



UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

FACULTAD DE LA SALUD HUMANA

CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

Rasgos de personalidad y habilidades sociales en adolescentes de una unidad educativa de la ciudad de Loja, período 2022

Trabajo de Integración Curricular previa a la obtención del Título de licenciada en Psicología Clínica

AUTORA:

Sharon Carolina Piedra Caillagua

DIRECTOR:

Psi.Cl. Marco Vinicio Sánchez Salinas. Mg.Sc.

LOJA – ECUADOR

2022

Certificación

13 de septiembre de 2022

DE: PSI. CL. MARCO VINICIO SANCHEZ MGS. DIRECTOR DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

PARA: DRA. ANA PUERTAS MGS GESTORA DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

CERTIFICADO DE CULMINACIÓN Y APROBACIÓN DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

CERTIFICO:

Que una vez asesorada, monitoreada con pertinencia y rigurosidad científica la ejecución del trabajo de integración curricular del tema **"RASGOS DE PERSONALIDAD Y HABILIDADES SOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA CIUDAD DE LOJA, PERIODO 2022"** de la autoría de Sharon Carolina Piedra Caillagua, el mismo cumple con las disposiciones institucionales, metodológicas y técnicas, que regulan esta actividad académica; consecuentemente, dicho trabajo de integración curricular se encuentra **culminado y aprobado**, por lo que autorizo continuar con el proceso de titulación.



Firmado digitalmente por:
**MARCO VINICIO
SANCHEZ
SALINAS**

.....
PSI. CL. MARCO VINICIO SANCHEZ MGS.

Autoría

Yo, **Sharon Carolina Piedra Caillagua**, declaro ser autora del Trabajo de Integración Curricular y eximo expresamente a la Universidad Nacional de Loja y a sus representantes jurídicos, de posibles reclamos o acciones legales por el contenido del mismo.

Adicionalmente acepto y autorizo a la Universidad Nacional de Loja, la publicación de mi Trabajo de Integración Curricular en el Repositorio Digital Institucional – Biblioteca Virtual.

Firma:  _____

Cédula de Identidad: 1150007209

Fecha: 15 de septiembre del 2022

Correo electrónico: sharon.piedra@unl.edu.ec

Teléfono o Celular: 0986279456

Carta De Autorización

Yo, **Sharon Carolina Piedra Caillagua**, declaro ser autora del Trabajo de Integración Curricular titulado **RASGOS DE PERSONALIDAD Y HABILIDADES SOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA CIUDAD DE LOJA, PERÍODO 2022**, como requisito para optar al Grado de Licenciada en Psicología Clínica, autorizo al Sistema Bibliotecario de la Universidad Nacional de Loja para que con fines académicos muestre la producción intelectual de la Universidad, a través de la visibilidad de su contenido de la siguiente manera en el Repositorio Digital Institucional.

Los usuarios pueden consultar el contenido de este trabajo en el Repositorio Digital Institucional, en las redes de información del país y del exterior con las cuales tenga convenio la Universidad.

La Universidad Nacional de Loja, no se responsabiliza por el plagio o copia del trabajo de integración curricular que realice un tercero.

Para constancia de esta autorización, en la ciudad de Loja a los 15 días del mes de septiembre del dos mil veinte.

Firma: _____



Autora: Sharon Carolina Piedra Caillagua

Cédula de identidad: 1150007209

Dirección: Loja, San Vicente Alto, calles Francisco Cumbicus y Raúl Andrade

Teléfono: 0986279456

Correo electrónico: sharon.piedra@unl.edu.ec

DATOS COMPLEMENTARIOS

Director de Trabajo de integración curricular: Psi. Cl. Marco Vinicio Sánchez. Mg. Sc.

Tribunal de grado: Presidenta: Dra. Ana Puertas. Mg. Sc.

Vocal: Psi. Cl. Cindy Cuenca. Mg. Sc.

Vocal: Psi. Cl. María Paula Torres. Mg. Sc.

Dedicatoria

Este trabajo de integración curricular está dedicado a quienes son mi fuerza y mi motor día a día:

A Dios por ser quien día a día me ha fortalecido en días buenos y malos sosteniéndome siempre para saltar hacia cualquier propósito, haciendo que no pierda la fe por las cosas que amo.

A mi madre Doris, una mujer guerrera que llena mi vida todos los días, aquella que me ha apoyado desde que tengo memoria, con quien tengo recuerdos llenos de aprendizaje, quién en su enseñanza me recuerda que darse por vencido no es una opción. A mi querida hermana Soraya que ha estado conmigo en mis mejores y peores momentos, a quién me enseñó que la amistad y el amor pueden existir en una persona, quién ha sido mi apoyo incondicional sin importar nada, a quién me ha salvado la vida en incontables ocasiones, al amor de mi vida.

Finalmente, a los amigos que todos quisieran tener, a mis “Bebesaurios” quienes me robaron innumerables sonrisas, las más sinceras, quienes secaron mis lágrimas y brindaron los abrazos más sinceros, después de todo sin ellos nada sería posible, sin ellos nada hubiese sido tan divertido como lo fue.

Sharon Carolina Piedra Caillagua

Agradecimiento

Agradezco manera especial al Psic. Cl. Marco Vinicio Sánchez Salinas, quién supo guiar la elaboración del presente trabajo sabiamente hasta la culminación del mismo.

A la Universidad Nacional de Loja, y todo su personal quienes con su calidad humana han sabido reflejar las más nobles cualidades para nuestro aprendizaje y su aplicación así mismo quienes han brindado las herramientas del saber necesarias para formar no solo profesionales sino humanos de calidad dentro de esta noble profesión.

A la planta docente de la carrera de Psicología Clínica, a quienes llevo en el corazón porque han sabido guiar con paciencia a cada uno de los estudiantes en largo camino que hemos atravesado siempre de su mano, lo cual nos ha ayudado de sobremanera a crecer como profesionales y también como seres humanos inculcando no solo conocimientos, sino además valores morales y éticos.

Finalmente extendiendo mi agradecimiento a la Unidad Educativa Adolfo Valarezo y sus estudiantes quienes me brindaron facilidades necesarias para el desarrollo del presente trabajo.

Sharon Carolina Piedra Caillagua

Índice

Autora:	i
Certificación	ii
Autoría	iii
Carta de autorización	iv
Dedicatoria	v
Agradecimiento	vi
Índice	vii
• Índice de Tablas	
• Índice de Anexos	
1. Título	12
2. Resumen	13
2.1. Abstract	14
3. Introducción	15
4. Marco teórico	18
4.1. CAPÍTULO I.....	18
4.1.1. Personalidad	18
4.1.1.1. Definición De Personalidad.	18
4.1.1.2. Estudios De La Personalidad.	18
4.1.1.2.1. Teoría Psicoanalítica De La Personalidad.....	18
4.1.1.3. La Personalidad Desde El Enfoque Conductista.....	24
4.1.1.4. Enfoque De La Personalidad Basados En Los Rasgos.	24
4.1.1.5. Teoría De Los Rasgos.	26
4.1.1.6. Desarrollo De La Personalidad En Adolescentes.....	28
4.1.1.7. Según American Psychological Asociación (1994) Los Trastornos De Personalidad Del DSM-IV Se Clasifican De La Siguiete Manera.	29
4.1.1.7.1. Características Diagnósticas.....	30
4.1.1.7.2. Procedimiento De Tipificación.	30
4.1.1.8. Instrumento De Evaluación.....	33

4.1.1.9. Tratamiento de los trastornos de la personalidad.....	34
4.1.1.9.1.Tratamiento cognitivo conductual:	34
4.1.1.9.2.Tratamiento farmacológico:	35
4.2. CAPITULO II	36
4.2.1. Habilidades Sociales	36
4.2.1.1. Definición De Habilidades Sociales.	36
4.2.1.2. Componentes De Las Habilidades Sociales.....	37
4.2.1.2.1.Componente Conductual.	37
4.2.1.2.2.Componente Cognitivo.	37
4.2.1.2.3.Componente Fisiológico.	38
4.2.1.3.1.Habilidades Sociales Básicas.	38
4.2.1.3.2.Habilidades Sociales Complejas.	38
4.2.1.3.3.Habilidades básicas de interacción social.	39
4.2.1.3.4.Habilidades para hacer amigos y amigas.	39
4.2.1.3.5.Habilidades conversacionales.	39
4.2.1.3.6.Habilidades relacionadas con las emociones y sentimientos.	40
4.2.1.3.7.Habilidades de solución de problemas interpersonales.....	40
4.2.1.3.8.Habilidades para relacionarse con los adultos.	41
4.2.1.5. Características de las habilidades sociales.	44
4.2.1.6. Modelos Clásicos.	45
4.2.1.6.1.Teoría de los roles.	45
4.2.1.6.2.Modelo de Percepción Social.....	45
4.2.1.6.3.Modelo Psicosocial Básico De Las Habilidades Sociales De Argyle Y Kendom.....	45
4.2.1.6.4.Modelo De McFall.	46
4.2.1.7. Desarrollo De Las Habilidades Sociales.	46
4.2.1.7.1.Adquisición y desarrollo de habilidades sociales.....	46
4.2.1.8. Habilidades sociales en la adolescencia.	47
4.2.1.9. Instrumento De Evaluación:.....	48
4.2.1.9.1.Escala de habilidades sociales (EHS):	48
4.2.1.10.Técnicas Para La Intervención En Habilidades Sociales.....	48
4.2.1.10.1.El Juego De Roles.	49
4.2.1.10.2.Entrenamiento En Solución De Problemas.	49
4.2.1.10.3.Reestructuración cognitiva.....	50

4.2.1.10.4.Estrategias de regulación emocional.....	52
4.2.1.10.5.Psicoeducación.....	53
4.2.1.10.6.Técnicas asertivas.....	53
5. Metodología.....	54
5.1. ENFOQUE Y DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN.....	54
5.1.1. Tipo de investigación.....	54
5.2. ÁREA DE ESTUDIO.....	54
5.2.1. Población.....	55
5.2.2. Muestra.....	55
5.3. CRITERIOS DE INCLUSIÓN.....	55
5.4. CRITERIOS DE EXCLUSIÓN.....	55
5.5. TEST E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS.....	55
5.6. CONSENTIMIENTO INFORMADO.....	59
5.7. PROCEDIMIENTO POR OBJETIVOS.....	59
6. Resultados.....	61
6.1. OBJETIVO ESPECÍFICO 1.....	61
6.2. OBJETIVO ESPECÍFICO 2.....	62
6.3. OBJETIVO GENERAL.....	62
6.4. OBJETIVO ESPECÍFICO 3.....	66
7. Discusión.....	95
8. Conclusiones.....	98
9. Recomendaciones.....	99
10. Bibliografía.....	100
11. Anexos.....	103

Índice De Tablas

Tabla 1 Interpretación de Rasgos de Personalidad aplicada en adolescentes escolarizados ..	61
Tabla 2. Interpretación de Escala de Habilidades Sociales aplicada en adolescentes escolarizados	62
Tabla 3 Tabla cruzada de Interpretación de Rasgos de Personalidad e Interpretación de Escala de Habilidades Sociales	63

Índice De Anexos

Anexo 1 Aprobación del anteproyecto de integración.....	103
Anexo 2 Solicitud y aprobación para la aplicación de reactivos psicológicos.....	104
Anexo 3 Consentimiento informado.....	106
Anexo 4 Cuestionario De Personalidad IPDE – DSM-IV.....	106
Anexo 5 Escala de Habilidades Sociales.....	109
Anexo 6 Resultados Complementarios.....	112
Anexo 7 Certificación De Traducción.....	113

1. Título

Rasgos de personalidad y habilidades sociales en adolescentes de una unidad educativa de la ciudad de Loja, período 2022

2. Resumen

El objetivo de la presente investigación fue determinar la influencia entre los rasgos de personalidad y las habilidades sociales que poseen los adolescentes que cursan el primer año de bachillerato en la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, período 2022. El estudio contó con un tipo de diseño de carácter no experimental siendo de corte transversal, además contó con un enfoque cuantitativo y de tipo correlacional. El presente estudio se llevó a cabo con la participación de 68 participantes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, en donde se llevó la aplicación del reactivo psicológico IPDE, y la escala de habilidades sociales. Los resultados obtenidos de las variables planteadas mostraron la inexistencia de la influencia de los rasgos de personalidad en cuanto a las habilidades sociales de los adolescentes que cursaban el primer año de bachillerato en donde quedó demostrado un nivel medio de habilidades sociales con un total del 32,4 % y un 67,6 % dentro de un alto nivel de habilidades sociales independientemente de los rasgos de personalidad que se evaluó, por ello, es importante mencionar que los rasgos de personalidad constituyen una parte importante dentro de la formación de la personalidad, y, estos, se van constituyendo en cada una de las etapas del desarrollo por las cuales atraviesa el ser humano, a lo largo de su existencia, como, por ejemplo; diferencias individuales, adaptación, el entorno en el que se desarrolle, procesos cognitivos, influencias biológicas, infancia, adolescencia y vida adulta, así como también las experiencias, etc. Por lo cual, se realizó el diseño de un plan de intervención de carácter de promoción enfocado en el fortalecimiento de habilidades sociales.

Palabras clave: Rasgos de personalidad, Personalidad, Habilidades Sociales, Diferencias Individuales, Procesos Cognitivos.

2.1. Abstract

The objective of this research was to determine the influence between personality traits and social skills possessed by adolescents in the first year of high school at the Adolfo Valarezo Educational Unit, period 2022. The study had a non-experimental design of cross-sectional nature, in addition to a quantitative and correlational approach. The present study was carried out with the participation of 68 participants of the Unidad Educativa Adolfo Valarezo, where the application of the psychological reagent IPDE and the social skills scale was carried out. The results obtained from the variables showed the inexistence of the influence of personality traits on the social skills of adolescents in the first year of high school, where a medium level of social skills was demonstrated with a total of 32.4% and 67.6% within a high level of social skills, 6 % within a high level of social skills regardless of the personality traits that were evaluated, therefore, it is important to mention that personality traits are an important part in the formation of personality, and these are constituted in each of the stages of development through which the human being goes through, throughout his existence, such as, for example, individual differences, adaptation, the environment in which he lives; individual differences, adaptation, the environment in which he/she develops, cognitive processes, biological influences, childhood, adolescence and adult life, as well as experiences, etc. Therefore, an intervention plan was designed with a promotional character focused on the strengthening of social skills.

Key words: Personality Traits, Personality, Social Skills, Individual Differences, Cognitive Processes

3. Introducción

De acuerdo con Fore, H (2019) menciona que “más del 20% de los adolescentes a nivel mundial sufren de algún trastorno mental”, esto mediante un estudio realizado por el Fondo de Naciones Unidas. Es por ello que, las cifras de adolescentes que padecen diversos trastornos de personalidad y comportamiento van en aumento. Del mismo modo la Organización Mundial de la salud (2019) ha informado que 1 de cada 5 personas entre los 10 y 19 años puede que padezca de algún trastorno mental, lo cual es preocupante debido a que durante esta etapa de la transición de la niñez a la adolescencia los convierte en personas más vulnerables por todos los cambios que atraviesan a nivel psicológico, social y biológico, convirtiéndolos así en un grupo más vulnerable a sufrir algún episodio de enfermedad mental, ya que, esta etapa es muy importante en cuanto a la formación de la personalidad. Según los datos de la organización la mayoría de estos casos no son detectados ni tratados, lo que desencadena una problemática de escala global, al considerar que en la actualidad el 42% de la población mundial es menor de 25 años y alrededor de 1.200 millones de estos son adolescentes de entre 10 y 19 años.

Siendo así importante mencionar además que, en América Latina y el Caribe con respecto al desarrollo de habilidades, los desafíos más grandes se relacionan con bajos niveles de aprendizaje de habilidades fundamentales, como lectoescritura y matemáticas; falta de priorización en el desarrollo de habilidades transferibles; baja alfabetización digital en todas las etapas de la vida; y limitadas oportunidades en el desarrollo de habilidades específicas para el trabajo, que estén alineadas con las demandas del mercado, de modo que, como resultado de estos desafíos, muchos niños, niñas y adolescentes no están desarrollando las habilidades necesarias para ser exitosos en la vida, en su proceso de aprendizaje, y en el trabajo, al igual que para lograr una activa participación ciudadana (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia, 2020, p. 10).

Es por ello que, de acuerdo con León y Medina (1998) no se descarta la posición de que los déficits en las habilidades sociales pueden ser tanto una causa, efecto o concurrentes en la aparición de un trastorno psicológicos.

De modo que, el factor adolescencia juega un papel indiscutible dentro de la formación tanto de habilidades sociales como de los rasgos de personalidad, ya que, la adolescencia es vista por muchos autores como una etapa del desarrollo del ser humano en la cual se producen grandes cambios, se podría decir que inclusive de los más importantes. Siendo de esta manera, la adolescencia está recogida dentro de la psicología como una etapa que se desarrolla en varias

áreas o ámbitos en donde se encuentran los cambios biológicos, psicológicos, así como sociales y socioculturales.

Así también es una etapa esencial con valor y riqueza en sí misma, que puede llegar a brindar un sinnúmero de posibilidades que están enmarcadas en el aprendizaje, en la socialización y desarrollo de fortalezas para el afrontamiento de nuevas experiencias que vendrán en las siguientes etapas de la vida de los mismos. Sin embargo, cuando este aprendizaje, desarrollo de fortalezas y habilidades se ven limitadas es cuando nace el problema para el desenvolvimiento del sujeto en las áreas ya mencionadas con anterioridad.

Tomando en cuenta todos estos datos, la investigación tiene como objetivo general el determinar la influencia entre los rasgos de personalidad y las habilidades sociales que poseen los adolescentes que cursan el primer año de bachillerato en la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, período 2022.

