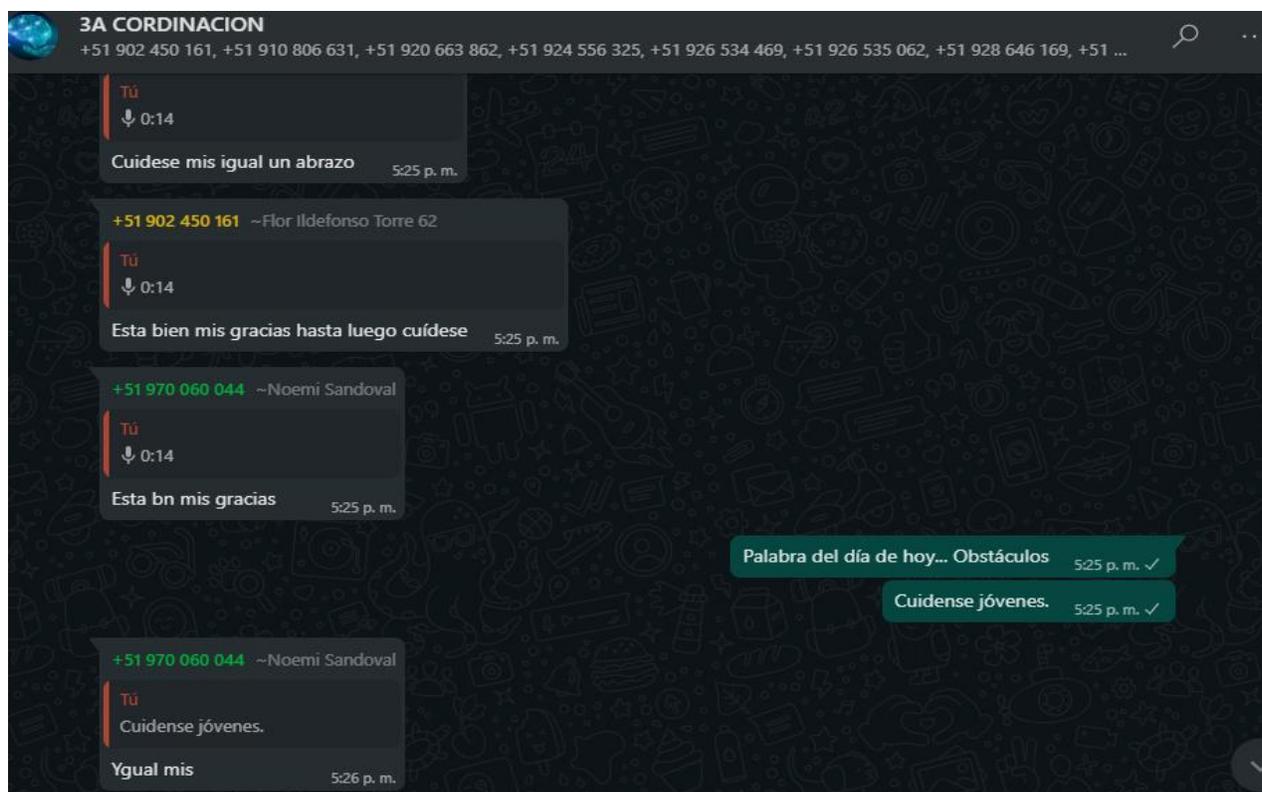
*La familia*  
es un tesoro que se  
aprecia y se cuida,  
se mantiene con  
amor, atención,  
palabras de  
aliento, disciplina,  
respeto y honor.

familias.com

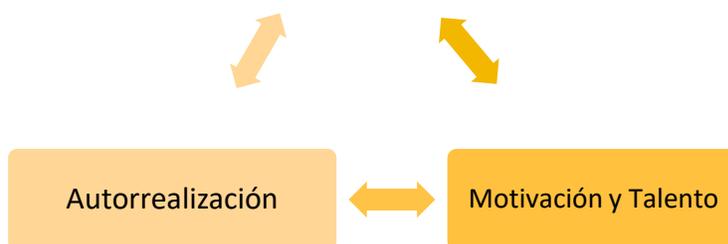
5:11 p. m. ✓







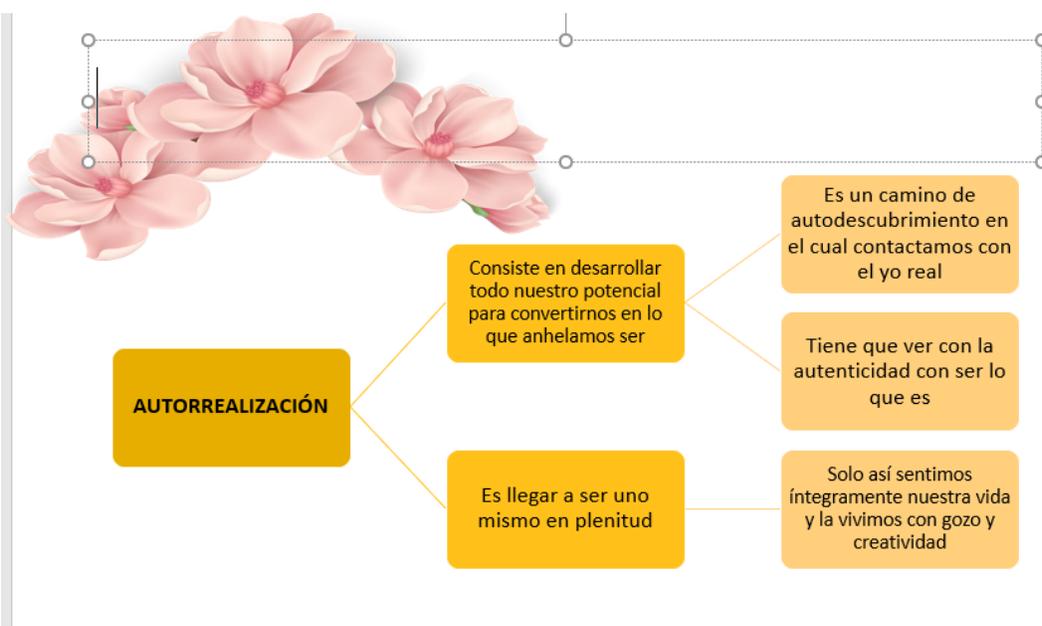
## Sesion 12 y 13 (28/10/20)



# AUTORREALIZACIÓN



*Sesión No 12*



**AUTORREALIZACIÓN**

Consiste en desarrollar todo nuestro potencial para convertirnos en lo que anhelamos ser

Es un camino de autodescubrimiento en el cual contactamos con el yo real

Tiene que ver con la autenticidad con ser lo que es

Es llegar a ser uno mismo en plenitud

Solo así sentimos íntegramente nuestra vida y la vivimos con gozo y creatividad



La vida es realmente difícil, en parte debido a las dificultades reales que debemos superar para sobrevivir, y en parte debido a nuestro propio deseo innato de siempre hacerlo mejor, de superar nuevos retos, de alcanzar la autorrealización.

-Albert Ellis

# MOTIVACIÓN Y TALENTO

SESIÓN no 13

## MOTIVACIÓN

### MOTIVACION

- Motivación es aquello que impulsa a una persona a actuar de determinada manera.
- Origina una propensión hacia un comportamiento específico.