Sin embargo, no se queda solamente en un objetivo general, sino que se suman a este para su complementariedad objetivos específicos tales como: evaluar los rasgos de personalidad de los adolescentes de primer año de bachillerato mediante el reactivo psicológico IPDE, medir las habilidades sociales de los adolescentes de primer año de bachillerato en base a la Escala de Habilidades Sociales, y finalmente en base a los resultados diseñar un plan de intervención psicológica a través del fortalecimiento de las habilidades sociales enfocado a la población estudiantil. De manera que el presente estudio resulta de gran importancia para estudios futuros contribuyendo así a más líneas de investigación.

En cuanto a la metodología, el tipo de diseño de la presente investigación fue de carácter no experimental, del mismo modo cabe señalar que el estudio es de corte transversal, siendo además de enfoque cuantitativo puesto que con ello se propone evaluar, ponderar e interpretar información obtenida a través de recursos que se utilizarán en este caso los reactivos psicológicos. El tipo de investigación fue de tipo correlacional y finalmente, el estudio estuvo enmarcado en la investigación de campo. Tuvo la participación de 68 personas a las cuales se las evaluó mediante los reactivos psicológicos IPDE y escala de habilidades sociales.

La presente investigación se encuentra estructurada mediante dos capítulos en la cual se abordan temas relacionados con la temática. El primer capítulo está referido a la personalidad, la conceptualización, la estructura, los enfoques que posee, los trastornos de personalidad según el DSM-IV, el desarrollo de la personalidad en la adolescencia, el instrumento de evaluación y técnicas de tratamiento. Mientras que el segundo capítulo se

encuentra estructurado en cuanto a las habilidades sociales, su conceptualización, los tipos de habilidades sociales, diferentes modelos, el desarrollo de estas en la adolescencia, el instrumento de evaluación y técnicas de tratamiento para las mismas.

A raíz de lo expuesto es significativo darle respuesta a la siguiente pregunta: ¿Cómo influyen los rasgos de personalidad en las habilidades sociales de los adolescentes del primer año de bachillerato de la unidad educativa Adolfo Valarezo?

4. Marco teórico

4.1. Capítulo I

4.1.1. Personalidad

Dentro de la personalidad se puede decir que durante muchos años las ciencias han venido estudiando acerca de la misma desde diferentes puntos de vista y enfoques, debido a la complejidad que lleva la misma, en donde principalmente se habla acerca de la individualidad de cada persona, sin embargo va mucho más allá debido a que, desde el momento en el que nace el ser humano ya posee rasgos característicos, que le ayudarán a ir formando su personalidad a lo largo del desarrollo es por ello que me permito citar a Cloninger (2003) la cual menciona que “personalidad puede definirse como las causas internas que subyacen al comportamiento individual y a la experiencia de la persona” (p.3), esto haciendo alusión a los factores múltiples que intervienen dentro de la misma.

4.1.1.1. Definición De Personalidad.

Según (la Organización Mundial de la Salud, 2002, citado en Albán, 2020) la personalidad es un patrón enraizado de modos de pensar, sentir y comportarse que caracterizan el estilo de vida y modo de adaptarse único de un individuo, los que son la resultante de factores constitucionales, evolutivos y sociales. Estos patrones de comportamiento tienden a ser estables y a afectar múltiples dominios conductuales (Ribes 2009, citado en Flores et al., 2018) menciona que la personalidad no es un concepto referido simplemente a diferencias individuales en el comportamiento y la reactividad, debidas a contactos accidentales e incidentales con las contingencias ambientales y distintas posiciones biológicas, más bien, las diferencias que configuran la personalidad se originan en el propio trato que se da a las personas dada su naturaleza social.

Cabe mencionar que el estudio de la personalidad fue interés de muchas corrientes de la psicología quienes empezaron a indagar de manera mucho más profunda todo lo que conlleva la misma, es por ello que lo abordaremos a continuación.

4.1.1.2. Estudios De La Personalidad.

4.1.1.2.1. Teoría Psicoanalítica De La Personalidad.

Dentro del psicoanálisis destacan dos autores de gran relevancia como lo son Sigmund Freud con su teoría del psicoanálisis clásico y Carl Jung con la psicología analítica de modo que empezaremos con la teoría de Freud.

Inicialmente se habla de varios modelos que se relacionan entre sí, dentro del psicoanálisis en donde podemos encontrar:

- ❖ Modelo topográfico: en el presente modelo se utiliza la referencia de un iceberg para hacer alusión a la mente humana dividida en tres partes en donde la punta del mismo es equivalente a la parte consciente, la cual está ligada a todo lo que tiene que ver ya sean con recuerdos, pensamientos, percepciones, además de sentimientos y fantasías. Mientras que la parte media del iceberg que aún queda a la vista pero que a la vez se sumerge quedando en un punto medio, hace referencia al preconsciente que es la capacidad que tiene la mente de recordar situaciones, momentos, rostros y demás cosas que pueden ser traídos a la consciencia una vez más. Así también se menciona el inicio del iceberg que siempre se encuentra oculto bajo el agua siendo así relacionado con el inconsciente que prácticamente es el área en donde se mantienen guardados de manera inaccesible para la conciencia, recuerdos, pensamientos, deseos, que pueden representar cosas indeseables, conflictivas, inaceptables, dolorosos, etc.
- ❖ Modelo dinámico: como lo menciona (Laplanche y Pontalis, 1968 citado por Concha, 2019) “El término dinámica, califica un punto de vista que considera a los fenómenos psicológicos como resultantes del conflicto y de la composición de fuerzas que ejercen una determinada presión, siendo esta en último término de origen pulsional” (p.2). Dentro de este punto de vista se menciona la irritabilidad y la respuesta como consecuencia del estímulo, es decir tiene que ver con la dinámica psíquica entre los impulsos y los mecanismos de defensa que tienen el propósito de inhibir estos impulsos que la mayor parte del tiempo buscan gratificación sin medida, aunque no siempre puede realizarlo con éxito.
- ❖ Modelo económico: se habla de la energía potencial de lo que son las pulsiones y también las transformaciones que tienen las mismas. Como menciona Alós (2021) La pulsión es el motor y la energía que nos mueve. En este sentido, Freud consideraba que todo comportamiento estaba motivado por las pulsiones, a las que dividió en pulsión de vida (eros) y pulsión de muerte (tánatos). La pulsión de vida está relacionada con la capacidad de autoconservación del individuo, impulso para crear, protegerse, relacionarse. En cambio, la pulsión de muerte está relacionada con las tendencias destructivas del ser humano hacia sí mismo o hacia el otro, relacionándolas con el principio de Nirvana que es la nada, la no-existencia, el vacío.

- ❖ Modelo genético: a este modelo se lo conoce como uno de los más importantes y famosos de Freud ya que habla de las 5 fases del desarrollo psicosexual que desarrollan durante la infancia. La principal característica del este modelo es la gratificación en las zonas erógenas del cuerpo del individuo, siendo así un punto a destacar que la existencia de una gratificación excesiva o la frustración durante estas etapas que mencionaremos a continuación harán fortalecerán el desarrollo de los tipos de personalidad. Es por ello que Cloninger (2003) menciona que Freud propuso que las membranas mucosas del cuerpo podrían ser la fuente física de los impulsos del ello, las zonas erógenas donde se enfocaba la libido. Estas zonas son responsables en gran medida de la sensación y puede estar asociadas con el aumento y reducción de la tensión, como el modelo de la libido lo requiere (p.51).

-Fase oral: del desarrollo ocurre desde el nacimiento hasta la edad de un año aproximadamente. Durante esta fase, la zona erógena es la boca y las actividades placenteras se centran alrededor de la alimentación (mamar). Al principio, en la fase oral erótica, el lactante pasivamente recibe la realidad, tragando lo que es bueno o (menos pasivamente) escupiendo lo que es desagradable. Más tarde en la fase oral, una segunda etapa, llamada sadismo oral, involucra el desarrollo de un papel más activo, resumido en el morder. Debido a que las necesidades del lactante son cumplidas sin esfuerzo, se dice que se siente omnipotente. Este sentimiento pasa en el desarrollo normal, pero es retenido en algunas psicosis. El sentimiento de omnipotencia infantil por lo general da paso a la percatación de que las necesidades son satisfechas a través de los objetos amados en el mundo, no mágicamente. Conforme el lactante aprende a asociar la presencia de la madre con la satisfacción del impulso del hambre, la madre se vuelve un objeto separado y ocurre la primera diferenciación del sí mismo de los demás. La fijación en la primera fase psicosexual resulta en el desarrollo de un tipo de personalidad de carácter oral, cuyos rasgos incluyen por lo general optimismo, pasividad y dependencia. Sin embargo, a veces las características opuestas son más aparentes. Debido a la formación reactiva, por ejemplo, la persona fijada en esta etapa puede mostrar pesimismo en lugar de optimismo, llevando a una asociación entre la fijación oral y la depresión (C. A. Lewis, 1993). Algunos estudios apoyan la hipotética relación entre la fijación oral y el comportamiento conformista y dependiente. La gente con evidencia de fijación en esta fase (imaginería oral en la prueba de Rorschach) se conforma más con los juicios de otros sobre una tarea de juicio de tipo Asch, particularmente en la presencia de una figura de autoridad de estatus alto (Masling,

Weiss y Rothschild, 1968; Tribich y Messer, 1974), y es más probable que indiquen en las pruebas de personalidad la necesidad de ayuda (O'Neill y Bornstein, 1990). Otros estudios, sin embargo, no apoyan esto, lo que sugiere que los intereses orales en el sentido más literal, esto es, "la preocupación por la comida y el comer", podrían no estar relacionados con la dependencia, contrario a la teoría de Freud (Bornstein, 1992, p. 17)

-Fase anal: Durante el segundo y el tercer año, el placer del niño se experimenta en una parte diferente del cuerpo, el ano. El deseo del niño(a) por controlar sus movimientos intestinales está en conflicto con la demanda social del entrenamiento para ir al baño. El placer se experimenta al principio a través de la nueva habilidad de retener las heces, la fase anal retentiva, y luego en la experiencia de la defecación a voluntad, la fase anal expulsiva. Si existe una fijación en esta fase, el resultado posible sería conflictos continuos sobre los temas del control, de retener y liberar. El carácter anal se distingue por tres características, sentido de orden, parsimonia y obstinación, las cuales están correlacionadas en muchos estudios empíricos (Greenberg y Fisher, 1978; pero véase una opinión contraria en Hill, 1976). La fijación anal puede ser expresada por temas relacionados con el dinero, acumularlo o gastarlo, como heces simbólicas (Wolfenstein, 1993). Como fue predicho por la propuesta de Freud de que el humor expresa el conflicto inconsciente (descrito anteriormente), los sujetos experimentales quienes puntuaron alto en los rasgos anales (obstinación, sentido de orden y parsimonia) encuentran que los chistes sobre temas anales son particularmente divertidos (O'Neill, Greenberg y Fisher, 1992 como se citó en Cloninger, 2003).

-Fase fálica: De los tres a los cinco años (o un poco más tarde), el área erógena primordial del cuerpo es la zona genital. Freud llamó a esta etapa del desarrollo la fase fálica, lo que reflejaba su convicción de que el falo (pene) es el órgano más importante del desarrollo tanto de los hombres como de las mujeres. (Los críticos de Freud lo juzgan severamente por ser falocéntrico). El deseo del niño por el placer sexual se expresa a través de la masturbación, la cual es acompañada de fantasías importantes (y, para los críticos, increíbles). En esta etapa, los hombres y las mujeres siguen caminos del desarrollo diferentes. Freud aseveró que la personalidad se forma principalmente durante estas tres primeras fases psicosexuales, cuando se establecen los mecanismos básicos del yo para lidiar con los impulsos libidinales. Si ocurre la fijación, la neurosis específica dependerá de la fase en la que se dañó el desarrollo. Mientras más temprana la fijación, más serio el trastorno resultante. Freud sugirió que la esquizofrenia, la paranoia, la neurosis obsesiva y

la histeria eran resultado de una severa fijación en las primeras tres fases, respectivamente (Suloway, 1979 citado por Cloninger, 2000).

-Fase de latencia: La niñez media es un periodo de relativa calma de los impulsos sexuales, así que el modelo de Freud sobre la tensión libidinal dice poco acerca de esta fase. (Es, sin embargo, un periodo importante del desarrollo de acuerdo con otras teorías.)

-Fase genital: empieza en la pubertad. En contraste con los objetos sexuales autoeróticos y de la fantasía del niño fálico, el adulto genital desarrolla la capacidad de experimentar satisfacción sexual con un objeto del sexo opuesto. El carácter genital es el ideal de Freud de un completo desarrollo. Se desarrolla si las fijaciones han sido evitadas o si han sido resueltas a través del psicoanálisis. Tal persona no tiene conflictos significativos preedípicos; disfruta una sexualidad satisfactoria; y le interesa la satisfacción de la pareja de amor, evitando el narcisismo egoísta. La energía psíquica sublimada está disponible para el trabajo, lo que produce gozo. Freud consideraba a la neurosis en esencia como una disfunción sexual. Debido al inherente conflicto entre las demandas biológicas y los requerimientos de la civilización, algún grado de conflicto neurótico es inevitable, pero puede ser minimizado a través de la aceptación de las necesidades sexuales. En la era posfreudiana, el desempeño sexual y el goce son ampliamente aceptados como estándares a ser alcanzados (Cloninger, 2000, pp 52-57).

❖ Modelo estructural: este modelo destaca principalmente por la clasificación de tres niveles diferentes de la mente en donde Según Cloninger (2000) menciona que, Freud describió en 1923 tres estructuras de la personalidad. El ello que es considerado como lo más primitivo del ser humano y la fuente de los impulsos biológicos, el inconsciente. Mientras que el yo es la parte racional y compensada de la personalidad, se la denomina como aquella estructura que es consciente en la personalidad (sin embargo, no del todo consciente). Finalmente se habla del superyó, mismo que está formado por las reglas e ideales de la sociedad que el individuo ha internalizado. Algo del superyó es consciente, pero mucho de él permanece en el inconsciente (p,43).

La psique y el sí mismo era lo que estudiaba Jung, ya que él hacía alusión a la psique como el espíritu o como el alma. el sí mismo para Jung incluía todo lo que tenga que ver con el potencial y con las cualidades que posee el individuo, que se encuentren inmersas en él, las cuales podían estar desarrolladas o en proceso de desarrollo en las etapas de su vida. De la misma manera Jung hacía referencia al consciente e inconsciente como una compensación, por

ejemplo, solía mencionar que, una persona que ha desarrollado una actitud consciente hacia el pensamiento racional y lógico, pero que ha descuidado los temas emocionales, tendrá estos sentimientos en el inconsciente. El inconsciente tiene mucho que ofrecer. Posee las “partes faltantes” que permiten el desarrollo del Sí mismo hacia la totalidad psíquica. El desarrollo de la personalidad para Jung tenía que ver con factores muy puntuales como:

-Diferencias individuales: hace referencia a que los individuos pueden ser diferentes en cuanto a la extroversión o intraversión, lo cual puede mantenerse de manera estable a lo largo de la vida del mismo. Así como también existirá diferencia en cuanto a los pensamientos, sensaciones, sentimientos e intuiciones que tengan.

-La adaptación y ajuste: el inconsciente tiene un papel importante en la sana madurez y debe ser explorado a través del simbolismo. La salud requiere de un equilibrio entre el funcionamiento consciente e inconsciente.

-Procesos cognitivos: el uso del pensamiento racional puede llegar a proporcionar información útil, así como también el uso correcto de la intuición y el énfasis en los detalles precisos. Ya que la percepción de la realidad se puede distorsionar en ocasiones debido a imágenes inconscientes que pueden influir en nuestra percepción.

-Sociedad: siempre se habla de la sociedad como un factor clave debido a que en muchas ocasiones el sujeto adopta las normas del lugar en el cual se desenvuelve, es por ello que algunos rituales y mitos propios de la cultura proporcionan formas diferentes de manejar de determinada manera al inconsciente.

-Influencias biológicas: en cuanto a heredabilidad se menciona lo que son contenidos mentales, además de características físicas.

-Desarrollo del niño y del adulto: en cuanto a la experiencia que se pueda tener dentro de la etapa de niñez a Jung no le parecía en demasía relevante, más bien su énfasis se encontraba en la etapa ya adulta debido a que mencionaba que ahí es cuando se produce ya exploraciones de gran potencial del inconsciente.

Finalmente (Jung, 1934 citado en Sassenfeld, 2018) definía lo que llamaba “el crecimiento de la personalidad como sinónimo de un incremento de la autoconsciencia”.

4.1.1.3.La Personalidad Desde El Enfoque Conductista.

Según (Davidoff, 1998 citado en Enriquez, 2018) menciona que, Watson, padre del conductismo, manifestó su acuerdo con la teoría de Jhon Locke en el siglo XVII sobre la tabula rasa, teoría de la personalidad según la cual un recién nacido viene en blanco y es el ambiente el que determinará la personalidad debido a la moldeabilidad de este, no solo en la infancia sino también en la etapa adulta.

Así también cabe mencionar que según (Mead, 1935-1993 citado en Montgomery, 2020) tomó una postura que él llama “conductismo social”, una serie de observaciones y puntualizaciones a la concepción watsoniana. La personalidad para Mead no es un elemento aislado ni independiente, es un producto social porque su desarrollo involucra la precedencia de un grupo social y la pertenencia a éste.

Por lo tanto Enriquez (2018) menciona que el concepto estructural de la personalidad, planteado por Hull (1943) en el modelo E-R, sostiene que los estímulos llegan a conectarse a las respuestas para formar lazos E-R; a partir de esta asociación entre estímulo y respuesta se establecen los denominados hábitos; la estructura de la personalidad está en buena parte conformada por hábitos o lazos E-R. Otro concepto estructural que utilizó Hull fue el impulso definido como un estímulo capaz de activar la conducta; por lo tanto, son los impulsos los que hacen responder a un individuo. Estos pueden ser primarios (innatos), secundarios (aprendidos); los primarios hacen referencia a condiciones fisiológicas en el interior del organismo (hambre, sed), mientras que los secundarios son aquellos que se han adquirido con base en asociaciones de impulsos primarios (ansiedad o miedo).

4.1.1.4.Enfoque De La Personalidad Basados En Los Rasgos.

Dentro de este enfoque se debe tener en cuenta los rasgos de personalidad, ya que son esas pequeñas peculiaridades o diferencias individuales, las cuales pueden ser sutiles, propias y sobre todo únicas que cada individuo va mostrando a lo largo de su desarrollo, y se va acentuando con más evidencia en la adolescencia.

(Cattell, 1943, como se citó en Borkenau 1990) observó que “todos los aspectos de la personalidad humana que son o han sido de importancia, interés o utilidad, ya han sido registrados en lo esencial del lenguaje” (p. 483).

El sentido común nos dice que la personalidad es estable y hace que la gente se comporte de manera consistente a lo largo del tiempo. Sin embargo, mucha investigación ha desafiado esta idea, sugiriendo más bien que las situaciones hacen que la gente cambie su

conducta. El concepto de consistencia de la personalidad a lo largo del tiempo y de las situaciones es central para el campo de la personalidad.

Ozer y Gjerde, 1989 hablaban acerca de la consistencia de la personalidad en donde se le da importancia a la infancia ya que, según estos autores desde la niñez hay una consistencia en cuanto al desarrollo de la misma, y para la afirmación de este concepto, las investigaciones longitudinales a lo largo del tiempo han terminado dándoles la razón a dichos autores de modo en que se sustenta en gran medida además la idea de Allport de que la personalidad es consistente mientras el individuo va cursando sus estadios de desarrollo.

Para Allport (1937) “la personalidad es la organización dinámica, dentro del individuo, de los sistemas psicofísicos que determinan sus ajustes únicos al ambiente” (p.48), para esta conceptualización Allport se basó en 5 conceptos que fueron primordiales para la constitución del concepto acerca de personalidad mencionado anteriormente, los cuales mencionaremos a continuación:

- ❖ Organización dinámica: es aquella dinámica que se puede encontrar en los sistemas psicofísicos que se describirán a continuación, en los cuales se determinan las maneras de actuar, el pensamiento, y la manera única que tiene cada sujeto de expresarlo en el proceso de adaptación al medio.
- ❖ Sistemas psicofísicos: dentro de la personalidad se habla no solamente a influencias de la dimensión biológica, sino que también se ve inmersa en otras dimensiones como por ejemplo la psicológica, ya que la mente y el cuerpo están estrechamente relacionados y unidos, dentro de estos sistemas se habla del temperamento en donde según Izquierdo (2002) el temperamento sería:
 1. Un concepto amplio relacionado con las distintas dimensiones de la conducta, entendidas de manera individual.
 2. Un fenómeno que surge ya en la infancia y representa una especie de fundamento de la futura personalidad.
 3. Es relativamente, estable en el tiempo, en comparación con otros componentes de la conducta, pero no puede observarse mientras no vayan cerrándose los, procesos constitutivos de la personalidad.
 4. Puede verse modificado en sus manifestaciones por el influjo de su entorno, sobre todo, por medio de las prácticas educacionales de los padres.

Por otro lado, tenemos lo que es el carácter el cual proporciona una descripción del psiquismo del sujeto como una estructura de auto conceptos y relaciones objetales que están modulados por el conocimiento de uno mismo y por el simbolismo (Cloninger et al., 1993). El Carácter hace referencia a los autoconceptos que influyen en nuestras intenciones y actitudes, es lo que hacemos con nosotros mismos de manera intencional y básicamente se produce por la socialización. Se desarrolla por medio del aprendizaje introspectivo o por la reorganización de los autoconceptos (Dolcet, 2006, p. 37-39).

- ❖ *Determinantes*: Allport estaba empleaba la palabra determinar para insistir en que la personalidad es una causa de la conducta. Allport (1937) decía que este término “es una consecuencia natural de la visión biofísica. La personalidad es algo y hace algo” (p. 48). Los rasgos son reales en un sentido físico. “Los rasgos no son creaciones en la mente del observador, ni son ficciones verbales; son aceptados aquí como hechos biofísicos, disposiciones psicofísicas reales relacionadas, aunque nadie sabe cómo con sistemas nerviosos persistentes de estrés y determinación” (p. 339).
- ❖ *Únicos*: Según Cloninger (2003) para Allport, los rasgos son altamente individualizados o únicos. Explícitamente estaba en desacuerdo con los teóricos que afirmaban que uno o unos cuantos motivos, o instintos, son determinantes para toda la gente (como, por ejemplo, Freud atribuía la personalidad a la motivación sexual). Más bien, la gente está motivada por rasgos diversos que reflejan las diferencias en su aprendizaje (p.204).
- ❖ *Ajustes al ambiente*: Allport (1937) destacaba las funciones adaptativas y de afrontamiento de la personalidad. “La personalidad resulta de los intentos del sistema nervioso central por establecer seguridad y comodidad para el individuo que se atormenta entre sus propios anhelos afectivos y las demandas rigurosas de su ambiente” (p. 118).

4.1.1.5. Teoría De Los Rasgos.

Según Cattell Los rasgos son las unidades de personalidad que tienen valor predictivo (p. 234).

Así también, tal como lo menciona (Kotov et al., 2010 citado en Del Valle et al., 2020) Los rasgos de personalidad permiten predecir conductas de diverso tipo como el uso de sustancias, el desempeño académico, el bienestar psicológico o la calidad de vida.

De la misma manera se podría definir como características de carácter único que se encuentra presente en todos los individuos, las cuales pueden llegar a diferir de varias maneras como en la ansiedad, agresividad, dependencia y sociabilidad. Los rasgos de personalidad dominantes de las personas se pueden evidenciar al momento en el que la misma socializa con más personas en diferentes contextos de su entorno como, por ejemplo, en la escuela, en casa, en el trabajo, con sus amigos, con personas nuevas, etc.

Es por ello que me permito citar a (Morris, 2000, como se citó en Enriquez 2018) en donde los teóricos contemporáneos de los rasgos de la personalidad según los plantea Botwin, Buss y Goldberg, los han reducido a 5 dimensiones:

- a. Extroversión: calidez, sociabilidad, asertividad, actividad, emociones positivas
- b. Afabilidad: confianza, franqueza, altruismo, modestia, ternura.
- c. Escrupulosidad/Confiabilidad: competencia, orden, esfuerzo por alcanzar el logro, autodisciplina.
- d. Estabilidad Emocional: tranquilidad mental, ánimo equilibrado, control de emociones y acciones.
- e. Cultura: intelecto, apertura, fantasía, estética, acciones, ideales, valores. La quinta dimensión va a variar de acuerdo sea el lugar de procedencia del sujeto además la manera en que interiorice las reglas y normas presentes.

Es importante también destacar los diferentes rasgos existentes:

- ❖ Rasgos centrales: la confianza en uno mismo sería un rasgo central porque afecta a muchas conductas de manera penetrante. Las características que resumen la personalidad se denominan rasgos centrales. Por supuesto, los rasgos específicos variarán de una persona a otra. Una característica que es un rasgo central para una persona puede no ser siquiera relevante para otra. Por tanto, no es el rasgo de autoconfianza lo que lo hace central sino más bien el hecho de que muchas conductas son afectadas por él.
- ❖ Rasgos secundarios: Los rasgos secundarios describen formas en las que una persona es consistente, pero, a diferencia de un rasgo central, no afectan a tanto de lo que hace la persona. Los rasgos secundarios son menos llamativos, menos generalizados, menos consistentes y es menos común que entren en acción que los rasgos centrales.

- ❖ Rasgos cardinales: Un rasgo cardinal es tan penetrante que domina casi todo lo que hace una persona. Es el rasgo eminente, la pasión dominante, el sentimiento maestro o la raíz de una vida. La mayoría de la gente no tiene un solo rasgo tan altamente penetrante. Cuando lo tienen, el rasgo a menudo hace famoso a quien lo posee, un prototipo de una disposición a la que otros se pueden asemejar en menor grado (Allport, 1937, citado por Cloninger, 2003).

Por otro lado, tenemos otro autor que es Cattell, el cual utilizó el análisis factorial para describir los rasgos de una persona que se hacen aparentes con relativa facilidad, a los que denominó rasgos de superficie. También buscó a mayor profundidad rasgos ocultos, los cuales sentía que eran los determinantes subyacentes de la personalidad y a los que denominó rasgos de origen. (Cloninger, 2003, p. 237).

Siendo de esta forma que Cattell habla acerca de tres tipos de rasgos en los que se encuentran los de habilidad que son aquellos que determinan la eficacia y motivación con la cual el individuo realiza sus actividades que quiere lograr, así como también define el tipo de inteligencia del mismo, si es cristalizada o fluida, seguido a ello habla acerca de los rasgos de temperamento en donde se habla principalmente de la heredabilidad en el temperamento del individuo que en este caso determina el estilo general y tempo con el cual realiza las actividades normalmente, finalmente habla acerca de los rasgos dinámicos los cuales en cambio son de tipo motivacional, los cuales proporcionan la energía así como también la dirección para la acción y ejecución de sus actividades, dentro de este último tipo de rasgos se subdividen en dos que son, ergios y metaergios.

Finalmente, Cattell propuso un modelo denominado de los cinco grandes haciendo mención a que dentro de la personalidad existen 5 factores básicos los cuales son: extraversión, afabilidad, neuroticismo, apertura y rectitud.

4.1.1.6.Desarrollo De La Personalidad En Adolescentes.

El estudio de la personalidad cobra mayor relevancia en los adolescentes, si consideramos que en esta etapa la estructura de la personalidad se encuentra aun atravesando por el proceso de consolidación. Cuando se llega a esta consolidación se habrá obtenido cualidades como, por ejemplo, la extensión del sentido de sí mismo, interacción humana cálida, seguridad emocional (autoaceptación), percepción realista, destrezas, deberes, autoobjetivación: introspección, humor, además de filosofía unificante de la vida.

La adolescencia y sus experiencias, esta etapa entre la niñez y la adultez llamada por muchos “la edad difícil o de rebeldía” es un periodo natural de todo ser humano en donde requieren crecer, desarrollarse no solo física sino esencialmente en el aspecto psicológico y emocional; varios autores como Freud, Gessell y Bios en diferentes años enfatizan la trascendencia en los cambios psicológicos que se pueden producir durante esta etapa como lo es la adolescencia en donde se puede dar lo que es la modificación en la personalidad basada en aquellos sucesos que pudo haber vivenciado en la infancia lo cual de manera significativa puede llevar a encaminarla hacia encontrar su propia identidad.

Es por ello que dentro del desarrollo de la personalidad se encuentran varias etapas que el individuo va atravesando debido a que según Allport menciona que un recién nacido carece de personalidad, debido a que es nuevo aún en el mundo por lo cual no ha experimentado lo suficiente como atravesar los diferentes modos de ajuste y dominio para la formación y posterior consolidación de su personalidad, de modo que, se plantean las siguientes etapas:

- ❖ Sentido corporal.
- ❖ Autoidentidad.
- ❖ Valoración del yo.
- ❖ Extensión del yo.
- ❖ Autoimagen.
- ❖ Agente racional.
- ❖ Lucha apropiada.
- ❖ El que conoce.

Siendo de esta manera necesario conocer que, desde los primeros años de la infancia hasta su etapa final, nuestra personalidad y temperamento se consolidan a medida que adoptamos una forma de pensar, actuar y sentir más consistente.

4.1.1.7. Según American Psychological Asociación (1994) Los Trastornos De Personalidad Del DSM-IV Se Clasifican De La Siguiete Manera.

Un trastorno de la personalidad es un patrón permanente e inflexible de experiencia interna y de comportamiento que se aparta acusadamente de las expectativas de la cultura del sujeto, tiene su inicio en la adolescencia o principio de la edad adulta, es estable a lo largo del tiempo y comporta malestar o perjuicios para el sujeto.

4.1.1.7.1. Características Diagnósticas.

Los rasgos de personalidad son patrones persistentes de formas de percibir, relacionarse y pensar sobre el entorno y sobre uno mismo que se ponen de manifiesto en una amplia gama de contextos sociales y personales. Los rasgos de personalidad sólo constituyen trastornos de la personalidad cuando son inflexibles y desadaptativos y cuando causan un deterioro funcional significativo o un malestar subjetivo. La característica principal de un trastorno de la personalidad es un patrón permanente de experiencia interna y de comportamiento que se aparta acusadamente de las expectativas de la cultura del sujeto y que se manifiesta en al menos dos de las siguientes áreas: cognoscitiva, afectiva, de la actividad interpersonal o del control de los impulsos (Criterio A). Este patrón persistente es inflexible y se extiende a una amplia gama de situaciones personales y sociales (Criterio B) provoca malestar clínicamente significativo o deterioro social, laboral o de otras áreas importantes de la actividad del individuo (Criterio C). El patrón es estable y de larga duración y se puede descubrir que su inicio se remonta al menos a la adolescencia o al principio de la edad adulta (Criterio D). El patrón no es atribuible a una manifestación o una consecuencia de otro trastorno mental (Criterio E) y no es debido a los efectos fisiológicos directos de una sustancia (p. ej., una droga, una medicación o la exposición a un tóxico) ni a una enfermedad médica (p. ej., traumatismo craneal) (Criterio F).

También se proporcionan criterios diagnósticos específicos para cada uno de los trastornos de la personalidad incluidos en esta sección. Los ítems en cada grupo de criterios para cada uno de los trastornos de la personalidad específicos son enumerados en orden de importancia diagnóstica decreciente según los datos relevantes sobre eficiencia diagnóstica (cuando existen).

4.1.1.7.2. Procedimiento De Tipificación.

Los trastornos de la personalidad se codifican en el Eje II. Cuando (como suele ocurrir) el patrón de comportamiento de un individuo cumple los criterios para más de un trastorno de la personalidad, el clínico debe hacer constar todos los diagnósticos de los trastornos de la personalidad pertinentes por orden de importancia.

Cuando un trastorno del Eje I no es el diagnóstico principal o el motivo de consulta, se insta al clínico a que indique qué trastorno de la personalidad es el 646 Trastornos de la personalidad diagnóstico principal o el motivo de consulta, anotando entre paréntesis

«diagnóstico principal» o «motivo de consulta». En la mayoría de los casos el diagnóstico principal o el motivo de consulta también es el objeto principal de atención o de tratamiento.

El trastorno de la personalidad no especificado es el diagnóstico apropiado para los cuadros «mixtos», en los que no se cumplen los criterios para un trastorno de la personalidad en concreto, pero donde hay características de varios trastornos de la personalidad que comportan un deterioro clínicamente significativo. Los rasgos de personalidad desadaptativos específicos que no traspasan el umbral para algún trastorno de la personalidad también pueden anotarse en el Eje II. En estos casos no se debe utilizar un código específico; por ejemplo, el clínico puede registrar «Eje II: Z03.2 Sin diagnóstico en el Eje II, rasgos histriónicos de personalidad [V71.09]». El empleo de mecanismos de defensa concretos también se puede indicar en el Eje II. Por ejemplo, un clínico puede registrar «Eje II: F60.7 Trastorno de la personalidad por dependencia; utilización frecuente de la negación [301.6]».

Curso:

Las características de un trastorno de la personalidad suelen hacerse reconocibles durante la adolescencia o al principio de la edad adulta. Por definición, un trastorno de la personalidad es un patrón persistente de formas de pensar, sentir y comportarse que es relativamente estable a lo largo del tiempo. Algunos tipos de trastornos de la personalidad (especialmente los trastornos antisocial y límite de la personalidad) tienden a atenuarse o a remitir con la edad, lo que no parece ser el caso en algunos otros tipos (p. ej., trastornos obsesivo-compulsivo y esquizotípico de la personalidad).

Dentro de los trastornos de la personalidad que se encuentran dentro del DSM-IV son los siguientes:

❖ Trastorno Paranoide De La Personalidad.

La característica esencial del trastorno paranoide de la personalidad es un patrón de desconfianza y suspicacia general hacia los otros, de forma que las intenciones de éstos son interpretadas como maliciosas. Este patrón empieza al principio de la edad adulta y aparece en diversos contextos.

❖ Trastorno Esquizoide De La Personalidad.

La característica esencial del trastorno esquizoide de la personalidad es un patrón general de distanciamiento de las relaciones sociales y de restricción de la expresión emocional

en el plano interpersonal. Este patrón comienza al principio de la edad adulta y se da en diversos contextos.

❖ Trastorno Esquizotípico De La Personalidad.

La característica esencial del trastorno esquizotípico de la personalidad es un patrón general de déficit sociales e interpersonales caracterizados por un malestar agudo y una capacidad reducida para las relaciones personales, así como por distorsiones cognoscitivas o perceptivas y excentricidades del comportamiento. Este patrón comienza al inicio de la edad adulta y se observa en diversos contextos.

❖ Trastorno Antisocial De La Personalidad.

La característica esencial del trastorno antisocial de la personalidad es un patrón general de desprecio y violación de los derechos de los demás, que comienza en la infancia o el principio de la adolescencia y continúa en la edad adulta.

❖ Trastorno Límite De La Personalidad.

La característica esencial del trastorno límite de la personalidad es un patrón general de inestabilidad en las relaciones interpersonales, la autoimagen y la afectividad, y una notable impulsividad que comienza al principio de la edad adulta y se da en diversos contextos.

❖ Trastorno Histriónico De La Personalidad.

La característica esencial del trastorno histriónico de la personalidad es la emotividad generalizada y excesiva y el comportamiento de búsqueda de atención. Este patrón empieza al principio de la edad adulta y se da en diversos contextos.

❖ Trastorno Narcisista De La Personalidad.

La característica esencial del trastorno narcisista de la personalidad es un patrón general de grandiosidad, necesidad de admiración y falta de empatía que empieza al comienzo de la edad adulta y que se da en diversos contextos.

❖ Trastorno De La Personalidad Por Evitación.

La característica esencial del trastorno de la personalidad por evitación es un patrón general de inhibición social, unos sentimientos de inadecuación y una hipersensibilidad a la evaluación negativa que comienzan al principio de la edad adulta y que se dan en diversos contextos.