(Fremont Kast)

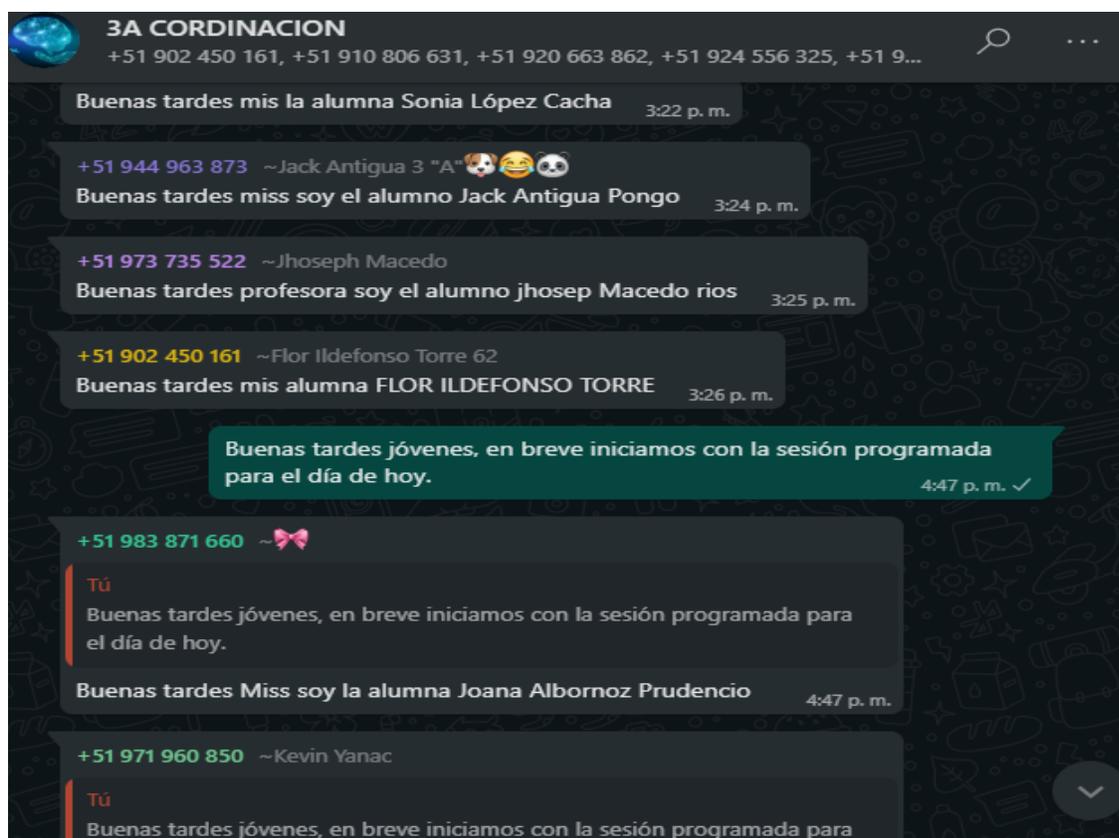
Gestión de Talento Humano: equipo #3

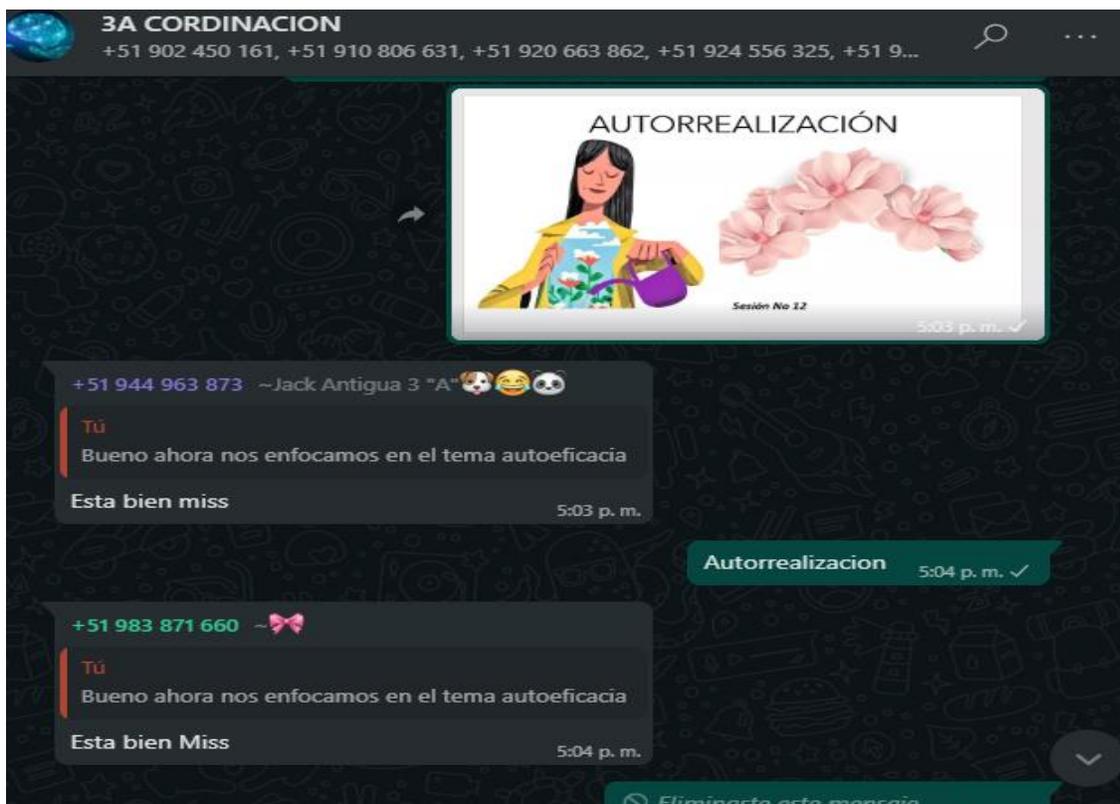
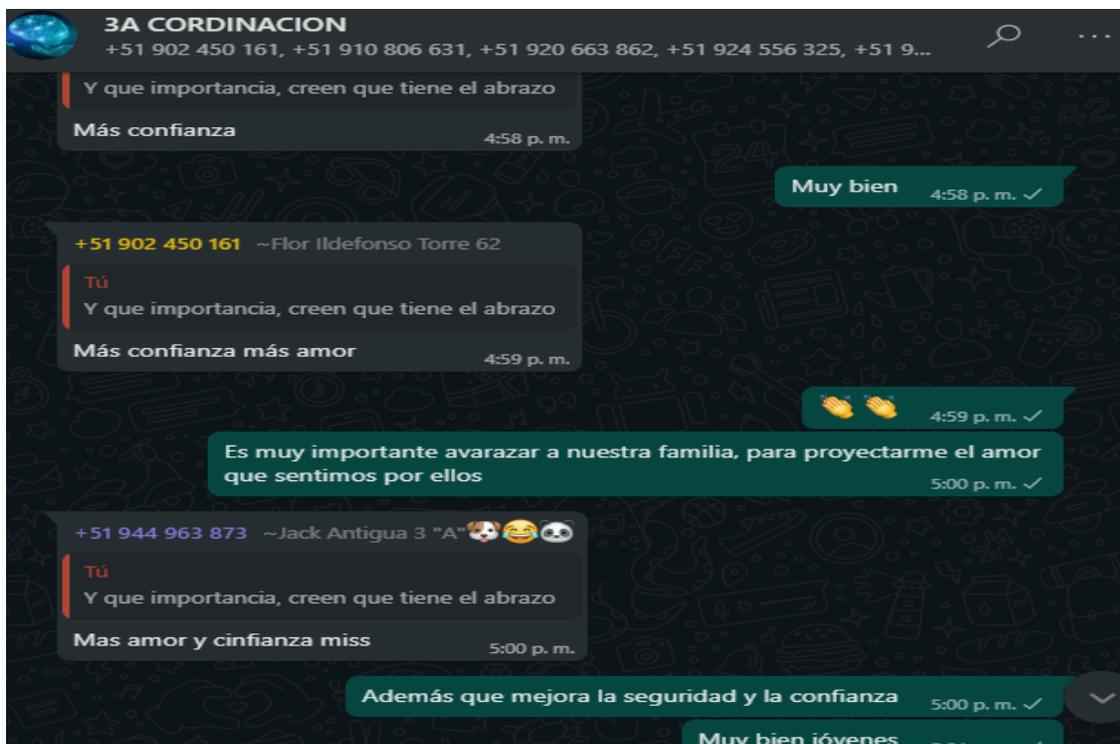
## TALENTO





## EVIDENCIAS





**3A CORDINACION**  
+51 902 450 161, +51 910 806 631, +51 920 663 862, +51 924 556 325, +51 9...

0:02 5:05 p. m. ✓

The diagram illustrates the concept of self-actualization. At the top, there are two pink flowers. Below them, a central yellow box labeled 'AUTOREALIZACIÓN' is connected to four other yellow boxes. The top-left box says 'Consiste en desarrollar todo nuestro potencial para convertirnos en lo que anhelamos ser'. The top-right box says 'Es un camino de auto-descubrimiento en el cual contactamos con el yo real'. The bottom-left box says 'Es llegar a ser uno mismo en plenitud'. The bottom-right box says 'Solo así seremos integrados en nuestra vida y la viviremos con gozo y creatividad'. The diagram is timestamped '5:05 p. m. ✓'.

0:13 5:07 p. m. ✓

+51 944 963 873 ~Jack Antigua 3 "A" 🐶🤔🐼

Tú  
0:02

Es la satisfacción de haber alcanzado una o mas metas personales que forman parte del desarrollo y del potencial humano 5:07 p. m.