❖ Trastorno De La Personalidad Por Dependencia.

La característica esencial del trastorno de la personalidad por dependencia es una necesidad general y excesiva de que se ocupen de uno, que ocasiona un comportamiento de sumisión y adhesión y temores de separación. Este patrón empieza al principio de la edad adulta y se da en diversos contextos. Los comportamientos dependientes y sumisos están destinados a provocar atenciones y surgen de una percepción de uno mismo como incapaz de funcionar adecuadamente sin la ayuda de los demás.

❖ Trastorno Obsesivo-Compulsivo De La Personalidad.

La característica esencial del trastorno obsesivo-compulsivo de la personalidad es una preocupación por el orden, el perfeccionismo y el control mental e interpersonal, a expensas de la flexibilidad, la espontaneidad y la eficiencia. Este patrón empieza al principio de la edad adulta y se da en diversos contextos.

❖ Trastorno De La Personalidad No Especificado.

Es una categoría disponible para dos casos: 1) el patrón de personalidad del sujeto cumple el criterio general para un trastorno de la personalidad y hay características de varios trastornos de la personalidad diferentes, pero no se cumplen los criterios para ningún trastorno específico de la personalidad; o 2) el patrón de personalidad del sujeto cumple el criterio general para un trastorno de la personalidad, pero se considera que el individuo tiene un trastorno de la personalidad que no está incluido en la clasificación (p. ej., el trastorno pasivo-agresivo de la personalidad).

4.1.1.8. Instrumento De Evaluación.

Los instrumentos de evaluación que se vayan a utilizar durante cualquier estudio o investigación deben estar íntimamente ligados a la medición de la variable de la cual se pretende obtener resultados que ayuden de sobremanera a la resolución de la pregunta de investigación que se pretende resolver es por ello que dentro de las habilidades sociales y en relación a la población elegida de estudio se plantea el siguiente instrumento de evaluación:

- **IPDE:**

Es un instrumento de medida útil usado para identificar específicamente los rasgos de personalidad que tiene cada sujeto de estudio, el cual evalúa diferentes rasgos como, por ejemplo; paranoide, esquizoide, esquizotípico, histriónico, antisocial, narcisista, limite,

obsesivo compulsivo, dependencia y por evitación. El cual está compuesto por 77 ítems, el cual está abalado por la OMS, que va en un rango de edad desde los 15 años en adelante.

No evalúa otros trastornos que no sean de personalidad, ni otros rasgos asociados. La puntuación del IPDE está basada en el acuerdo de que una conducta o rasgo puede estar ausente o ser normal (0), exagerado o acentuado (1), y que sea patológico o cumpla el criterio (2). Varios ítems no son aplicables a algunos sujetos, y son puntuados NA (No Aplicable). La categoría de puntuación está reservada para ocasiones en las que el sujeto, a pesar de ser animado a ello, se niega a responder o dice que no sabe la respuesta. No se usa para indicar dudas por parte del examinador sobre la puntuación del ítem.

Mientras que, dentro de las normas de aplicación se menciona que su uso se puede realizar tanto individual como colectivamente, dentro de las normas de aplicación se debe usar un lenguaje claro para que la persona pueda entender correctamente y así mismo pueda responder de manera adecuada para una obtención de resultados muy buena. La validez y confiabilidad oscilan entre 0,70 y 0,96.

4.1.1.9. Tratamiento de los trastornos de la personalidad

4.1.1.9.1. *Tratamiento cognitivo conductual:*

La literatura que aborda los trastornos de la personalidad desde la posición cognitivo-conductual no es muy extensa y se ha centrado principalmente en la modificación de conductas problemáticas específicas. Técnicas como el entrenamiento en relajación, procedimientos que utilizan la imaginación, el modelado, la economía de fichas o el entrenamiento en habilidades sociales parecen haber resultado eficaces para el tratamiento de los trastornos de la personalidad (Piper y Joyce, 2001), aunque, en general, no se respira mucho optimismo a la hora de modificar estos patrones de comportamiento (Caballo, 1998; Echeburúa y De Corral, 1999). Sin embargo, este tipo de técnicas han abordado más bien síntomas concretos que comportamientos globales. La modificación de éstos requiere de programas más amplios y complejos, de los que las técnicas anteriores pueden ser componentes importantes.

Los objetivos generales de tratamiento de estos programas podrían especificarse en cuatro niveles (Sperry, 1999):

1º nivel: Disminuir los síntomas.

2º nivel: Modular la dimensión temperamental de la personalidad.

3º nivel: Reducir el deterioro en el funcionamiento social y laboral.

4º nivel: Modificar el carácter o los esquemas de la personalidad.

El autor señala que los niveles 2 y 4 implican modificación y no reestructuración radical y que la intervención en los niveles 1 y 3 es más fácil que en los otros dos. La modulación del temperamento (o normalización de la respuesta afectiva, cognitiva o conductual que es insuficiente o excesiva) tiene que producirse antes que la modificación de la estructura del carácter o los esquemas.

La psicoterapia cognitiva-conductual puede centrarse en situaciones o acontecimientos presentes que provocan la angustia, así como en experiencias negativas de la infancia. Por otro lado, la psicoterapia de grupo se emplea para reforzar la comprensión del paciente que no es único y analizar métodos alternativos para responder al estrés. Es por ello, que la psicoterapia de orientación también se emplea hacia la realidad y el psicoanálisis intensivo. Los pacientes con problemas de la personalidad pueden aprender a pensar sobre ellos mismos de una manera más realista y funcional (S. Rueda, 2021).

4.1.1.9.2. Tratamiento farmacológico:

Según Mayo clinic (2021) no existen medicamentos específicamente aprobados por la Administración de Alimentos y Medicamentos para tratar los trastornos de la personalidad. Sin embargo, existen distintos tipos de medicamentos psiquiátricos que pueden ayudar con varios síntomas del trastorno de la personalidad.

- Antidepresivos: Los antidepresivos pueden ser efectivos si te sientes depresivo, con ira, impulsivo, irritable o desesperanzado, lo que puede asociarse con los trastornos de la personalidad.
- Estabilizadores del estado de ánimo: Como su nombre lo sugiere, los estabilizadores del estado de ánimo pueden suavizar los cambios de humor o reducir la irritabilidad, la impulsividad y la agresión.
- Medicamentos antipsicóticos: Llamados también neurolepticos, pueden ser efectivos si tus síntomas incluyen perder el contacto con la realidad (psicosis) o en ciertos casos, si tienes problemas de ansiedad o ira.
- Ansiolíticos: Pueden ayudar si tienes ansiedad, nerviosismo o insomnio. Pero en algunos casos, pueden aumentar el comportamiento impulsivo, por lo que se evitan para ciertos tipos de trastornos de la personalidad.

4.2.Capitulo II

4.2.1. *Habilidades Sociales*

4.2.1.1.Definición De Habilidades Sociales.

Según Caballo (2005) las habilidades sociales son un conjunto de conductas que permiten al individuo desarrollarse ya sea en un contexto individual o interpersonal en donde puede expresar sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de un modo adecuado a la situación. Generalmente, posibilitan la resolución de problemas inmediatos y la disminución de problemas futuros en la medida que el individuo respeta las conductas de los otros.

De modo que resulta un poco complejo el hecho de delimitar un concepto único como tal acerca de las habilidades sociales, ya que la misma es multidimensional además que mantiene una estrecha relación con otros conceptos, es por ello que, Caballo en el año de 1993 resume algunos de los problemas que pudieran representarse al momento de una definición única del concepto, en donde se plantea tres tipos. En primera instancia tenemos que existe un sin número de investigaciones, así como publicaciones en las que se han empleado una gran variedad de términos para referirse a un mismo concepto, y muchísimo más hacia un término en particular el cual es “conducta asertiva”, mismo que más tarde fue modificado a “habilidades sociales”. Seguido a ello siempre se habla acerca de la individualidad de cada sujeto y de las formas de comportamiento que posee ante diversas situaciones, ya que se ve influenciado una vez más por diferentes factores, en este caso se ve influenciado por el marco cultural, que quiere decir que esto, quiere decir que en el sujeto tendrá particularidades de la cultura en la que se desarrolla, la cual está regida por normas únicas que el sujeto adopta como suyas para su convivencia. De modo en que dos personas pueden comportarse de un modo diferente, aunque se encuentren en una situación social, igual y a la vez actuarán de maneras diferentes ante el mismo suceso o circunstancia.

Finalmente, como último punto tenemos revisiones literarias que se hacen con frecuencia acerca de la temática, las cuales con el pasar del tiempo han podido evidenciar que definiciones en cuanto a habilidades sociales se han centrado más en las descripciones de las conductas que dan cuenta de esas capacidades o en las consecuencias que tiene la ejecución de dichos comportamientos.

4.2.1.2. Componentes De Las Habilidades Sociales.

4.2.1.2.1. Componente Conductual.

Dentro de este componente se menciona a la dimensión verbal, la cual está compuesta principalmente por las expresiones del habla, las cuales pueden llegar a fusionarse de tal modo que resulte en expresiones variadas correlativas a diferentes funciones, como son, preguntas, charlas, habla egocéntrica, comentarios, costumbres sociales, expresiones emocionales y mensajes implícitos, pero nace la gran duda de que es lo que sucede cuando estas se combinan, es muy sencillo, lo que sucede es que empezamos a conversar, y lo que implican por lo general estas conversaciones es llegar a realizar alguna acción, expresar sentimientos, pensamientos, emociones tanto positivas como negativas, afrontar críticas, hablar en público, conformando un conjunto de herramientas que llevarán a desarrollar elementos esenciales para una buena comunicación, que se va desarrollando a lo largo del desarrollo del individuo.

Siendo así también importante las expresiones no verbales, en donde a pesar de que no queramos comunicarnos se convierte en algo inevitable, ya que, los movimientos, expresiones faciales, mirada, sonrisas, apariencia personal, proxemia y postura corporal (por mencionar algunas) también emiten un mensaje.

4.2.1.2.2. Componente Cognitivo.

Knapp (1984) señaló diferentes modos de percepción de los ambientes de comunicación:

- ❖ Percepciones de formalidad: tienen una estructura más cerrada y las actuaciones son entonces limitadas, perdiéndose libertad y profundidad comunicativa.
- ❖ Percepciones de ambiente cálido: cuando el entorno que nos rodea es suave e invita a la tranquilidad y la relajación, está bien acondicionado y no produce incomodidades, promueve actos comunicativos más libres y cercanos.
- ❖ Percepciones de ambiente privado: alude a los espacios en los que podemos sentir mayor confianza porque no seremos interrumpidos, o escuchados por otras personas de manera libre. Esa confianza provoca mayor proximidad, profundidad en las conversaciones e incluso abordar temáticas que no atravesaríamos en menor privacidad.
- ❖ Percepciones de familiaridad: cuando el entorno nos es familiar, aunque pertenezca a alguna de las anteriores categorías como la formal, nos será más sencillo comunicarnos en cuanto que conoceremos mejor las pautas posiblemente adecuadas. Por el contrario, la

respuesta social se produce más lentamente y de manera más cauta cuando nos es extraño y desconocemos la conducta social pertinente en ese contexto.

- ❖ *Percepciones de restricción:* que pueden ser física o de carácter psicológico y que van a determinar el intercambio comunicativo.
- ❖ *Percepciones de la distancia:* también pueden ser físicas o psicológicas, y se relacionan fundamentalmente con la posibilidad de mantener el contacto ocular con la persona a la que nos dirigimos o se dirige hacia nosotros. Cuanto más cercana y cómplice es la relación, la distancia deja de obstaculizar el intercambio personal y viceversa. Los sentimientos de afecto, bienestar y amparo parecen correlacionarse con la cercanía. Cuando percibimos un espacio físico reducido en el que no hay intimidad (por ejemplo, un ascensor), estableceremos una distancia psicológica (por ejemplo, evitando el contacto visual).

4.2.1.2.3. Componente Fisiológico.

Son los menos utilizados en cuanto a las habilidades sociales, aquí se habla de los cambios que pueden producirse en el organismo del individuo debido a causas médicas, como por ejemplo, cuando nos sentimos cómodos en algún lugar específico con un grupo de personas que son desconocidas para nosotros se puede realizar una alteración a nivel de respiración, así como también de nuestra circulación, la frecuencia cardíaca, el flujo sanguíneo y la presión, midiendo así la relación interpersonal que posee el mismo.

4.2.1.3. Tipos De Habilidades Sociales.

4.2.1.3.1. Habilidades Sociales Básicas.

Las habilidades sociales como se conoce son un conjunto de destrezas y capacidades se suma importancia en cuanto al desarrollo de las relaciones interpersonales del sujeto, que permiten expresarnos de manera adecuada, dentro de ellas podemos encontrar las habilidades más básicas como, por ejemplo, el hecho de escuchar, iniciar una conversación, formular preguntas, dar las gracias, presentarse, realizar un cumplido, compartir su opinión con los demás, de modo en que cuando todo esto se integra se puede realizar un fortalecimiento adecuado de las mismas.

4.2.1.3.2. Habilidades Sociales Complejas.

Dentro de estas habilidades se encuentran ya algunas de las cuales se denominan complejas en donde se empiezan a elaborar conceptos un poco más elaborados, como por ejemplo el hecho de empatizar con alguien, inteligencia emocional, asertividad, capacidad de escucha, capacidad de comunicar sentimientos y emociones, capacidad de definir un problema

y evaluar soluciones, negociación, modulación de expresión emocional, capacidad de reconocer errores y así mismo disculparse, y finalmente, el reconocimiento y defensa de los derechos propios y de los demás.

Siendo de este modo que (Monjas, 2002, como se citó en Medina, 2021) describe la división de habilidades sociales en seis que se mencionan a continuación:

4.2.1.3.3. *Habilidades básicas de interacción social.*

Incluye habilidades y comportamientos básicos y esenciales para relacionarse en su entorno social diario, también son conocidas como habilidades de cortesía y protocolo social. Estas habilidades implican:

- Escuchar y comprender la plática de otras personas.
- Tomar la iniciativa para entablar una conversación.
- Identificar los intereses de otros y empatarlos con los propios intereses.
- Solicitar información específica para realizar alguna acción o tarea.
- Agradecer los favores recibidos.
- Tomar la iniciativa para conocer nuevas personas.
- Promover el establecimiento de vínculos entre personas.
- Expresar los propios gustos y preferencias.

4.2.1.3.4. *Habilidades para hacer amigos y amigas.*

Incluye habilidades necesarias para el inicio, desarrollo y mantenimiento de interacciones positivas y mutuamente satisfactorias con los iguales.

Estas habilidades incluyen:

- Pedir ayuda.
- Integrarse a un grupo.
- Explicar una tarea específica.
- Entender y seguir instrucciones.
- Pedir disculpas por los errores cometidos.
- Persuadir.

4.2.1.3.5. *Habilidades conversacionales.*

Son habilidades que permiten al niño iniciar, mantener y finalizar conversaciones con otras personas. Es el soporte fundamental de las interacciones con otras personas. Estas habilidades hacen referencia a lo siguiente:

- Manejo del aburrimiento.
- Identificación de las causas de un problema.
- Toma de decisiones realistas antes de iniciar una tarea.
- Determinación de la propia competencia para realizar una tarea.
- Identificación y búsqueda de información necesaria para una tarea.
- Priorización de problemas.

4.2.1.3.6. Habilidades relacionadas con las emociones y sentimientos.

Esta área podría llamarse también de autoexpresión, autoafirmación o asertividad. El manejo de estas habilidades hace posible que la persona:

- Comprenda y reconozca sus emociones.
- Exprese sus emociones.
- Comprenda las emociones de los demás.
- Comprenda el enfado de otras personas.
- Muestre interés o preocupación por otros.

4.2.1.3.7. Habilidades de solución de problemas interpersonales.

Incluyen las habilidades cognitivo-sociales necesarias para solucionar conflictos entre los niños y sus iguales. Estas capacidades implican: • Expresar su desacuerdo.

- Escuchar las críticas de otros y responderlas con imparcialidad.
- Halagar.
- Manejar la vergüenza y la timidez.
- Manejar el rechazo o el ser excluido.
- Expresar los propios sentimientos ante una injusticia.
- Analizar la propia posición y la de otro al tomar una decisión.
- Comprender los propios fracasos.
- Resolver confusiones generadas por un actuar incongruente.
- Comprender y manejar el ser acusado.
- Planificar una conversación problemática.
- Decidir qué hacer en una situación adversa.

4.2.1.3.8. *Habilidades para relacionarse con los adultos.*

Incluye comportamientos que permiten y facilitan la relación adecuada y positiva del niño o joven con los adultos. Comprenden lo siguiente:

- Capacidad para solicitar permiso a la persona indicada.
- Disposición a compartir.
- Disposición a ayudar.
- Capacidad para conciliar.
- Capacidad de autocontrol.
- Capacidad para defender los propios derechos.

A continuación, se describen las habilidades sociales que Monjas en el 2002 menciona en su libro (PEHIS) que corresponden a cada una de las áreas descritas anteriormente.

- ❖ **Sonreír y reír:** En algunas ocasiones, las interacciones con los demás van acompañadas de risas y sonrisas. La sonrisa generalmente significa aceptación, aprobación, agradecimiento, agrado y gusto.
- ❖ **Saludar:** Los saludos son conductas verbales y no-verbales que suelen ocurrir antes de la interacción, indican que el niño reconoce, acepta y muestra una actitud positiva hacia la persona a la que saluda. Estas habilidades también incluyen la despedida.
- ❖ **Presentaciones:** Las presentaciones son conductas que usamos a menudo cuando interactuamos con otras personas. Cumple la función de darse a conocer o hacer que se conozcan otras personas entre sí. Estas conductas son muy importantes porque promueven el inicio de nuevas relaciones.
- ❖ **Favores:** Los favores se consideran en los aspectos duales de pedir y hacer un favor. De esta forma, pedir un favor significa solicitar a una persona que haga algo por ti o para ti. Mientras que hacer un favor, implica hacer a otra persona algo que nos ha pedido.
- ❖ **Cortesía y amabilidad:** Implica un conjunto de conductas muy diversas que las personas utilizamos, o debemos utilizar, cuando interactuamos con otras personas para construir una relación cordial, agradable y amable. Entre ellas están decir gracias, decir lo siento, pedir perdón, disculparse, decir por favor y pedir permiso.
- ❖ **Reforzar a los otros:** Significa decir o hacer algo agradable a los demás. Supone hacer cumplidos o alabanzas a alguien, referente a su aspecto, algún comentario que haya hecho o logro obtenido. Estas habilidades también incluyen recibir alabanzas y cumplidos.