👏👏 5:07 p. m. ✓

**3A CORDINACION**  
+51 902 450 161, +51 910 806 631, +51 920 663 862, +51 924 556 325, +51 9...

👏👏 5:07 p. m. ✓

 0:13 5:08 p. m. ✓

+51 971 960 850 ~Kevin Yanac

Tú  
🎤 0:02

Es nuestro potencial que debemos convertirlo en algo que queramos ser 5:08 p. m.

+51 983 871 660 ~🎀

Tú  
📷 Foto 

El autorrealización es una manera de como las personas se sienten al lograr realizar sus megas como por ejemplo sentir satisfacción y orgullo de si mismos por haber logrado sus metas 5:08 p. m.

👏👏👏 5:09 p. m. ✓

**3A CORDINACION**  
+51 902 450 161, +51 910 806 631, +51 920 663 862, +51 924 556 325, +51 9...

Tú  
📷 Foto 

El autorrealización es una manera de como las personas se sienten al lograr realizar sus megas como por ejemplo sentir satisfacción y orgullo de si mismos por haber logrado sus metas 5:08 p. m.

👏👏👏 5:09 p. m. ✓

Si, muy bien 5:09 p. m. ✓

La autorrealizacion está presente en todas las áreas de nuestra vida 5:09 p. m. ✓

+51 983 871 660 ~🎀  
🗑 Este mensaje fue eliminado 5:10 p. m.

Es decir, en nuestra familia, en nuestras relaciones sociales, en los proyectos, etc 5:10 p. m. ✓

Y esta estará relacionada a nuestras motivaciones 5:10 p. m. ✓

+51 902 450 161 ~Flor Ildelfonso Torre 62

El autorrealización es una manera de como las personas se sienten al lograr realizar sus megas como por ejemplo sentir satisfacción 5:10 p. m.

**3A CORDINACION**  
+51 902 450 161, +51 910 806 631, +51 920 663 862, +51 924 556 325, +51 9...

5:10 p. m.



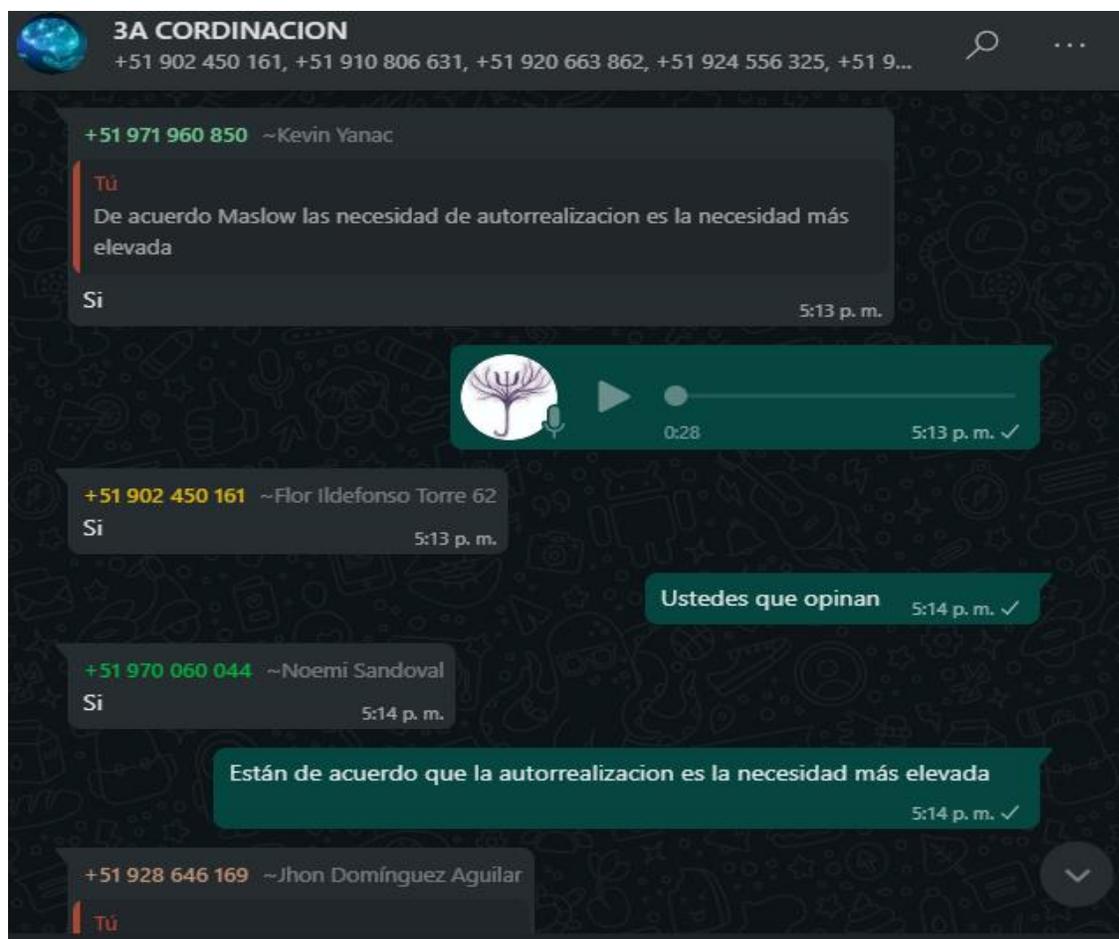
+51 928 646 169 ~Jhon Domínguez Aguilar  
Buenas tardes mis soy el alumno Jhon Domínguez Aguilar disculpe x la tardan  
5:12 p. m.

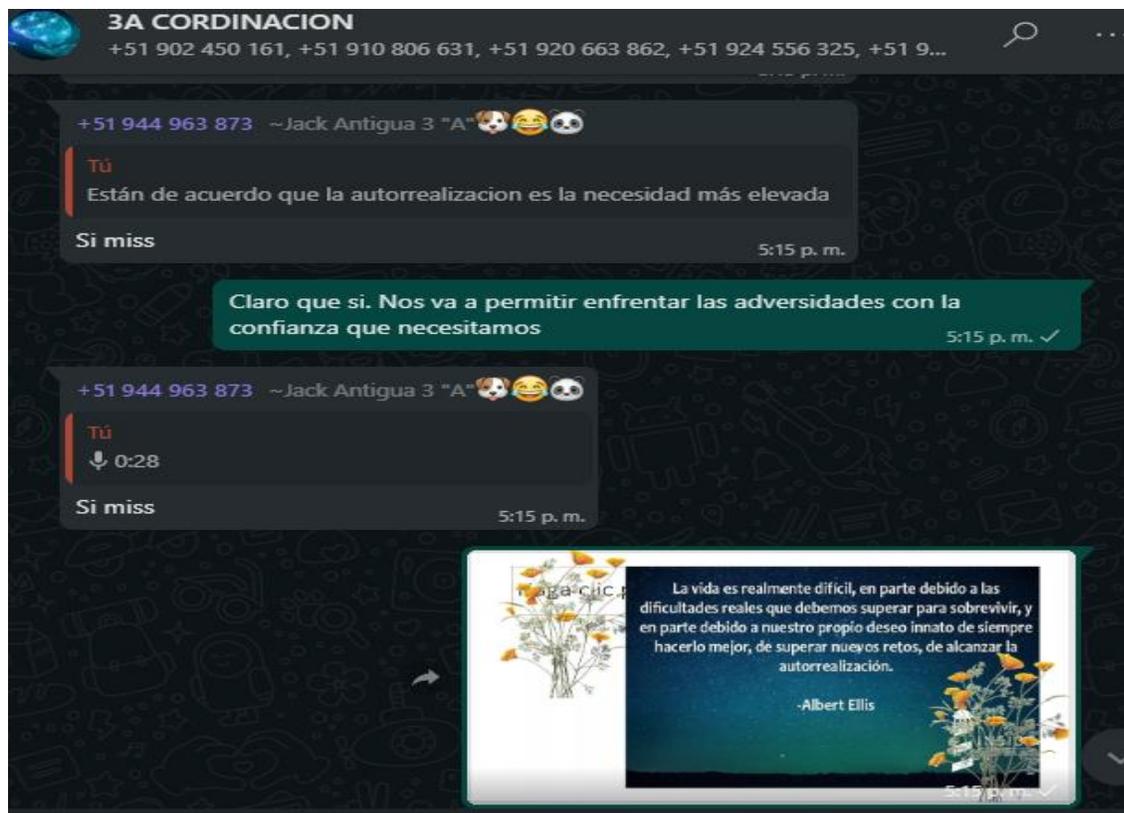
De acuerdo Maslow las necesidad de autorrealizacion es la necesidad más elevada  
5:12 p. m. ✓

+51 928 646 169 ~Jhon Domínguez Aguilar  
Tardanza\*  
5:12 p. m.