- ❖ **Iniciaciones sociales:** Son un conjunto de conductas y habilidades necesarias para comenzar a interactuar con los demás. Significa empezar a relacionarse con otras personas a través del juego, la actividad o una conversación. Estas habilidades incluyen también, la respuesta a las iniciaciones que otros te hacen.
- ❖ **Unirse al juego con otros:** Supone entrar en un juego o grupo de trabajo que están llevando otras personas. En la edad escolar, la principal forma de interacción con los iguales es el juego.
- ❖ **La ayuda:** Se considera desde dos aspectos, pedir y prestar ayuda. Pedir ayuda significa solicitar a alguien que haga algo por ti ya que tú no puedes hacerlo solo. Prestar ayuda supone hacer algo a otra persona porque no puede hacerlo y nos pide directamente que lo ayudemos o, nosotros observamos que necesita ayuda.
- ❖ **Cooperar y compartir:** Cooperar supone la interacción de los niños en una actividad que implica reciprocidad de conductas (motoras o verbales), intercambio en el control de la relación (unas veces dirijo yo y otras la otra persona) y facilitación de la tarea o actividad. Son ejemplo de conductas de cooperación: ofrecer y aceptar sugerencias e ideas para la actividad, respetar los turnos, dar y recibir información, hacer las actividades asignadas y participar con disposición. Compartir incluye ofrecer o dar un objeto a otra persona, usar cordialmente un objeto, prestar lo propio y pedir prestado de otros.
- ❖ **Iniciar una conversación:** Significa encontrar a alguien y empezar un intercambio verbal con el/ella. Esta habilidad incluye también la respuesta cuando otra persona quiere iniciar una conversación con nosotros.
- ❖ **Mantener conversaciones:** Significa hablar con los demás por un tiempo y hacerlo de una manera agradable para los interlocutores. La conversación con otros requiere habilidades complejas como: escucha activa, hacer preguntas, responder preguntas, cambiar de tema, tomar y ceder la palabra o turnos en la conversación.

4.2.1.4.Regulación emocional.

(Gratz., Lejuez, & Gunderson, 2006, como se menciona en Hervás. y Moral, 2018) se habla acerca de que los déficits en regulación emocional han mostrado su presencia en un amplio abanico de trastornos mentales como depresión, ansiedad, abuso de sustancias, trastornos de la conducta alimentaria, TDAH, y trastorno límite de la personalidad.

Es decir, de modo mucho más general, la existencia de déficits en habilidades de regulación emocional (percibir, entender, y aceptar las emociones negativas), tiene un efecto perjudicial en el ajuste emocional de las personas, provocando alteraciones en el

comportamiento, así como una respuesta evitativa ante las emociones negativas entre otros muchos problemas (Berking, 2007).

La regulación emocional se refiere a “aquellos procesos por los cuales las personas ejercemos una influencia sobre las emociones que tenemos, sobre cuándo las tenemos, y sobre cómo las experimentamos y las expresamos” (Gross, 1999, p. 275). Otros autores definen la regulación emocional como “los procesos externos e internos responsables de monitorizar, evaluar y modificar nuestras reacciones emocionales para cumplir nuestras metas” (Thompson 1994, p. 27-28). Esta última definición añade algo esencial, y es que las personas activan procesos de regulación emocional en base a una necesidad o una meta, ya sea ésta consciente o inconsciente. En muchas ocasiones la meta es reducir un estado afectivo negativo porque se ha vuelto muy intenso o muy duradero, pero pueden existir otras metas. De hecho, en algunos casos la meta puede ser reducir un estado emocional positivo, por ejemplo, porque no encaja en una situación social determinada (i.e., un funeral).

Stanton, Kirk, Cameron y Danoff-Burg (2000) consideraron que este concepto podría ser más elaborado. En sus estudios argumentaron que el “afrontamiento emocional”, es decir, la capacidad de hacer frente a las emociones de gran intensidad de un modo saludable o adaptativo, es un tipo de estrategia que se asocia con un mejor ajuste psicológico. Estos autores identificaron dos mecanismos diferentes de afrontamiento emocional:

La “expresión emocional”, en la cual el individuo trata activamente de expresar su experiencia emocional ante los demás tanto de modo verbal como no verbal (Stanton et al., 2002). Por ejemplo, una persona con alta capacidad de expresión emocional sería aquella que ante una experiencia emocional intensa es capaz de expresar verbalmente su vivencia emocional, por ejemplo, con palabras como “me siento avergonzado y fracasado, estoy deprimido, me siento culpable, etc.” y/o se permite expresar sus emociones a través de conductas que reflejan dicha emoción, como por ejemplo llorar abiertamente.

El “procesamiento emocional”, en el cual cada persona trata activamente de conocer y entender las propias emociones y sus significados. Por ejemplo, una persona con alta capacidad de procesamiento emocional sería aquella que ante una experiencia emocional intensa es capaz de hacer un ejercicio de análisis de uno mismo que le permita, no sólo identificar de forma correcta y precisa la emoción percibida, sino además entender por qué ha aparecido esta emoción y cuál es el significado que tiene para sí mismo. Retomando el ejemplo anterior, ante

el fallecimiento de una persona próxima la experiencia emocional esperable es de profundo malestar subjetivo.

Una persona con alta capacidad de procesamiento emocional es capaz de prestar atención a este malestar para, realizando un esfuerzo, identificarlo, analizarlo y etiquetarlo con la emoción correspondiente, como por ejemplo tristeza, desasosiego. Identificar y etiquetar la emoción le permitirá de un modo más adaptativo entender el significado de esta emoción (aceptar el hecho de que algo o alguien que era importante en nuestra vida ya no está y no puedo hacer nada por evitarlo).

De este modo Martínez (1997) menciona que este procesamiento emocional es beneficioso ante cualquier emoción que la persona pueda tener, en concreto plantea seis procesos para que se pueda dar el cumplimiento del mismo:

- Apertura emocional.
- Atención emocional.
- Aceptación emocional.
- Etiquetado emocional.
- Análisis emocional.
- Modulación emocional.

4.2.1.5. Características de las habilidades sociales.

Según Aguirre Iñiguez (2019) en su investigación cita a Rodríguez, Hernández, Santos mencionando algunas de las características fundamentales de habilidades sociales:

- Son conductas manifiestas; es decir, son un conjunto de estrategias y capacidades de actuación aprendidas y que se manifiestan en situaciones de relaciones interpersonales, incluyendo comportamientos verbales y no verbales, específicos y discretos.
- Están dirigidas a la obtención de reforzamientos sociales tanto externos como internos o personales (auto refuerzo y autoestima).
- Implican una interacción recíproca.
- Están determinadas por el contexto social, cultural y la situación concreta y específica en que tiene lugar.

- Como todo tipo de conducta, se encuentran muy influenciadas por las ideas, creencias y valores respecto de la situación y de la actuación propia de los demás.

4.2.1.6. Modelos Clásicos.

4.2.1.6.1. Teoría de los roles.

Establecida por en principio por Thibaut y Kelly, revisado en Del Prete y Del Prete (2002), en donde lo que busca establecer es que las habilidades sociales dependen de la capacidad que tiene el individuo para percibir, entender, descifrar y responder a los estímulos sociales en general; de este modo se dará una aceptación del rol del otro y una comprensión de los elementos simbólicos asociados, así como de las reacciones verbales y no verbales que este pueda identificar en sus pares (Hidalgo & Abarca; 1992; Del Prete & Del Prete, 2002).

4.2.1.6.2. Modelo de Percepción Social.

Argyle (1978), plantea este modelo, en donde argumenta que las habilidades sociales surgen a partir de la habilidad del individuo, para percibir y decodificar el ambiente social, él lo expresa en términos de habilidad de leer el contexto social, en donde el sujeto discrimina cual y como debe ser su propio comportamiento verbal o no verbal y si este debe ocurrir o no.

4.2.1.6.3. Modelo Psicosocial Básico De Las Habilidades Sociales De Argyle Y Kendom.

De acuerdo con Tortosa (2018) Este modelo surge bajo el paradigma del procesamiento de la información, que hacía una analogía entre el ser humano y las máquinas.

Precisamente, para explicar la habilidad social y las relaciones sociales en general estos autores utilizan una analogía de la interacción humana con los circuitos cerrados, que incluyen una serie de procesos de percepción, análisis y retroalimentación. De entre los que podemos destacar las siguientes fases:

- a) Delimitación de fines u objetivos.
- b) Percepción de las señales sociales.
- c) Dotar de significado las señales.
- d) Planificar la actuación.
- e) Actuación o conducta.

f) Feedback y corrección sobre la propia actuación.

g) Sincronía de respuestas.

Estas fases mencionadas con anterioridad funcionan de manera conjunta de modo en que si alguna de ellas llegara a fallar afectaría de una u otra manera a la otra que es consecuente, produciendo que alguna falla significativa en el proceso. Lo que de otra manera vendría a ser el resultado de un déficit en las habilidades sociales del sujeto. Tal y como sucedería en un circuito.

4.2.1.6.4. Modelo De McFall.

Según lo citado en el trabajo de Tortosa (2018) Este autor se basa en tres habilidades, las cuales se desarrollan en tres fases sucesivas:

a) Habilidades de descodificación: Encargadas de recibir, percibir e interpretar la información entrante.

b) Habilidades de decisión: Encargadas de Indagar la respuesta, comprobarla, escogerla, buscarla en el repertorio y evaluar su utilidad.

c) Habilidades de codificación: Encargadas de la ejecución y autoobservación.

4.2.1.7.Desarrollo De Las Habilidades Sociales.

4.2.1.7.1. Adquisición y desarrollo de habilidades sociales.

Según Aguirre, (2018) en su investigación cita a Gonzales el cual manifiesta la importancia de la infancia en la vida del ser humano como podemos comprobar, las definiciones actuales de habilidades sociales tienen elementos en común; por lo que puede decirse que las características fundamentales de estos comportamientos sociales se aprenden y se van desarrollando a lo largo de la vida, es entendida como un proceso mediante el cual el ser humano a lo largo de su vida va integrando una serie de pautas de comportamientos, valores, normas, creencias, actitudes y rutinas inmerso en su contexto social y cultural bajo la influencia de experiencias de agentes sociales significativos. Las habilidades sociales se aprenden, al igual que otras conductas, a través de los siguientes mecanismos expuesto por Serrano (2010):

- ❖ Aprensizaje por experiencia directa: Se da por las consecuencias de nuestros actos en el entorno.

- ❖ Aprendizaje por observación: Son conductas de relación como resultado de la exposición ante modelos significativos, también es importante tener en cuenta la gran influencia de los modelos simbólicos, como, la televisión, etc.
- ❖ Aprendizaje verbal o instruccional: Niñas y niños aprenden a través del lenguaje oral, con preguntas, instrucciones, incitaciones, explicaciones o sugerencias verbales.
- ❖ Aprendizaje por feedback interpersonal: Consiste en la información por medio de la cual la persona con la que se interactúa comunica su reacción ante nuestra conducta.

4.2.1.8. Habilidades sociales en la adolescencia.

Generalmente el adolescente se esfuerza y lucha para alcanzar sus objetivos, siendo esta una etapa de la vida del ser humano que es de suma importancia es responsable de sus acciones y emociones, demostrando fidelidad a sus convicciones, a través de una conducta activa. En otras palabras, las habilidades sociales son una herramienta básica para la interacción social de los adolescentes, quienes buscan obtener seguridad en sus relaciones sociales, y en el momento de fomentar buenas relaciones interpersonales en el área familiar, social, y cultural, en todas las etapas evolutivas del ser humano.

De acuerdo con León Rubio y Medina Anzano (1998) no se descarta la posición de que los déficits en las habilidades sociales pueden ser tanto una causa, efecto o concurrentes en la aparición de un trastorno psicológicos.

Las habilidades sociales en la adolescencia son primordiales para expresar adecuadamente las emociones verbales y no verbales, teniendo en cuenta las consecuencias en los sentimientos de las otras personas, para obtener metas, realizar los sueños, deseos, experimentar potencialmente actitudes positivas y disminuir los sentimientos negativos que puedan perjudicar la convivencia armónica, además de las relaciones conflictivas con las personas. (Gutiérrez Carmona & Expósito López, 2015). Es importante fortalecer las habilidades sociales en esta etapa de vida, en donde se busca interactuar en forma efectiva con sus pares, amistades, pareja e involucrarse en diversos grupos (Zegarra & Cuba, 2017).

Todas las etapas del desarrollo del ser humano son importantes, porque por cada una de ellas el individuo va adquiriendo aprendizajes que luego le servirán como herramientas para afrontar las situaciones desconocidas que estarán próximas a llegar durante su vida, es de este modo que se conoce a las habilidades sociales como un conjunto de hábitos que pueden irse fortaleciendo de a poco los cuales nos permiten mejorar nuestras relaciones interpersonales, obtener lo que deseamos, sentirnos realizados, más cómodos

con nosotros mismos y sobre todo, permiten al ser humano creer en sí mismo, por ello se deben potenciar desde una edad temprana.

4.2.1.9. Instrumento De Evaluación:

Los instrumentos de evaluación que se vayan a utilizar durante cualquier estudio o investigación deben estar íntimamente ligados a la medición de la variable de la cual se pretende obtener resultados que ayuden de sobremanera a la resolución de la pregunta de investigación que se pretende resolver es por ello que dentro de las habilidades sociales y en relación a la población elegida de estudio se plantea el siguiente instrumento de evaluación:

4.2.1.9.1. Escala de habilidades sociales (EHS):

Es un instrumento de medida útil usado para identificar específicamente el déficit que puede presentar el individuo en cuanto a diferentes áreas. El cual está compuesto por 33 ítems en donde se puede encontrar que la gran parte de sus ítems específicamente 28 de estos se encuentran relacionados al sentido de la falta de aserción o el déficit de habilidades sociales mientras que los 5 ítems restantes en cambio se encuentran redactados en sentido positivo. Consta de 4 alternativas en donde encontramos:

- A. = No me identifico, en la mayoría de las veces no me ocurre o no lo haría.
- B. = No tiene que ver conmigo, aunque alguna vez me ocurra.
- C. = Me describe aproximadamente, aunque no siempre actúe así o me sienta así
- D. = Muy de acuerdo, me sentiría así o actuaría así en la mayoría de los casos.

Mientras que, dentro de las normas de aplicación se menciona que su uso se puede realizar tanto individual como colectivamente, dentro de las normas de aplicación se debe usar un lenguaje claro para que la persona pueda entender correctamente y así mismo pueda responder de manera adecuada para una obtención de resultados muy buena. La validez y confiabilidad muestran una consistencia interna alta de 0.88 la cual se considera elevada.

4.2.1.10. Técnicas Para La Intervención En Habilidades Sociales.

Dentro del amplio mundo de las intervenciones terapéuticas se debe tener en cuenta aquellas que se adapten mejor al paciente en cuanto a la situación por la cual está atravesando debido a que, las intervenciones, en sus distintas modalidades, son la forma en la que el psicoterapeuta procede y acciona en su intercambio con el paciente dentro del tratamiento. Siendo así instrumentos esenciales del proceso terapéutico, herramientas que se constituyen en agentes de cambio (Stordeur y Vernengo, 2019).

4.2.1.10.1. El Juego De Roles.

Es una técnica creada por J. L. Moreno. El mismo autor también creó el psicodrama y el sociodrama. En el juego de roles las personas que participan en esta técnica "actúan" como si fuera un escenario, pero ni el argumento ni las interpretaciones están previamente escritos. Las personas que intervienen interactúan libremente en un contexto y situación determinada previamente desarrollando y adecuando su papel en función del rol que desarrollan los otros. Así pues, el juego de roles es una técnica ideal para "representar" una situación grupal y social determinada, un marco de referencia común para que los participantes inicien una discusión determinada. El juego de rol, de la misma manera que los roles que interpretamos en nuestra cotidianidad, se convierten en una técnica potente para desarrollar procesos de socialización y de adaptación de nuestras interacciones diarias (Vivas,2020).

4.2.1.10.2. Entrenamiento En Solución De Problemas.

Según el modelo de D´Zurilla y Goldfried (1971) se menciona que tiene como objetivo el ayudar a solucionar problemas, a tomar decisiones y decisiones acertadas. De modo que se debe mantener presente el punto clave que es definir en qué consiste un problema; un problema aparece cuando no se dispone de forma inmediata de una respuesta eficaz para afrontar la situación. Esto implica que ninguna situación es problemática en sí misma, sino que el verdadero problema es la falta de una respuesta apropiada; la solución está en proveer a la persona de una estrategia o técnica que le señale la forma de enfocar y buscar soluciones válidas.

Proceso de resolución de problemas:

❖ Orientación del problema:

- El problema no es la situación, el problema es la falta de conductas mías.
- Percibir el problema.
- Valorar las causas y la importancia del problema.
- Saber de cuánto tiempo y esfuerzo disponemos.

❖ Definición y formulación del problema:

- Definir el problema en términos objetivos y solucionables.
- ¿Qué sucede que me molesta?
- Buscar información relevante y objetiva.
- Comprender el conflicto.