Tal como observamos en la pirámide  
5:12 p. m. ✓

+51 983 871 660 ~🎀





**3A CORDINACION**  
 +51 902 450 161, +51 910 806 631, +51 920 663 862, +51 924 556 325, +51 9...

+51 902 450 161 ~Flor Ildelfonso Torre 62

Tú  
 Muy bien, estoy completamente segura que ustedes como jóvenes inteligentes van a superar todos los obstáculos.

Si mis gracias 5:19 p. m.

+51 971 960 850 ~Kevin Yanac

Tú  
 Muy bien, estoy completamente segura que ustedes como jóvenes inteligentes van a superar todos los obstáculos.

Gracias 5:19 p. m.

## MOTIVACIÓN Y TALENTO SESION NO 13

**MOTIVACIÓN**

MOTIVACION

Motivación es aquello que impulsa a una persona a actuar de determinado manera. Origina una preparación o inclinación a comportamiento específico.



(Frankl, 1952)

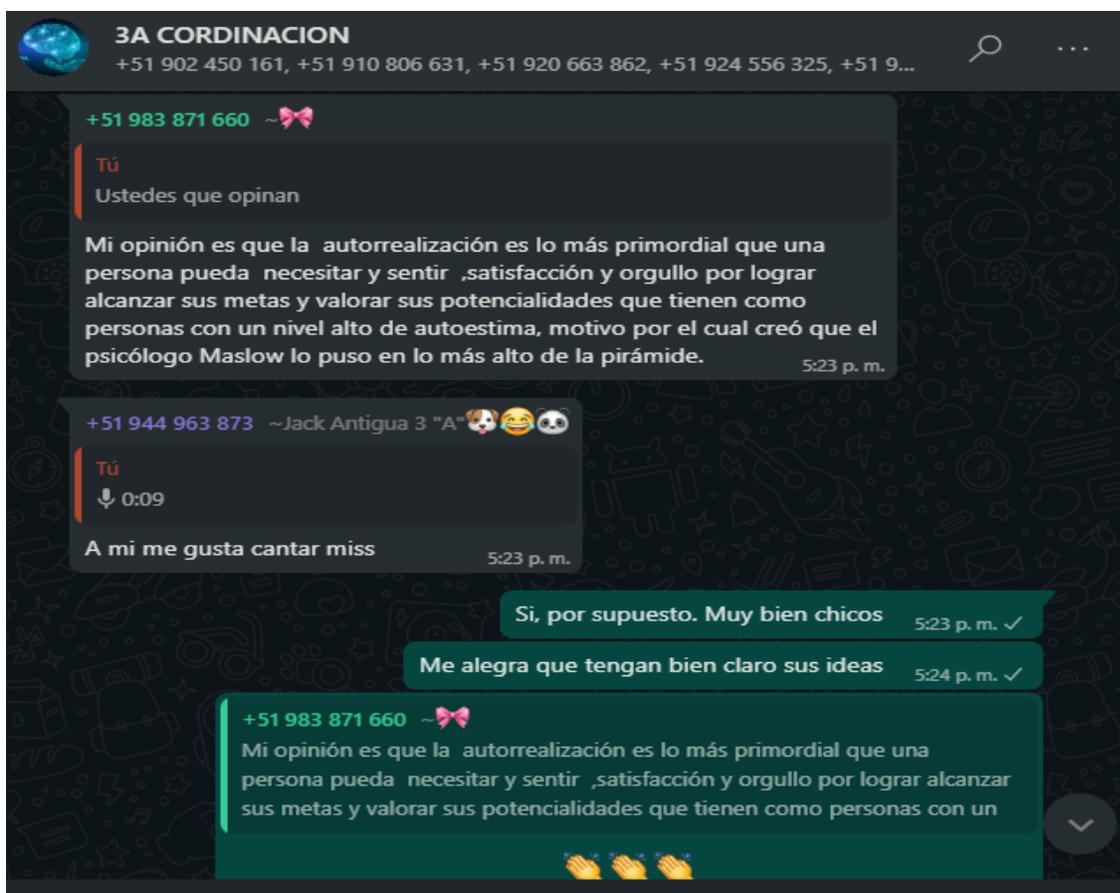
**TALENTO**

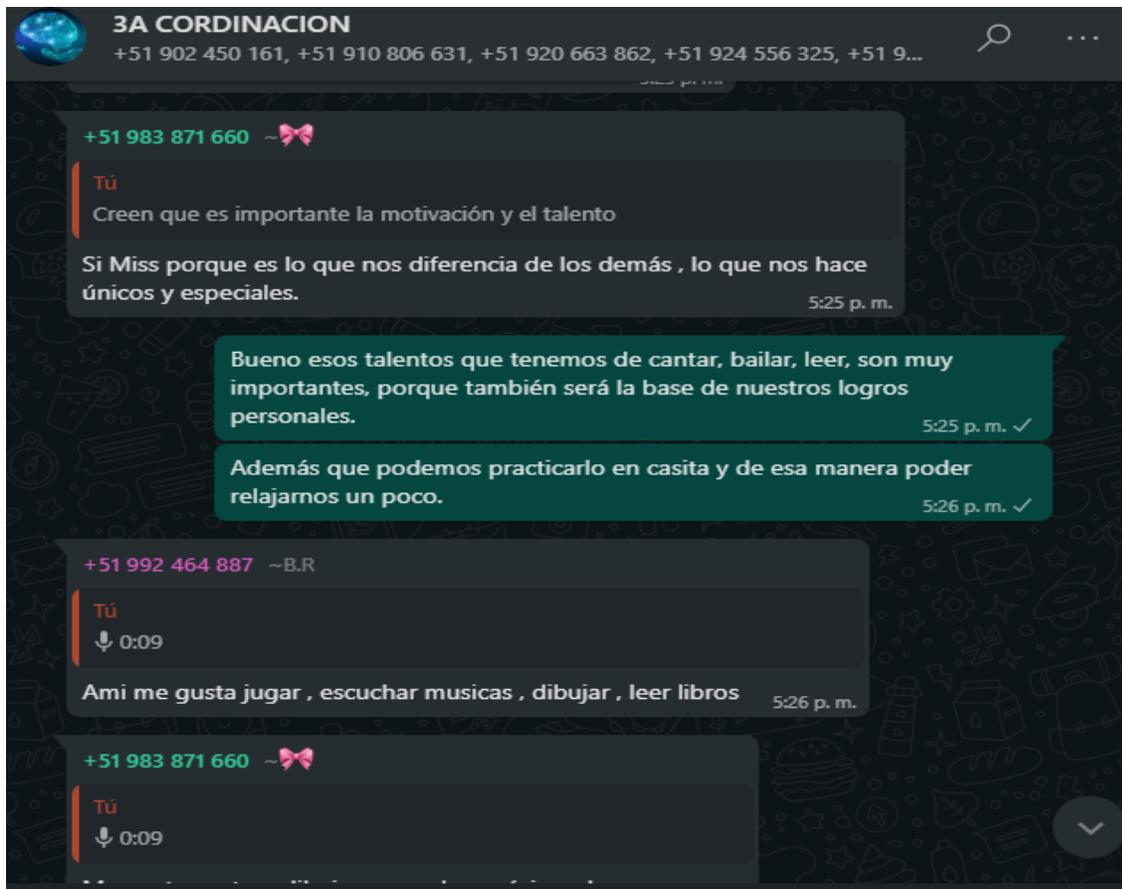


**Motivación - Talento Humano**

El talento humano es el resultado de la combinación de la motivación y el potencial de la persona. Este talento humano es el resultado de la combinación de la motivación y el potencial de la persona.

Pasamos al segundo tema 5:19 p. m. ✓





***SESIÓN No 14 MANEJO DE ESTRÉS Y APLICACIÓN DEL POST TEST***

## ***MANEJO DE ESTRES***

- 04/10/20

## ***APLICACIÓN DEL POST TEST***

- 04/10/20

A

Materiales

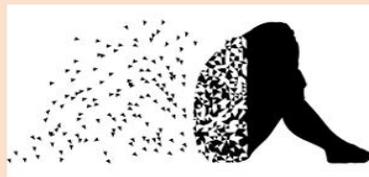


# TIPOS DE ESTRÉS

## EUSTRES



## DISTRES



### Eustres

Es el estrés bueno, nos ayuda a ser conscientes de nosotros mismos, a salir de nuestra zona de confort y a correr unos ciertos riesgos.