- Establecer metas realistas.
- Revalorar el problema en este momento.
- ❖ ***Propuestas de alternativas:***
 - Principio de cantidad: la cantidad genera calidad.
 - Principio de dilación de juicio: no valorar las consecuencias, en principio todas las alternativas pueden ser válidas.
 - Principio de variedad: proponer soluciones diferentes y combinarlas.
- ❖ ***Toma de decisiones:***
 - Anticipar las consecuencias positivas y negativas de cada alternativa.
 - Comparar unas alternativas con otras según las consecuencias.
 - Preparar un plan de acción.
- ❖ ***Llevar el plan a la práctica y comprobar los resultados:***
 - Poner el plan en práctica.
 - Autoobservación.
 - Autoevaluación.
 - Autorrefuerzo si los resultados son satisfactorios y nuevo análisis del proceso o de la puesta en práctica si son insatisfactorios.

4.2.1.10.3. Reestructuración cognitiva.

(García, 2017 citado en Albán, 2018) menciona que el objetivo que persigue esta técnica es modificar el modo en el que interpretamos nuestras experiencias, los pensamientos negativos que surgen automáticamente y las valoraciones subjetivas que nos provocan malestar. La reestructuración cognitiva es una técnica psicológica que se enmarca dentro de la orientación cognitivo-conductual. Esta orientación ha demostrado ser una de las intervenciones más eficaces a la hora de tratar ansiedad, depresión, problemas de conducta y otros muchos trastornos.

El modelo cognitivo en que se basa la RC ha sido denominado modelo A-B-C por algunos autores (p.ej., Ellis, 1979a). Las tres letras se refieren a lo siguiente:

A se refiere a una situación, suceso o experiencia activadora de la vida real. Por ejemplo, ser criticado por una persona muy querida o fracasar en una tarea importante tal como el tratamiento del primer paciente.

B se refiere a las cogniciones apropiadas o inapropiadas del cliente acerca de A. Estas cogniciones pueden ser conscientes o no. La palabra cogniciones puede hacer referencia tanto al contenido de la cognición como a los procesos cognitivos. Entre estos últimos se incluyen la percepción, atención, memoria (retención, recuperación), razonamiento e interpretación. Los supuestos y creencias que tiene una persona facilitan la ocurrencia de ciertos sesgos y errores en el procesamiento de la información tales como atención selectiva (p.ej., atender sólo a los fallos que uno comete), memoria selectiva (p.ej., recordar sólo las cosas negativas), sobregeneralización (p.ej., creer que tras un fracaso no se tendrá éxito con los pacientes posteriores) o pensamiento dicotómico (p.ej., pensar que la gente es buena o mala).

Dentro del contenido, se han distinguido los siguientes tipos de cogniciones (Beck, 2005; Beck y Emery con Greenberg, 1985; Edelman, 1992; Rouf et al., 2004):

Productos cognitivos: Son los pensamientos concretos que aparecen en situaciones externas o ante eventos internos en forma de autoverbalizaciones o imágenes y, que muchas veces, son automáticos e involuntarios. Son el resultado de la interacción entre los supuestos y creencias cognitivos (véase más abajo), los procesos cognitivos y los elementos situacionales. Son el tipo de cogniciones de más fácil acceso. Ejemplos serían el paciente agorafóbico que piensa que va tener un infarto cuando nota su corazón acelerado o el terapeuta que piensa algo de lo siguiente tras el fracaso en el tratamiento del primer paciente: “tengo que averiguar qué falló, para tomar las medidas oportunas” o bien “está claro que no valgo para terapeuta”.

-Supuestos: Son creencias condicionales que suelen expresarse como proposiciones del tipo si-entonces; p.ej., “si cuento cosas de mí mismo, se aprovecharán de mí”, “si intento cosas difíciles, seré incapaz de hacerlas”, “si cometo un error, significa que soy un incompetente”, “me pondré rojo y todo el mundo se reirá de mí”. Estos supuestos también pueden manifestarse a través de normas (p.ej., “no debo revelar muchas cosas de mí mismo”, “debo evitar cosas que sean muy complicadas”) y actitudes (“es terrible cometer un error”). Los supuestos condicionales están a medio camino entre los productos cognitivos y las creencias nucleares. Estas normas y actitudes están relacionadas con o derivan de presunciones condicionales. Así, la norma “no debo revelar muchas cosas de mí mismo” puede estar asociada a “si revelo cosas de mí mismo, la gente me hará daño”; y la actitud “es terrible cometer un error” puede derivarse de la presunción “si cometo un error, pensarán que soy un incompetente”.

-Creencias nucleares: Se trata de creencias incondicionales, duraderas y globales sobre uno mismo (p.ej., “soy vulnerable”, “soy incapaz”, “soy inferior”, “normalmente puedo

manejar las dificultades”), los otros (p.ej., “la gente te manipula si puede”, “la gente es buena en el fondo, aunque a veces se equivoque”) y el mundo (p.ej., “el mundo es peligroso”). Representan el nivel cognitivo más profundo.

C se refiere a las consecuencias emocionales, conductuales y físicas de B. Por ejemplo, sentir miedo, temblar y salir corriendo al interpretar de modo amenazante la aparición de un perro que se aproxima ladrando. O bien sentirse triste y abatido al tomarse como un rechazo personal la no aceptación de una propuesta de cita. Emociones, conducta y reacciones físicas se influyen recíprocamente y contribuyen a mantener las cogniciones. Tal como se acaba de explicar, en el modelo A-B-C las cogniciones siempre preceden a la emoción. Sin embargo, la emoción puede existir por unos momentos sin cogniciones previas como cuando sentimos miedo o ira de repente al ver respectivamente como un coche ha estado a punto de atropellarnos o una persona nos ha dado un fuerte golpe. De todos modos, se piensa que las cogniciones son necesarias para el mantenimiento de la emoción. Si esto es así o bien las cogniciones simplemente potencian una emoción que tiene también otros factores que la influyen, es algo que está por dilucidar.

4.2.1.10.4. Estrategias de regulación emocional.

Estas pueden ir desde técnicas básicas como el uso de la respiración profunda como herramienta de relajación y calma hasta técnicas más complejas como sería la meditación. De modo que Davis, Mckay y Eshelman (2009) proponen técnicas de autocontrol emocional como son la relajación progresiva, la respiración y el entrenamiento asertivo:

-Respiración: El primer ejercicio se realiza con la posición de cuerpo muerto de manera relajada. El primer paso es observar la parte del cuerpo que se mueve al respirar. En el caso de que fuese el tórax, significaría que no se están ventilando totalmente los pulmones. Acto seguido, se colocarían las manos en el abdomen prestando atención al movimiento que realiza mientras respiramos. Se deberá proseguir con el ejercicio hasta que tórax y abdomen sigan el mismo movimiento. En el caso de la relajación mediante suspiro, se trata de suspirar profundamente emitiendo un sonido de desahogo, repitiendo el proceso entre ocho y doce veces. El objetivo de esta técnica es liberar o disminuir el estrés por la cual pueda estar pasando una persona, apaciguando los estados emocionales y regulando la ansiedad. La respiración bien hecha es la encargada de oxigenar y purificar la sangre y cuando esta es insuficientemente oxigenada contribuye a empeorar los estados de ansiedad, depresión y fatiga. Esta técnica permite una rápida reducción de la actividad fisiológica y es posible aplicarla en diversos

contextos, permitiéndonos conectar mucho mejor con nosotros mismos y con nuestras necesidades vitales (Rodríguez et al., 2005).

-Entrenamiento asertivo: el entrenamiento asertivo facilita una mayor relajación en las relaciones interpersonales siendo de utilidad también en el tratamiento de la depresión. En primer lugar, se debe identificar el estilo de la conducta interpersonal, pudiendo ser agresivo, pasivo o asertivo (aquel que defiende sus propios derechos y opiniones sin manipulación y con respeto hacia los demás). Tras eso, se debe identificar aquellas situaciones en las que uno desea ser más asertivo y describirlas detalladamente (implicados, cuándo se dan, preocupaciones, miedos, sentimientos y pensamientos de las situaciones, afrontamiento de las mismas y objetivos). Una vez detallada la situación-problema, se realiza una guía para afrontarla de manera asertiva: a) expresión cuidadosa de los propios derechos, intereses, sentimientos y pensamientos; b) concretar cuando y donde tendrá lugar la conversación; c) detallar al máximo la situación; d) realizar los mensajes en primera persona uniendo el sentimiento a la conducta, por ejemplo: ‘Me siento triste cuando...’; e) concretar el objetivo de la conversación, y f) mantener una actitud de cooperación para alcanzar el objetivo propuesto. Con la guía realizada, se deberá adoptar un lenguaje corporal asertivo y practicar técnicas para evitar la manipulación.

4.2.1.10.5. Psicoeducación.

Esta técnica tiene como objetivo el proporcionar al paciente y a sus familiares información específica acerca de su enfermedad, tratamiento y pronóstico, basados en evidencia científica actual en torno al abordaje de la patología. La psicoeducación también busca tratar temas sobre situaciones cotidianas de la vida de la persona que suelen volverse complejas por el desconocimiento, siendo esta técnica una herramienta de cambio que involucra procesos cognitivos, biológicos y sociales particulares de cada persona para lograr la autonomía y con ello mejorar la calidad de vida (Godoy et al., 2020).

4.2.1.10.6. Técnicas asertivas.

(Rodríguez, 2015 como se citó en Aguilar, 2021) expone una clasificación de técnicas que se suelen dar utilidad por muchos profesionales de la educación y la siguiente lista de técnicas busca, ayudar a optimizar tiempo, potenciar las habilidades sociales que los participantes posean y mejorar las relaciones con los demás.

5. Metodología

5.1. Enfoque Y Diseño De La Investigación

El tipo de diseño de la presente investigación según el grado de manipulación de variables fue de carácter no experimental, esto debido a que a diferencia del modelo de investigación de carácter experimental las variables que han sido seleccionadas en el presente estudio no son manipuladas. Del mismo modo cabe señalar que el estudio es de corte transversal debido a que, se toma a una población en un momento determinado para evaluar la presencia de la asociación que puede existir entre las variables de estudio. Además, fue de enfoque cuantitativo puesto que con ello se propone evaluar, ponderar e interpretar información obtenida a través de recursos que se utilizarán, en este caso, los reactivos psicológicos.

Finalmente, el estudio estuvo enmarcado en la investigación de campo debido a que recopila los datos de las muestras que por lo general se buscan en el lugar donde se desarrolla el fenómeno de estudio.

5.1.1. Tipo De Investigación

La investigación es de tipo correlacional esto debido a que el propósito principal del estudio es evaluar la posible relación que pudiese existir entre los rasgos de personalidad y las habilidades sociales de los adolescentes de una unidad educativa de la ciudad de Loja.

5.2. Área De Estudio

El presente estudio se llevó a cabo en una Unidad Educativa De La Ciudad De Loja, que se encuentra ubicada en las calles Adolfo Valarezo y Carlos Román esquina, en el barrio Sevilla de Oro de la parroquia Sucre perteneciente al cantón Loja de la provincia de Loja.

La Unidad Educativa “Adolfo Valarezo” se proyecta a formar personas autónomas, competentes e integras con procesos de investigación y con una motivación permanente en un contexto de inclusión educativa, enmarcada en la calidad hacia la excelencia y fundamentada en el Proyecto Educativo Institucional con visión nacional e internacional.

Dentro de la misión la Unidad Educativa “Adolfo Valarezo” se encuentra el liderar el quehacer educativo y propiciar una formación integral en los estudiantes desde el nivel inicial hasta bachillerato general unificado en ciencias, inspirados en principios y valores universales, orientados por docentes comprometidos con el cambio institucional, a través de los procesos educativos innovadores para enfrentar y resolver retos del mundo globalizado, con oportunidades de insertarse en el campo laboral o continuar sus estudios superiores a nivel local, nacional e internacional.

5.2.1. Población

La población de estudio estuvo constituida por 138 estudiantes de primero de bachillerato que de la unidad educativa “Adolfo Valarezo”.

5.2.2. Muestra

Para la ejecución del presente proyecto de investigación y de acuerdo a la naturaleza del mismo, se tomó en cuenta una muestra de 68 personas, las cuales se encontraron cursando el primer año de bachillerato. La selección de participantes fue de tipo probabilística, ya que todos tuvieron la misma oportunidad de ser seleccionados para participar en el estudio. Cabe mencionar que dentro de la muestra se tomaron en cuenta los criterios de inclusión y exclusión.

5.3. Criterios De Inclusión

Se incluyó aquellos participantes que se encontraron cursando el primer año de bachillerato en la unidad educativa Adolfo Valarezo, los cuales estuvieron en el período de adolescencia media que fue desde los 14 hasta los 17 años de edad, los mismos que debieron realizar su participación de manera voluntaria, y adicional debían contar con un consentimiento informado debidamente autorizado por sus representantes legales para la participación de la presente investigación.

5.4. Criterios De Exclusión

Se excluyó a aquellos participantes que no contaron con los dos parámetros antes establecidos los cuales son; que no se encontraron interesados en participar en la investigación de manera voluntaria, la edad solicitada, que no asistieron el día de aplicación, que no contestaron los reactivos psicológicos o que los llenaron parcialmente, que no hayan contado con el consentimiento informado debidamente autorizado por sus representantes legales y por último aquellas personas que presentaban discapacidad intelectual.

5.5. Test E Instrumentos De Recolección De Datos

- **Encuestas:**

El cuestionario se utilizó como método para la toma y recolección de datos. Según Ñaupas et al., (2018) el cuestionario es un método organizado a través de una serie de preguntas íntimamente relacionadas con las variables de investigación que tiene como objetivo recopilar la información necesaria para permitir, a través de otros procedimientos, el sustento e interpretación de dichas variables

- **International Personality Disorder Examination (IPDE):** Se aplicó con la finalidad de conocer los rasgos de personalidad predominantes en los adolescentes tomados como población.

Autores: Loranger, A., Sartorius, N., Dreoli, A., Bergel, P

Características básicas: Es una entrevista semiestructurada cuyo propósito es identificar rasgos y conductas relevantes para la evaluación de los criterios diagnósticos de los distintos trastornos de la personalidad según criterios DSM-IV y/o CIE-10.

Año de publicación: 1996

Tipo de instrumento: Cuestionario.

Edades de aplicación: A partir de los 15 años. No es apropiada para pacientes muy agitados o con depresión grave, psicosis, retraso mental o deterioro cognitivo importante.

Administración: Auto administrada o administración durante la entrevista personal.

Duración: 30 minutos.

Material: Cuestionario, esfero, manual.

Confiabilidad y validez:

Establecer la validez de una entrevista clínica semiestructurada ha demostrado ser una tarea complicada, por la ausencia de un "patrón oro" aceptable. El uso del acuerdo clínico como estándar es problemático si no disponemos de información acerca de la fiabilidad y validez de los propios clínicos. La ventaja de las entrevistas semiestructuradas, como el IPDE, es que poseen una cierta validez procesal, que hace que sus conclusiones sean más fácilmente exportables, y menos susceptibles de sesgos institucionales y regionales. En teoría, proporcionan a los clínicos e investigadores un método más uniforme para la identificación de casos, y facilitan, por lo tanto, la comparación y replicación de hallazgos. Esta era la opinión de la mayoría de los clínicos que participaron en el ensayo de campo, es decir, que el IPDE era un método útil y válido para evaluar trastornos de personalidad con fines de investigación.

Los índices de fiabilidad y estabilidad son similares a los obtenidos para otros instrumentos que se emplean en el diagnóstico de trastornos por abuso de sustancias, trastornos de ansiedad, trastornos del estado de ánimo y psicosis. Los Kappa para los trastornos de

personalidad esquizotípica, personalidad compulsiva, histriónica, límite y antisocial oscilas entre 0,70 y 0,96.

Validez: Método útil y válido para evaluar trastornos de personalidad con fines de investigación (Loranger. A. 1995, p.28).

Dimensiones que evalúa: El Examen Internacional de Trastornos de la Personalidad (IPDE) es una entrevista clínica semiestructurada desarrollada y diseñada para evaluar los trastornos de personalidad según los sistemas de clasificación CIE-10 y DSM-IV.

- Trastorno paranoide de la personalidad.
- Trastorno esquizoide de la personalidad.
- Trastorno esquizotípico de la personalidad.
- Trastorno antisocial de la personalidad.
- Trastorno límite de la personalidad.
- Trastorno histriónico de la personalidad.
- Trastorno narcisista de la personalidad.
- Trastorno de la personalidad por evitación.
- Trastorno de la personalidad por dependencia.
- Trastorno obsesivo compulsivo de la personalidad.
- Trastorno de la personalidad no especificado.

Según Loranger (1994) el IPDE se encuentra enfocado en “seis áreas de la vida del paciente que son; trabajo, yo, relaciones interpersonales, afectos, prueba de realidad y control de impulsos” (p, 215-224).

- **Escala de Habilidades Sociales:**

Se aplicará para medir las habilidades sociales que han adquirido con el pasar del tiempo los participantes. Según Gismero. G. 2002 (p. 9-52):

Autor: Elena Gismero Gonzales.

Características básicas: El EHS en su versión definitiva está compuesto por 33 ítems, 28 de los cuales están redactados en el sentido de falta de aserción o déficit en habilidades sociales y 5 de ellos en el sentido positivo. Consta de 4 alternativas de respuesta, desde No me identifico en absoluto y me sentiría o actuaría así en la mayoría de los casos. A mayor puntaje

global el sujeto expresa más habilidades sociales y capacidades de aserción en distintos contextos.

Año de publicación: 2006

Tipo de instrumento: Cuestionario.

Edades de aplicación: Adolescentes y adultos.

Administración: Se leen y explican las instrucciones tal como aparecen en la hoja de respuestas, hasta que sean claramente comprendidas por todos, indicando que no existen respuestas correctas o incorrectas en la prueba, sino que lo importante es que respondan con toda tranquilidad y sinceridad. Se aplica toda la escala, su administración puede ser individual o colectiva.

Duración: 15 minutos.

Material: Cuestionario, esfero, manual.