Aumenta la resistencia y la capacidad de adaptación del organismo.

ejemplo: practicar un deporte de forma regular o realizar actividades al aire libre

### Distrés

Es el tipo de estrés que nos perjudica, que debemos de alejar de nuestra vida, y que no nos hace bien en nuestro día a día.

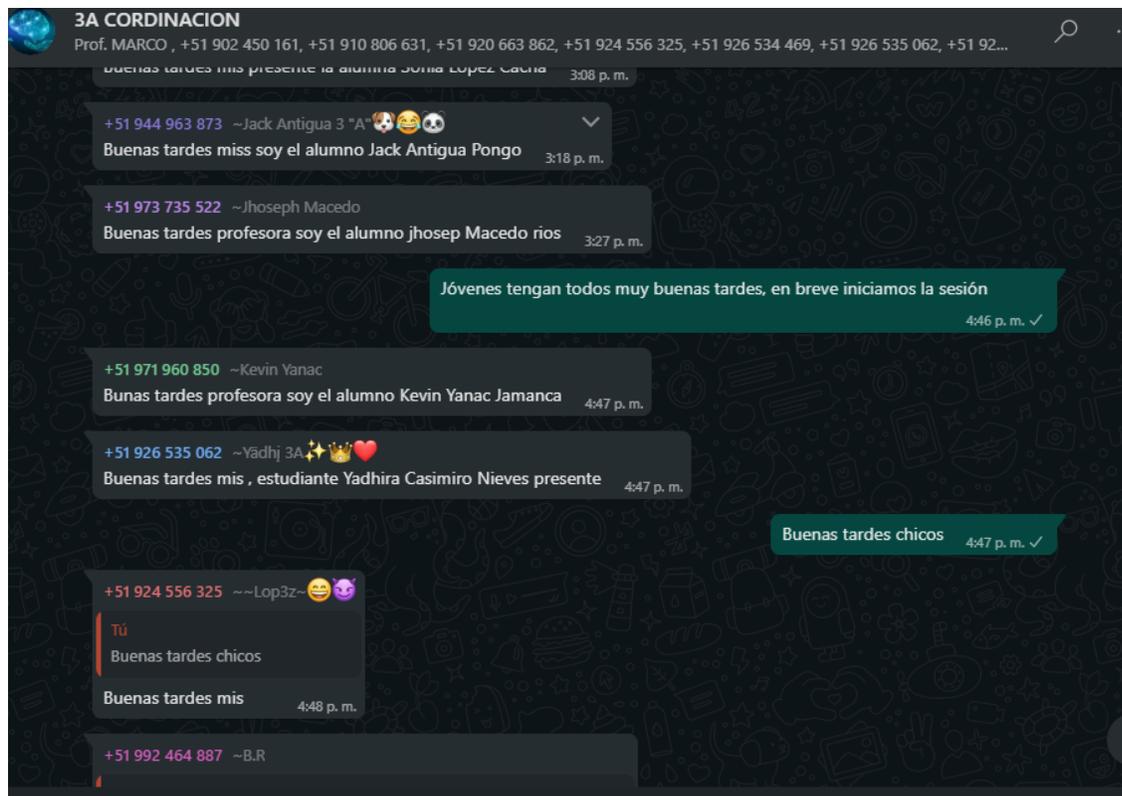


## ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

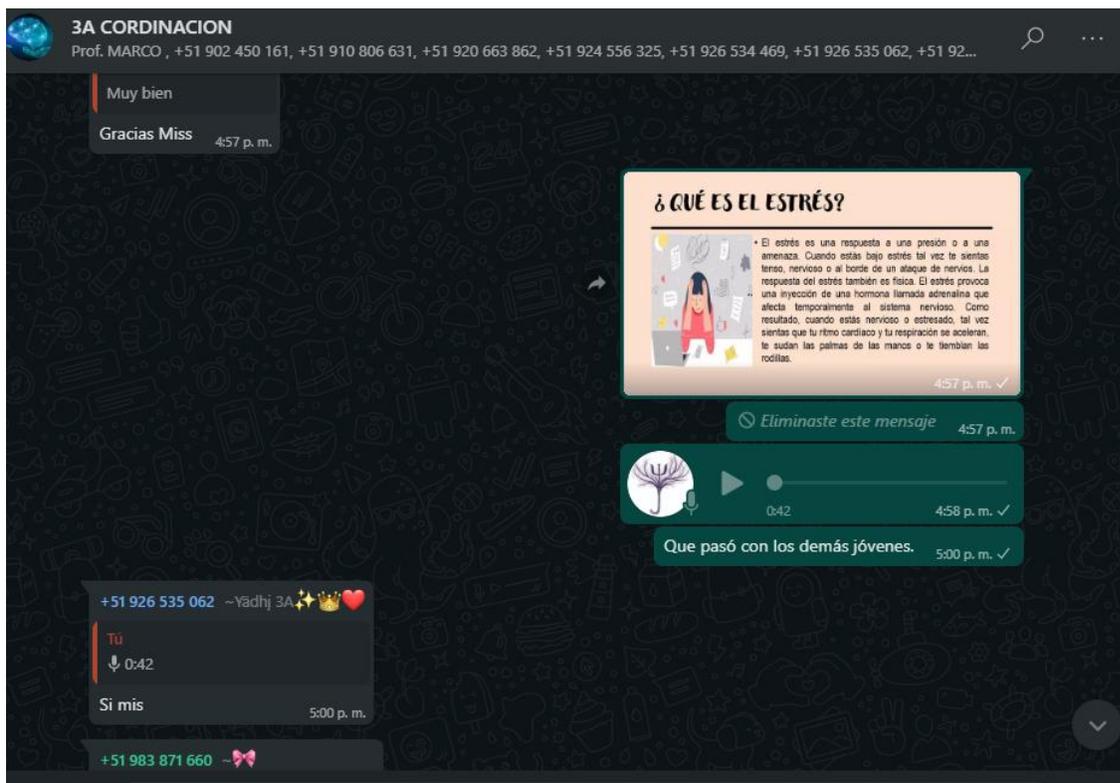
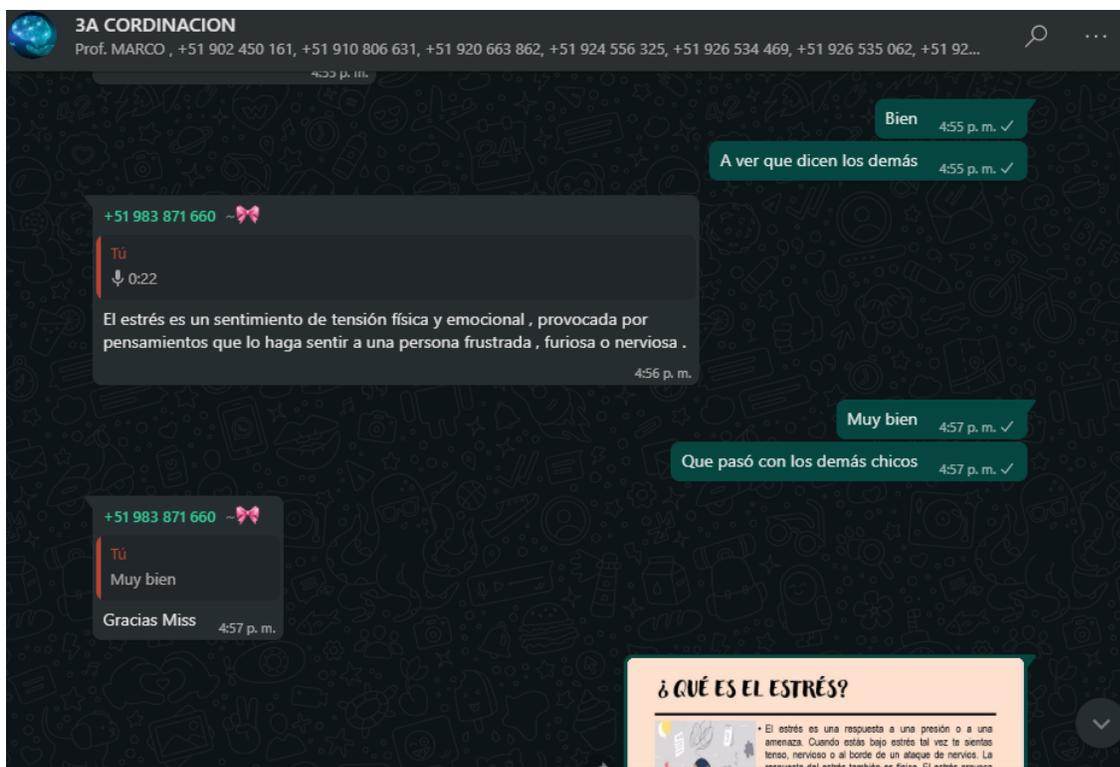
- |  |  |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hacer ejercicios</li> <li>• Comer saludable</li> <li>• Respiración profunda</li> <li>• Relajación progresiva</li> <li>• Meditación</li> <li>• Distracción y buen humor</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pasa tiempo con tu familia</li> <li>• Aprender a decir que no</li> <li>• Afecto físico</li> <li>• Escucha música relajante</li> <li>• Pasa tiempo con tu mascota</li> </ul> |
|--|--|



## Evidencias







**3A CORDINACION**  
Prof. MARCO , +51 902 450 161, +51 910 806 631, +51 920 663 862, +51 924 556 325, +51 926 534 469, +51 926 535 062, +51 92...

Tú  
0:42  
Si mis 5:00 p. m.

+51 983 871 660 🎀  
Tú  
0:42  
Si Miss tiene mucha razón 5:01 p. m.

+51 992 464 887 --B.R  
Tú  
0:42  
Si mis 5:01 p. m.

+51 970 060 044 --Noemi Sandoval  
Tú  
0:42  
Si mia 5:01 p. m.

0:08 5:01 p. m. ✓

**3A CORDINACION**  
Prof. MARCO , +51 902 450 161, +51 910 806 631, +51 920 663 862, +51 924 556 325, +51 926 534 469, +51 926 535 062, +51 92...

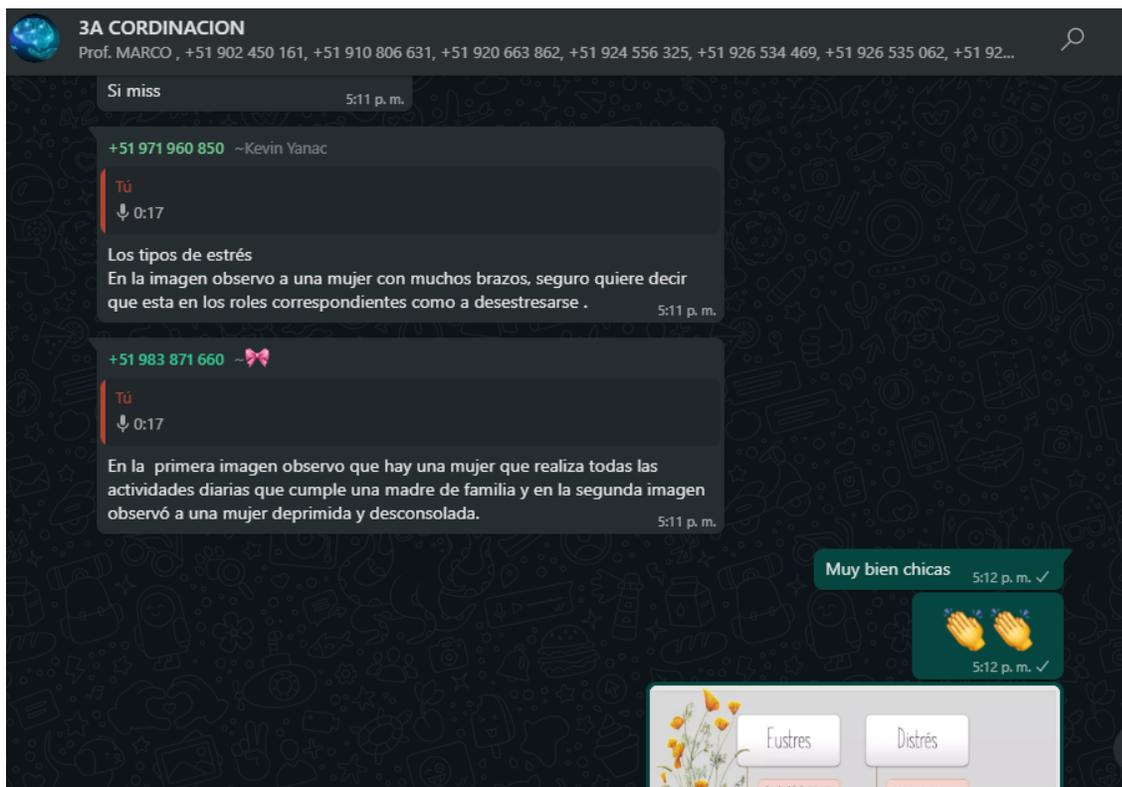
Tú  
0:42  
Si mia 5:01 p. m.

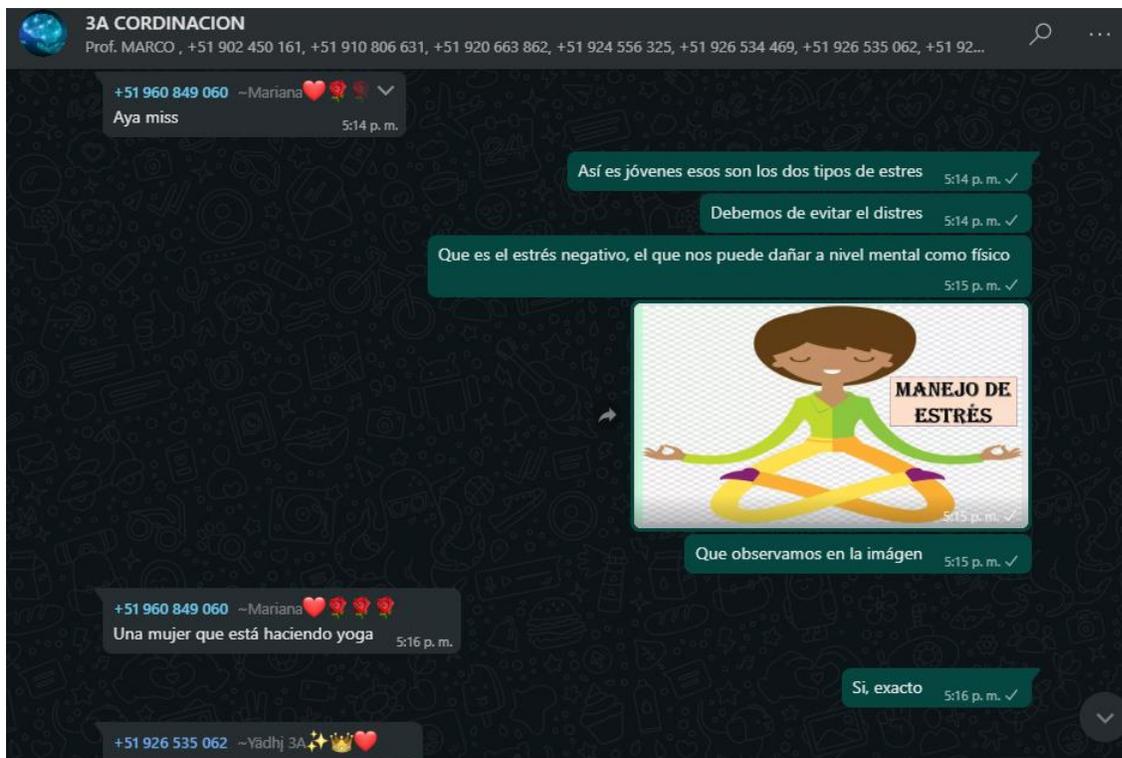
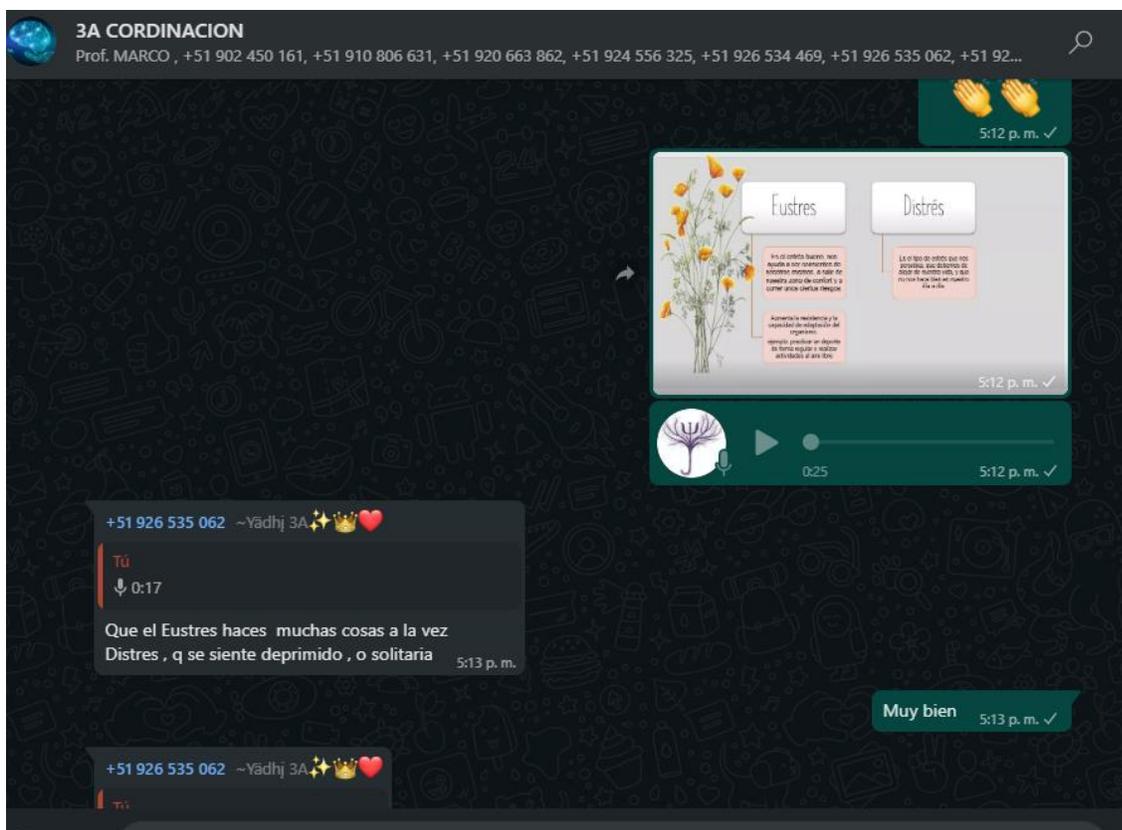
Yo por ejemplo práctico la meditación profunda 5:03 p. m. ✓