Confiabilidad y validez:

Tiene validez de constructo, es decir que el significado atribuido al constructo medido (habilidades sociales o asertividad) es correcto. Tiene validez de contenido, pues su formulación se ajusta a lo que comúnmente se entiende por conducta asertiva.

Existe, asimismo, validez del instrumento, es decir que se valida toda la escala, el constructo que expresan todos los ítems en su conjunto, a través de la confirmación experimental del significado del constructo tal como lo mide el instrumento, y de los análisis correlacionales que verifican tanto la validez convergente (por ejemplo, entre asertividad y autonomía) como la divergente (por ejemplo, entre asertividad y agresividad). La muestra empleada para el análisis correlacional fue una llevada a cabo con 770 adultos y 1015 jóvenes, respectivamente. Todos los índices de correlación superan los factores encontrados en el análisis factorial de los elementos en la población general, según Gismero (por ejemplo, 0,74 entre los adultos y 0,70 entre los jóvenes en el Factor).

Mientras que en cuanto a la confiabilidad la EHS de Gismero muestra una consistencia interna alta, como se expresa en su coeficiente de confiabilidad $\alpha = 0,88$, el cual se considera elevado, pues supone que el 88% de la varianza de los totales se debe a lo que los ítems tienen en común, o a lo que tienen de relacionado, de discriminación conjunta (habilidades sociales o asertividad).

Dimensiones que evalúa:

- Autoexpresión de situaciones sociales.
- Defensa de los prototipos derechos como consumidor.
- Expresión de enfado o disconformidad.
- Decir no y cortar interacciones.
- Hacer peticiones.
- Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto.

Consideraciones Éticas

En el desarrollo de la presente investigación se respetó rigurosamente la voluntariedad de los participantes al momento de colaborar en el estudio, se consideró el retiro voluntario del estudio si el participante así lo deseó, se mantuvo el compromiso de la integridad de los participantes al momento de la aplicación de los instrumentos de evaluación, además se garantizó la no discriminación de la población participante considerando su género, orientación sexual, nacionalidad, raza o etnia, por su condición socioeconómica, etc., y finalmente se informó del total anonimato de los participantes sin que sea expuesta de manera pública su información personal.

5.6.Consentimiento Informado

Se utilizó un documento en cual se brindaron las especificaciones del estudio, en el cual se mencionaron todos y cada uno de los puntos que se mencionaron con anterioridad dentro de las consideraciones éticas. El mismo tuvo que ser presentado de manera obligatoria para con ello garantizar las políticas que se usaron durante el desarrollo del presente estudio, el cual funcionó como una invitación directa voluntaria dirigida hacia los representantes de los participantes, en donde se busca respetar los puntos establecidos dentro del mismo.

5.7.Procedimiento Por Objetivos

La investigación inició con la búsqueda de información bibliográfica acerca de los posibles temas de interés para llevarse a cabo, una vez elegidas las variables de la temática se determinó el título de la investigación, la población y el lugar en el que se desarrolló, seguido de ello, se realizó el respectivo acercamiento hacia las autoridades responsables de la “Unidad Educativa Adolfo Valarezo” con el fin de sondear para comprobar si existía la apertura necesaria para realizar la investigación. Posterior a ello se presentó un oficio formal en donde constó lo que se iba a realizar detalladamente con la población, además del beneficio que le traerá a la institución como tal el presente estudio. Una vez obtenida la autorización de las

autoridades correspondientes (Anexo1), se procedió a realizar el proyecto de investigación de la siguiente manera, mediante fases:

Fase 1: Visita a la Unidad Educativa “Adolfo Valarezo” con la finalidad de realizar un primer acercamiento con la población seleccionada en donde se dio a conocer los horarios estipulados en donde se puso en conocimiento los días, fechas y horas en las cuales se llevaría cabo la aplicación de los reactivos psicológicos adecuados para las variables a estudiar, para ello se entregó un consentimiento informado (Anexo 3) a cada uno de los participantes para contar con la autorización de sus debidos representantes.

Fase 2: Aplicación de los reactivos psicológicos en donde se evaluó los rasgos de personalidad correspondientes en los estudiantes de la Unidad Educativa seleccionada, así como también se aplicó la escala de habilidades sociales para medir las mismas, posterior a ello, se procedió a la tabulación de la información y análisis de datos, como primer paso se ingresó los datos recolectados en una matriz en el programa de Excel y posteriormente los mismos se procesaron a través del programa Paquete Estadístico para las Ciencias Sociales (SPSS) y el método estadístico de correlación de Spearman.

Fase 3: Una vez obtenidos los resultados en función a la tabulación se llevó a cabo la elaboración de tablas que cumplan con los objetivos planteados en cuanto al presente estudio permitiendo así la elaboración de un plan de diseño para intervención psicológica para la población de la Unidad Educativa en la cual se aplicaron los reactivos psicológicos.

6. Resultados

6.1. Objetivo Específico 1

- ❖ Evaluar los rasgos de personalidad de los adolescentes de primer año de bachillerato mediante el reactivo psicológico IPDE.

Tabla 1 Interpretación de Rasgos de Personalidad aplicada en adolescentes escolarizados

	Frecuencia	Porcentaje
Antisocial	0	0,0
Evitación	1	1,5
Narcisista	3	4,4
Dependencia	4	5,9
Obsesivo compulsivo	6	8,8
Paranoide	8	11,8
Histriónico	9	13,2
Esquizotípico	10	14,7
Esquizoide	12	17,6
Límite	15	22,1
Total	68	100,0

Análisis e interpretación de los resultados:

La tabla 1 nos muestra tanto la frecuencia como el porcentaje de rasgos de personalidad que presentaron los adolescentes a quienes se les aplicó el reactivo psicológico IPDE, en donde se evidencia con claridad que el rasgo de personalidad de evitación el cual está representado por una persona representa al 1,5 %, el rasgo narcisista lo precede con un total de 3 personas representando el 4,4 %, el rasgo de personalidad de dependencia con un total de 4 personas que representa al 5,9 %, el rasgo de personalidad obsesivo – compulsivo con un total de 6 personas representa un total del 8,8 %, el rasgo de personalidad paranoide con un total de 8 personas representa el 11,8 % el rasgo de personalidad histriónico con un total de 9 personas representa el 13,2 %, el rasgo de personalidad esquizotípico con un total de 10 personas representa el 14,7 %, el rasgo de personalidad esquizoide con un total de 12 personas representa el 17,6 %, el rasgo de personalidad límite con un total de 15 personas representa el 22,1 % en donde finalmente queda demostrado que ninguno de los participantes ha mostrado tener un rasgo de

personalidad antisocial representando este un 0 %, por cuanto queda demostrado el porcentaje total del 100%.

6.2. Objetivo Específico 2

- ❖ Medir las habilidades sociales de los adolescentes de primer año de bachillerato en base a la Escala de Habilidades Sociales.

Tabla 2. *Interpretación de Escala de Habilidades Sociales aplicada en adolescentes escolarizados*

	Frecuencia	Porcentaje
Nivel bajo de habilidades sociales	0	0,0
Nivel medio de habilidades sociales	22	32,4
Nivel alto de habilidades sociales	46	67,6
Total	68	100,0

Análisis e interpretación de resultados:

En la tabla 2 se muestra el nivel de habilidades sociales de los participantes de la presente investigación en donde podemos encontrar que, existe un nivel de habilidades alto debido a que, un total de 46 de los 68 participantes ha puntuado dentro del mismo equivalente al 67,6 %, mientras que, por otro lado, tenemos un total de 22 participantes que reflejan un nivel medio de habilidades sociales el cual es equivalente a 32,4 % del total del 100 %. Por cuanto, queda demostrado que, no existió ningún participante que haya puntuado un nivel bajo de habilidades sociales.

6.3. Objetivo General

- ❖ Determinar la influencia entre los rasgos de personalidad y las habilidades sociales que poseen los adolescentes que cursan el primer año de bachillerato en la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, período 2022.

Tabla 3 Tabla cruzada de Interpretación de Rasgos de Personalidad e Interpretación de Escala de Habilidades Sociales

			Interpretación de Rasgos de Personalidad										
			Antisocial	Paranoide	Esquizoide	Esquizotípico	Histriónico	Narcisista	Límite	Obsesivo compulsivo	Dependencia	Evitación	Total
Nivel bajo de habilidades sociales	Recuento		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	% de interpretación de EHS		0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%
	% de interpretación de Rasgos de Personalidad		0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%
Interpretación EHS	Recuento		0	2	3	1	3	0	7	3	2	1	22
	% dentro de Interpretación EHS		0,0%	9,1%	13,6%	4,5%	13,6%	0,0%	31,8%	13,6%	9,1%	4,5%	100,0%
	% dentro de Interpretación de Rasgos de Personalidad		0,0%	25,0%	25,0%	10,0%	33,3%	0,0%	46,7%	50,0%	50,0%	100,0%	32,4%

Nivel alto de habilidades sociales	Recuento	0	6	9	9	6	3	8	3	2	0	46
	% dentro de Interpretación EHS	0,0%	13,0%	19,6%	19,6%	13,0%	6,5%	17,4%	6,5%	4,3%	0,0%	100,0%
	% dentro de Interpretación de Rasgos de Personalidad	0,0%	75,0%	75,0%	90,0%	66,7%	100,0%	53,3%	50,0%	50,0%	0,0%	67,6%
Total	Recuento	0	8	12	10	9	3	15	6	4	1	68
	% dentro de Interpretación EHS	0,0%	11,8%	17,6%	14,7%	13,2%	4,4%	22,1%	8,8%	5,9%	1,5%	100,0%
	% dentro de Interpretación de Rasgos de Personalidad	0,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Análisis e interpretación de resultados:

En la tabla 3 se muestran los resultados que se obtuvieron al relacionar los rasgos de personalidad y las habilidades sociales que presentan los participantes dentro del presente estudio obteniendo como resultado lo siguiente:

En cuanto al nivel bajo de habilidades sociales ningún rasgo de personalidad entra en este, por cuanto queda demostrada la inexistencia de habilidades sociales bajas dentro del estudio.

Dentro del nivel medio de habilidades sociales se encuentra el rasgo de personalidad paranoide con un total de 2 participantes lo cual representa al 9,1 % dentro del total de las habilidades sociales y representan un 25,0 % dentro de los rasgos de personalidad, seguido se muestra en la tabla al rasgo esquizoide con 3 participantes lo cual representa un 13,6 % dentro del total de las habilidades sociales y un 25,0 % dentro de los rasgos de personalidad, el rasgo esquizotípico con un total de 1 persona lo cual dentro del total de las habilidades sociales representa un 4,5 % y un 10,0 % dentro de los rasgos de personalidad, el rasgo histriónico con un total de 3 personas representa un 13,6 % dentro del total de habilidades sociales y un 33,3 % dentro del total de los rasgos de personalidad, el rasgo narcisista con un total de 0 participantes demuestra un 0% dentro del total de habilidades sociales así como de rasgos de personalidad, posterior a este se muestra el rasgo de personalidad límite el cual está representado por el 31,8 % dentro del total de habilidades sociales y el 46,7 % del total de rasgos de personalidad, el rasgo obsesivo-compulsivo con un total de 3 personas representa el 13,6 % del total dentro de las habilidades sociales y el 50,0 % dentro de los rasgos de personalidad, el rasgo de dependencia con un total de 2 personas representa el 9,1 % del total de habilidades sociales y el 50,0 % del total de rasgos de personalidad, finalmente se puede evidenciar que el rasgo de personalidad de evitación con un total de 1 persona lo cual dentro del total las habilidades sociales representa el 100% y dentro del total de rasgos de personalidad también representa el 100 %.

Quedando por fuera el rasgo de personalidad antisocial en cuanto al nivel medio de habilidades sociales. Mientras que por otro lado, dentro del nivel de habilidades sociales altas podemos evidenciar que con un total de 6 personas se encuentra representado el rasgo paranoide que equivale al 13,0 % dentro del total de habilidades sociales y al 75,0 % dentro del total de los rasgos de personalidad, seguido a ello se encuentra el rasgo esquizoide representado por un total de 9 personas que es equivalente al 19,6% del total de habilidades

sociales, y al 75,0 % dentro de los rasgos de personalidad, el rasgo esquizotípico con un total de 9 participantes representa el 19,6 % del total de habilidades sociales y el 90,0 % del total de los rasgos de personalidad, el rasgo histriónico con un total de 6 personas representa el 13,0 % del total de habilidades sociales y el 66,7 % del total de los rasgos de personalidad, el rasgo narcisista con un total de 3 personas representa el 6,5 % del total de habilidades sociales y el 100,0 % del total de los rasgos de personalidad, el rasgo límite con un total de 8 personas representa el 17,4 % del total de las habilidades sociales y el 53,3 %, el rasgo obsesivo-compulsivo con un total de 3 personas representa el 6,5 % del total de las habilidades sociales y el 50,0 %, el rasgo de dependencia con un total de 2 personas representa el 4,3 % del total de las habilidades sociales y el 50,0 % del total de los rasgos de personalidad, el rasgo de evitación con un total de 0 personas queda por fuera del nivel alto de habilidades sociales al igual que el rasgo de personalidad antisocial.

Es por ello que, se puede determinar en base a los resultados, que pese a la variabilidad que tienen los rasgos de personalidad dentro de las habilidades sociales tienen poca influencia, aunque cada uno de ellos tenga sus propias características específicas, queda demostrado que existen otros elementos que desencadenan buenas habilidades sociales en los adolescentes de la unidad educativa estudiada.

6.4. Objetivo Específico 3.

- ❖ Diseño de un plan de intervención de Rasgos de personalidad y habilidades sociales para adolescentes de una Unidad Educativa de la ciudad de Loja

6.4.1. Título del programa de promoción

PROGRAMA DE PROMOCIÓN PSICOLÓGICA DE FORTALECIMIENTO DE HABILIDADES SOCIALES: POTENCIÁNDOME A MÍ MISMO.

6.4.2. Presentación

El presente programa de promoción es elaborado con la finalidad de fortalecer las habilidades sociales de los adolescentes de la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, esto debido a que en esta etapa se pueden evidenciar un sinnúmero de cambios significativos dentro de su desarrollo en cuanto a las áreas en donde se desenvuelven es por ello que toma significativa relevancia el hecho de saber reconocer cuales son las habilidades sociales que poseen y de qué manera se pueden potenciar de modo que se saque el mayor provecho de ellas.

Desde los primeros años del desarrollo del ser humano se habla de la adquisición de las habilidades sociales que mantienen los mismos, tomando en consideración la perspectiva de algunos autores de que somos una esponja o una tabula rasa que va escribiendo dentro de ella y haciendo suyos esos conocimientos que vivenciamos a través de las experiencias se puede visualizar que existen personas que tienen más sentuadas estas habilidades sociales que forman parte de los factores de protección individuales que tiene la persona, así también existen personas que tienen niveles un poco más bajos de ellas.

Dentro de la adquisición de las mismas se pueden vincular con un sinnumero de variables, esto, debido a que este hecho no es unidireccional, sino multidireccional, apuntando hacia varios factores, sin embargo, en el presente estudio nos hemos centrado de qué manera los rasgos de personalidad pueden influir en estas.

Es por ello, que tomando en consideración el papel importante que juega en la vida del ser humano las habilidades sociales se ha elaborado el presente programa de promoción, mismo que cuenta con 6 sesiones en las cuales se abordarán las dimensiones propuestas por Elena Gimero Gonzales.

6.4.3. Objetivo General

- Brindar información acerca de las cuales son las habilidades sociales que posee el ser humano, con la finalidad de aumentar saberes mediante la psicoeducación, y de este modo otorgar estrategias que ayuden de manera significativa a la potenciación de las mismas, con la finalidad de mejorar el uso de estas.

6.4.4. Objetivos Específicos

- Socializar la definición e importancia de las habilidades sociales básicas y complejas descatacando las ventajas de las mismas para facilitar positiva con los participantes.
- Conocer la capacidad de autoexpresión que poseen los adolescentes y aportar estrategias para fortalecerlas.
- Enfatizar en la importancia de la escucha activa dentro de la resolución de conflictos.
- Promover las habilidades de interacción social de los participantes mediante técnicas que demuestren la función del asertividad.
- Ejecutar una reevaluación breve sobre los aprendizajes adquiridos y aplicación del reactivo psicológico de escala de habilidades sociales.

6.4.5. Metodología

La metodología que se utilizará es de manera participativa de modo que se pueda evidenciar la interacción de los participantes, lo cual se realizará mediante dinámicas de ambientación, exposición de contenidos, trabajo colaborativo, resolución de dudas o inquietudes, además de realizarse una retroalimentación de aprendizajes obtenidos y material didáctico. Así mismo, se ha considerado conveniente el hecho de desarrollar 4 talleres con diversas actividades a realizar en donde se estima un tiempo aproximado de 60-90 minutos para cada uno de ellos, dando cumplimiento a todos y cada uno de los objetivos específicos ya planteados con anterioridad. Cada una de las actividades que se plantean se encuentran basadas en la información pertinente, esto hará que los participantes incrementen sus conocimientos con respecto al tema.

Taller 1: Descubriendo mis habilidades sociales

Objetivo.

- Socializar la definición e importancia de las habilidades sociales básicas y complejas destacando las ventajas de las mismas para facilitar positiva con los participantes.

Participantes: 25

Duración: 60 – 90 minutos.

Estrategias y materiales a utilizar:

- Dinámica.
- Lluvia de ideas.
- Psicoeducación mediante exposición de contenidos básicos con respecto al tema.

-Habilidades sociales básicas.

-Habilidades sociales complejas.

-Componentes de las habilidades sociales.

- Retroalimentación mediante un ruedo de preguntas.
- Computadora.
- Proyector.
- Ovillo de lana.
- Materiales de oficina.

Procedimiento:

Actividad 1.

En el primer encuentro se realizará la presentación del programa en donde se expondrá la duración estimada que se prevee para el mismo, así como también, se establecerá compromisos con los participantes para seguido dar inicio al taller.