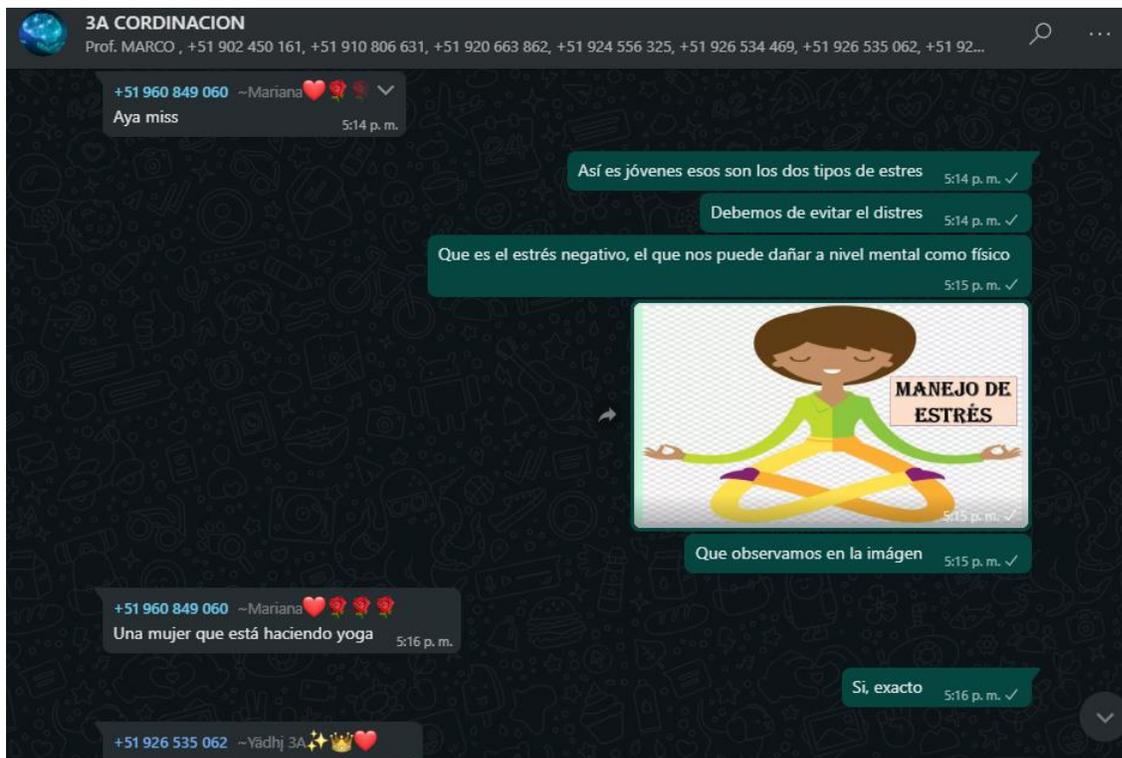
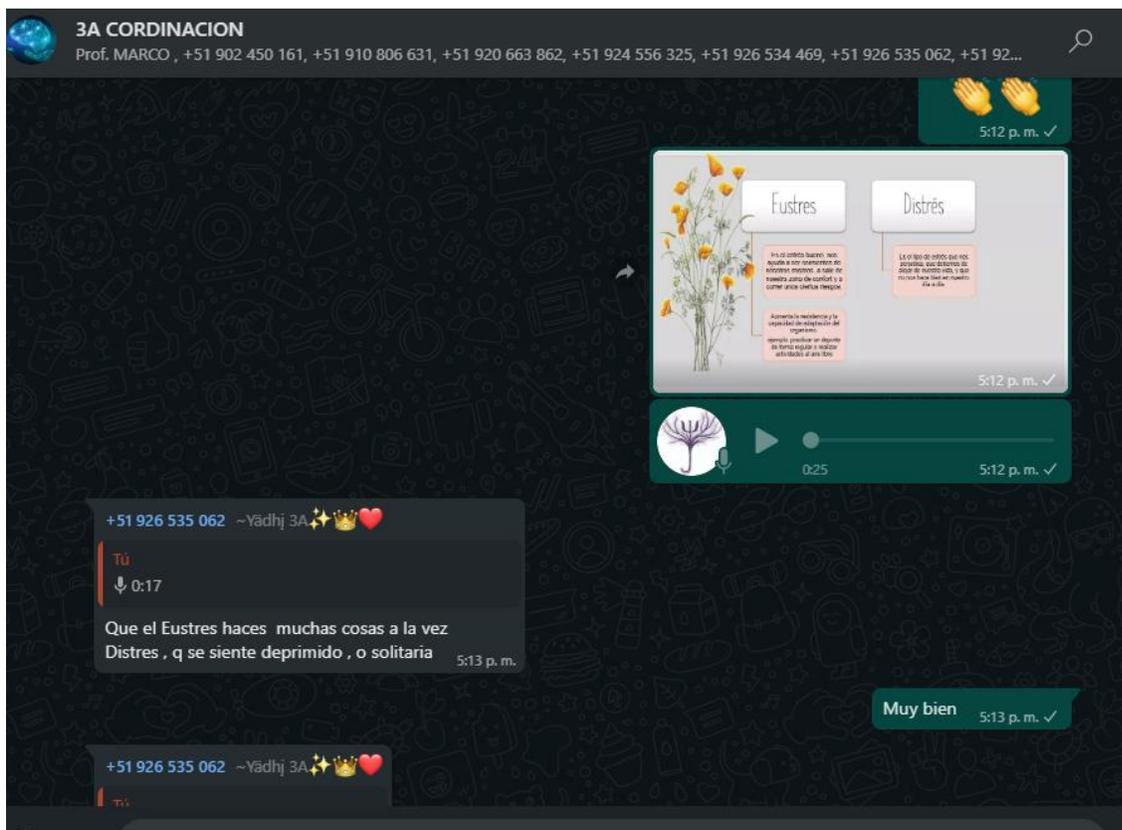
+51 926 535 062 --Yadhj 3A 🌟👑👑❤️  
Tú  
0:08  
Apos , mis , cuando me estreso , escucho música , o salgo a respirar aire mis , 5:03 p. m.

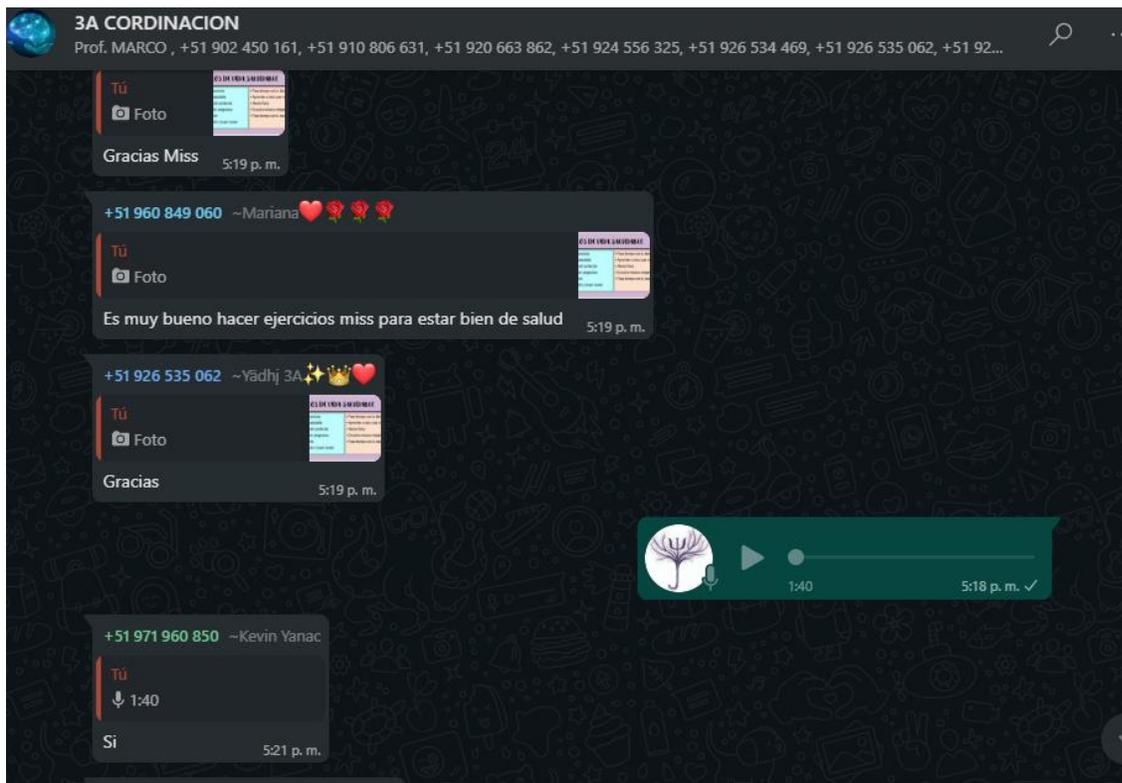
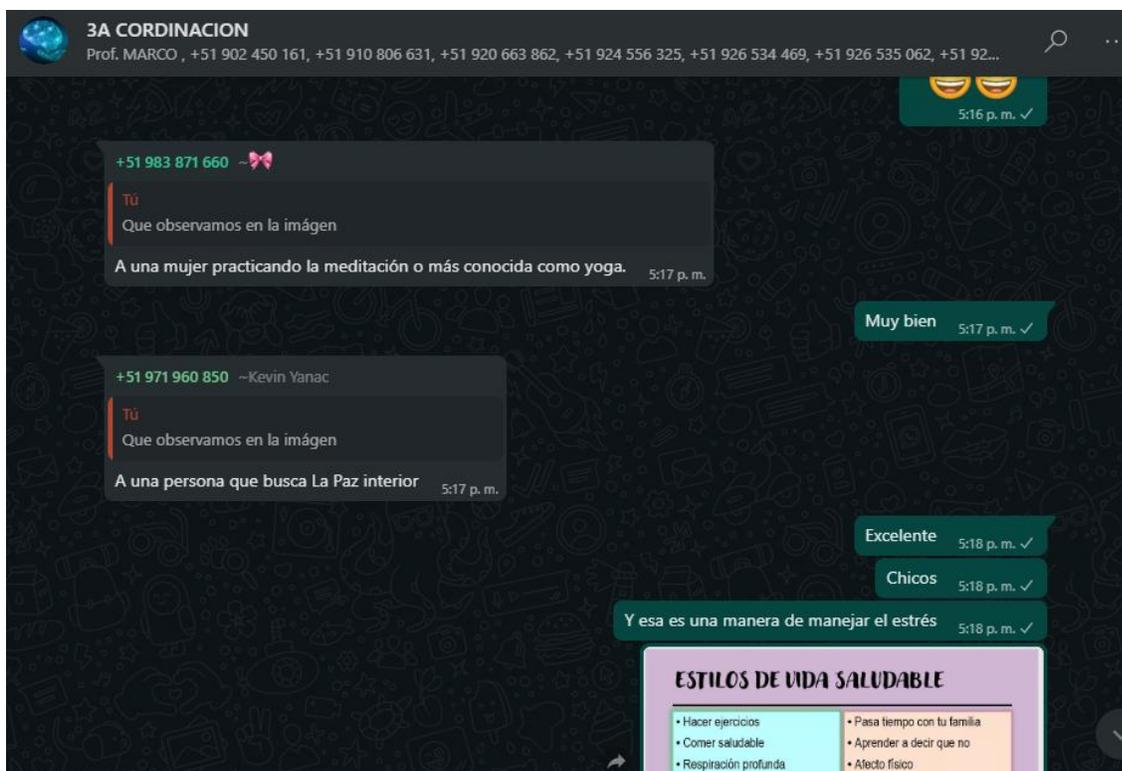
+51 983 871 660 🎀  
Tú  
0:08  
Yo para evitar estar estresada escuchó mi canción favorita y me pongo a bailar, me pongo a dibujar o conversó con mi mamá 5:03 p. m.

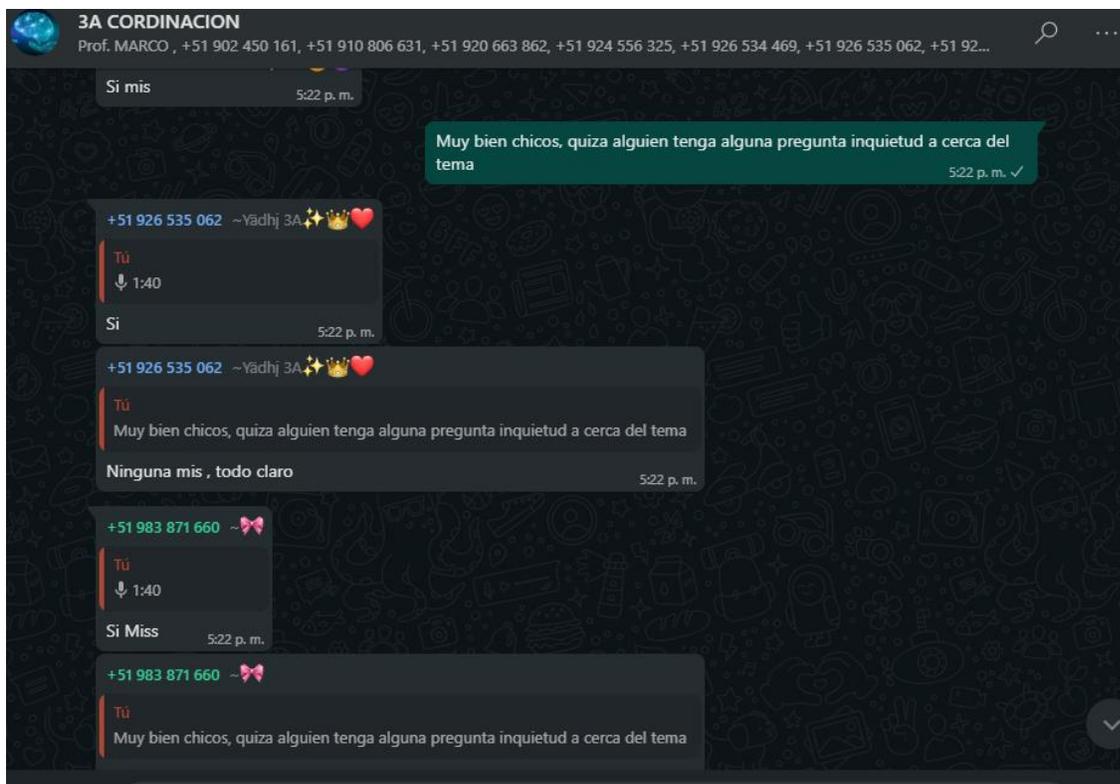
+51 924 556 325 --Lop3z- 😊👁️  
Tú  
0:08  
Pz yo miss respiro y me calmo y salgo a caminar y más escucho música 5:04 p. m.











## Aplicación del Post Test