✓ Dinámica de la telaraña:

La persona encarga del manejo del primer taller organiza a los estudiantes en forma de círculo. El objetivo de la presente dinámica es la presentación e integración de los participantes. Para su desarrollo los presentes se colocan de pie y se le entregará a uno de ellos el ovillo de

lana, esta persona tiene que decir su nombre, afición, interés de su participación, etc. Después, éste toma la punta del cordel y lanza la bola a otro compañero al azar, quien a su vez debe hacer lo mismo que hizo la persona anterior. La acción se repite hasta que todos los participantes quedan enlazados en una especie de telaraña. Una vez que todos se han presentado, quien se quedó con la bola debe regresarla al que se la envió repitiendo los datos por su compañero. Este a su vez, hace lo mismo de tal forma que la bola va recorriendo la misma trayectoria, pero en sentido inverso hasta regresar al compañero que la lanzó inicialmente. Hay que advertir a los participantes, la importancia de estar atentos a la presentación de cada uno, pues no se sabe a quién va a lanzarse la bola y posteriormente deberá repetir los datos del lanzador.

Actividad 2.

✓ *Lluvia de ideas.*

El ponente que dirige el taller usará una lluvia de ideas para conocer cuáles son los saberes que poseen los participantes en cuanto a las habilidades sociales, de modo en que elija personas al azar una vez más para realizar preguntas básicas acerca de ¿Qué conocen de las habilidades sociales? ¿Cuáles creen que son las habilidades sociales? ¿Conoce cuáles son sus habilidades sociales? ¿Ha escuchado antes acerca de este tema? El propósito de esta actividad es el crear un espacio interactivo en donde se pueda reconocer las falencias y aciertos con la finalidad de reforzar esos conocimientos en los participantes, así como también se puede compartir conocimientos que tenga la una persona con las demás.

Actividad 3.

✓ *Psicoeducación.*

Una vez presentadas las actividades anteriores el ponente procederá a impartir el tema a tratar.

Contenido teórico:

- ¿Qué son las habilidades sociales?
- Tipos de habilidades sociales.
- Componentes de las habilidades sociales.

Desarrollo de la temática:

¿Qué son las habilidades sociales?

Según Caballo (2005) las habilidades sociales son un conjunto de conductas que permiten al individuo desarrollarse ya sea en un contexto individual o interpersonal en donde puede expresar sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de un modo adecuado a la situación. Generalmente, posibilitan la resolución de problemas inmediatos y la disminución de problemas futuros en la medida que el individuo respeta las conductas de los otros. (pág.28)

Caballero, Contini, Lacunza, Mejail & Coronel (2018), refieren que las habilidades sociales son comportamientos sociales que favorecen relaciones positivas con los demás. (pág. 28).

Tipos de habilidades sociales:

- Habilidades Sociales Básicas

Las habilidades sociales como se conoce son un conjunto de destrezas y capacidades se suma importancia en cuanto al desarrollo de las relaciones interpersonales del sujeto, que permiten expresarnos de manera adecuada, dentro de ellas podemos encontrar las habilidades más básicas como, por ejemplo, el hecho de escuchar, iniciar una conversación, formular preguntas, dar las gracias, presentarse, realizar un cumplido, compartir su opinión con los demás, de modo en que cuando todo esto se integra se puede realizar un fortalecimiento adecuado de las mismas.

- Habilidades Sociales Complejas

Dentro de estas habilidades se encuentran ya algunas de las cuales se denominan complejas en donde se empiezan a elaborar conceptos un poco más elaborados, como por ejemplo el hecho de empatizar con alguien, inteligencia emocional, asertividad, capacidad de escucha, capacidad de comunicar sentimientos y emociones, capacidad de definir un problema y evaluar soluciones, negociación, modulación de expresión emocional, capacidad de reconocer errores y así mismo disculparse, y finalmente, el reconocimiento y defensa de los derechos propios y de los demás.

Componentes de las habilidades sociales:

- Componente Conductual

Dentro de este componente se menciona a la dimensión verbal, la cual está compuesta principalmente por las expresiones del habla, las cuales pueden llegar a fusionarse de tal modo que resulte en expresiones variadas correlativas a diferentes funciones, como son, preguntas,

charlas, habla egocéntrica, comentarios, costumbres sociales, expresiones emocionales y mensajes implícitos, pero nace la gran duda de que es lo que sucede cuando estas se combinan, es muy sencillo, lo que sucede es que empezamos a conversar, y lo que implican por lo general estas conversaciones es llegar a realizar alguna acción, expresar sentimientos, pensamientos, emociones tanto positivas como negativas, afrontar críticas, hablar en público, conformando un conjunto de herramientas que llevarán a desarrollar elementos esenciales para una buena comunicación, que se va desarrollando a lo largo del desarrollo del individuo.

Siendo así también importante las expresiones no verbales, en donde a pesar de que no queramos comunicarnos se convierte en algo inevitable, ya que, los movimientos, expresiones faciales, mirada, sonrisas, apariencia personal, proxemia y postura corporal (por mencionar algunas) también emiten un mensaje.

- Componente Cognitivo

Knapp (1984) señaló diferentes modos de percepción de los ambientes de comunicación:

- ❖ *Percepciones de formalidad*: tienen una estructura más cerrada y las actuaciones son entonces limitadas, perdiéndose libertad y profundidad comunicativa.
- ❖ *Percepciones de ambiente cálido*: cuando el entorno que nos rodea es suave e invita a la tranquilidad y la relajación, está bien acondicionado y no produce incomodidades, promueve actos comunicativos más libres y cercanos.
- ❖ *Percepciones de ambiente privado*: alude a los espacios en los que podemos sentir mayor confianza porque no seremos interrumpidos, o escuchados por otras personas de manera libre. Esa confianza provoca mayor proximidad, profundidad en las conversaciones e incluso abordar temáticas que no atravesaríamos en menor privacidad.
- ❖ *Percepciones de familiaridad*: cuando el entorno nos es familiar, aunque pertenezca a alguna de las anteriores categorías como la formal, nos será más sencillo comunicarnos en cuanto que conoceremos mejor las pautas posiblemente adecuadas. Por el contrario, la respuesta social se produce más lentamente y de manera más cauta cuando nos es extraño y desconocemos la conducta social pertinente en ese contexto.
- ❖ *Percepciones de restricción*: que pueden ser física o de carácter psicológico y que van a determinar el intercambio comunicativo.
- ❖ *Percepciones de la distancia*: también pueden ser físicas o psicológicas, y se relacionan fundamentalmente con la posibilidad de mantener el contacto ocular con la persona a la

que nos dirigimos o se dirige hacia nosotros. Cuanto más cercana y cómplice es la relación, la distancia deja de obstaculizar el intercambio personal y viceversa. Los sentimientos de afecto, bienestar y amparo parecen correlacionarse con la cercanía. Cuando percibimos un espacio físico reducido en el que no hay intimidad (por ejemplo, un ascensor), estableceremos una distancia psicológica (por ejemplo, evitando el contacto visual).

- Componente Fisiológico.

Son los menos utilizados en cuanto a las habilidades sociales, aquí se habla de los cambios que pueden producirse en el organismo del individuo debido a causas médicas, como por ejemplo, cuando nos sentimos cómodos en algún lugar específico con un grupo de personas que son desconocidas para nosotros se puede realizar una alteración a nivel de respiración, así como también de nuestra circulación, la frecuencia cardíaca, el flujo sanguíneo y la presión, midiendo así la relación interpersonal que posee el mismo.

Actividad 4.

Dentro de esta actividad se produce el cierre del primer taller en donde se realiza una retroalimentación mediante la dinámica de la lana, como los participantes están ubicados de manera estratégica en círculo van a ir pasándose la lana, de modo que la primera persona tome el inicio de la lana y comparta con los demás participantes “¿Qué se lleva del día de hoy con respecto al tema hablado?” “¿Qué cosas considera que aprendió del taller?” “¿De qué manera considera que le ayudó el taller? y así sucesivamente se irá pasando la lana sin soltar su parte para que al final puedan relacionar el tamaño de la lana con el aprendizaje adquirido el día de hoy. Esta dinámica permitirá que los asistentes realicen reflexiones y preguntas sobre la temática tratada.

ACTIVIDAD	OBJETIVO	TÉCNICAS A UTILIZAR	DESCRIPCIÓN	RECURSOS	RESPONSABLE
Descubriendo mis habilidades sociales	Socializar la definición e importancia de las habilidades sociales básicas y complejas destacando las ventajas de las mismas para facilitar positiva con los participantes.	<ul style="list-style-type: none"> • Dinámica de integración. • Lluvia de ideas. • Psicoeducación. • Retroalimentación. 	<ul style="list-style-type: none"> • Bienvenida. • Dinámica de integración “La telaraña” <p>-Se pasará un ovillo de lana a cualquier participante al azar y deberá decir su nombre, afición, interés de su participación. Sin soltar la punta del ovillo se pasa a otro participante al azar y así sucesivamente.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de ideas para conocer los saberes que poseen los participantes respecto al tema • Explicación de los conceptos de habilidades sociales, tipos y ventajas. • Retroalimentación. • Cierre. 	<ul style="list-style-type: none"> • Computadora. • Proyector. • Ovillo de lana. • Materiales de oficina. 	<ul style="list-style-type: none"> • Psicóloga clínica. • Estudiantes.

Taller 2: Aprendiendo de mis emociones

Objetivo.

- Conocer la capacidad de autoexpresión que poseen los adolescentes y aportar estrategias para fortalecerlas.

Participantes: 25

Duración: 60 – 90 minutos.

Estrategias y materiales a utilizar:

- Dinámica de ambientación y motivación.
- Psicoeducación mediante exposición de contenidos básicos con respecto a:
 - Las habilidades relacionadas con las emociones y sentimientos.
 - Regulación emocional.
- Reforzamiento mediante la técnica de expresión denominada “Miedos en el sombrero”.
- Actividad de cierre.
- Computadora.
- Proyector.
- Esferos.
- Recuadros de papel con cualidades
- Hojas de papel en blanco.
- Sombrero.

Procedimiento:

El taller se llevará a cabo en 4 actividades en las cuales se priorizará la participación activa tanto de los participantes como de la persona que dirige el presente taller, con la finalidad de hacer resonar entre los participantes las actividades que se detallarán a continuación:

Actividad 1.

- ✓ Dinámica del juego de las cualidades.

La persona encargada del manejo del primer taller organizará a los estudiantes en forma de U. Para ello procederá a brindar las indicaciones de la actividad, la cual consiste en realizar una elección al azar de dos personas para que formen parejas en donde cada uno de ellos toma un papel que contenga una cualidad de manera aleatoria que se encontrarán en el escritorio, y

seguido a ello deberán escribir brevemente una frase positiva para su compañero, como, por ejemplo; Entusiasmo. “María eres la persona más entusiasta que he conocido, sigue así”. Y viceversa, la otra persona tendrá que realizar la misma actividad, con ello se espera ir encaminando hacia el reconocimiento de las habilidades sociales básicas como dar las gracias, o realizar cumplidos, de modo que también se pueda iniciar con una actitud positiva el taller mediante estas frases agradables.

Actividad 2.

Una vez realizada la dinámica de ambientación el ponente procederá a realizar la exposición de contenidos mediante material audiovisual para iniciar con la impartición del tema.

Contenido teórico:

- Habilidades relacionadas con las emociones y sentimientos.
- Regulación emocional.

Desarrollo de la temática:

Habilidades relacionadas con las emociones y sentimientos.

(Monjas, 2002, como se citó en Medina, 2021) menciona que dentro de estas habilidades en relación a la inteligencia emocional se encuentran inmersos procesos que la persona en cuestión puede realizar diariamente en cuanto a la regulación emocional, como por ejemplo que aquella:

- Comprenda y reconozca sus emociones.
- Exprese sus emociones.
- Comprenda las emociones de los demás.
- Comprenda el enfado de otras personas.
- Muestre interés o preocupación por otros.

Regulación emocional:

La regulación emocional se refiere a “aquellos procesos por los cuales las personas ejercemos una influencia sobre las emociones que tenemos, sobre cuándo las tenemos, y sobre cómo las experimentamos y las expresamos” (Gross, 1999, p. 275). Esta definición añade algo

esencial, y es que las personas activan procesos de regulación emocional en base a una necesidad o una meta, ya sea ésta consciente o inconsciente

Stanton, Kirk, Cameron y Danoff-Burg (2000) consideraron que este concepto podría ser más elaborado. En sus estudios argumentaron que el “afrontamiento emocional”, es decir, la capacidad de hacer frente a las emociones de gran intensidad de un modo saludable o adaptativo, es un tipo de estrategia que se asocia con un mejor ajuste psicológico. Estos autores identificaron dos mecanismos diferentes de afrontamiento emocional:

La “expresión emocional”, en la cual el individuo trata activamente de expresar su experiencia emocional ante los demás tanto de modo verbal como no verbal (Stanton et al., 2002). Por ejemplo, una persona con alta capacidad de expresión emocional sería aquella que ante una experiencia emocional intensa es capaz de expresar verbalmente su vivencia emocional, por ejemplo, con palabras como “me siento avergonzado y fracasado, estoy deprimido, me siento culpable, etc.” y/o se permite expresar sus emociones a través de conductas que reflejan dicha emoción, como por ejemplo llorar abiertamente.

El “procesamiento emocional”, en el cual cada persona trata activamente de conocer y entender las propias emociones y sus significados. Por ejemplo, una persona con alta capacidad de procesamiento emocional sería aquella que ante una experiencia emocional intensa es capaz de hacer un ejercicio de análisis de uno mismo que le permita, no sólo identificar de forma correcta y precisa la emoción percibida, sino además entender por qué ha aparecido esta emoción y cuál es el significado que tiene para sí mismo. Retomando el ejemplo anterior, ante el fallecimiento de una persona próxima la experiencia emocional esperable es de profundo malestar subjetivo.

Una persona con alta capacidad de procesamiento emocional es capaz de prestar atención a este malestar para, realizando un esfuerzo, identificarlo, analizarlo y etiquetarlo con la emoción correspondiente, como por ejemplo tristeza, desasosiego. Identificar y etiquetar la emoción le permitirá de un modo más adaptativo entender el significado de esta emoción (aceptar el hecho de que algo o alguien que era importante en nuestra vida ya no está y no puedo hacer nada por evitarlo).

De este modo Martínez (1997) menciona que este procesamiento emocional es beneficioso ante cualquier emoción que la persona pueda tener, en concreto plantea seis procesos para que se pueda dar el cumplimiento del mismo:

- Apertura emocional.
- Atención emocional.
- Aceptación emocional.
- Etiquetado emocional.
- Análisis emocional.
- Modulación emocional.

Actividad 3.

✓ Los miedos en el sombrero.

Una vez impartidos los saberes en cuanto a la temática propuesta se realizará un reforzamiento en donde se les explicará a los participantes que deberán escribir sus miedos personales de forma anónima y depositarlos en el sombrero de modo que lo que escriban sea lo más específico y sincero posible, pero de tal manera que las otras personas no puedan identificarlos fácilmente. Una vez realizado esto se mezclarán los papeles y los participantes pasan a tomar un papel al azar y leerlo en voz alta, cuando realicen esta acción deberán intentar explicar qué significa y cuáles creen son las consecuencias de este miedo en la vida cotidiana de esta persona. Una vez leídos y compartidos todos los temores, se abrirá un espacio de debate y discusión con todo el grupo iniciando con las preguntas: ¿Cómo se sintieron escribiendo su miedo?, ¿Cómo se sintieron al leer el miedo de alguien más? ¿Cómo se sintieron cuando escucharon que alguien más leyó su miedo en voz alta? Con esta actividad se pretende hacer que los participantes identifiquen que emoción están sintiendo tanto en el momento que escriben, leen, interpretan y la manera como manejan el sentir de que alguien más lea su miedo. Para que de este modo puedan integrar de mejor los conocimientos recién adquiridos.

Actividad 4.

✓ Esculturas de las emociones.

Para la finalización del segundo taller se realizará la presente actividad en donde el objetivo principal es estimular la auto observación y expresión de sensaciones y emociones, promover la cohesión grupal. Esta actividad ofrece un espacio para revisar las emociones y sensaciones percibidas en los últimos días, como también percatarse de las presentes durante la actividad. Se propone a los participantes que identifiquen individualmente una emoción o

sentimiento predominante de la semana. Luego, se dividirá al grupo en duplas, para que compartan lo observado individualmente y que seleccionen una emoción o sensación para representarla como escultura. A continuación, se indicará que cada dupla exponga la escultura en silencio, de a uno por vez. Y, al resto de los participantes, que la observen con la intención de conectar o resonar con la escultura representada. Podría ser útil aclarar que la propuesta tiene que ver con ser afectados por lo observado, y no con adivinar lo que se quiso representar. Y finalmente, se realiza la despedida.

ACTIVIDAD	OBJETIVO	TÉCNICAS A UTILIZAR	DESCRIPCIÓN	RECURSOS	RESPONSABLE
Aprendiendo de mis emociones.	<ul style="list-style-type: none"> • Conocer la capacidad de autoexpresión que poseen los adolescentes y aportar estrategias para fortalecerlas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Dinámica del juego de las cualidades. • Psicoeducación. • Ejercicio de expresión. • Reforzamiento. 	<ul style="list-style-type: none"> • Bienvenida. • Dinámica de integración “las cualidades” <p>-Se elegirán papeles al azar que tendrán una cualidad y luego se escribirá una frase con esa cualidad para un compañero.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Explicación acerca de las habilidades relacionadas a la expresión de emociones y sentimientos. • Reforzamiento mediante los miedos en el sombrero. • Ejercicio de expresión “las esculturas de las emociones” representarán por grupos una emoción que hayan sentido la última semana. • Despedida y cierre. 	<ul style="list-style-type: none"> • Computadora. • Proyector. • Recuadros de papel con habilidades. • Sombrero. • Materiales de oficina. 	<ul style="list-style-type: none"> • Psicóloga clínica. • Estudiante.

Taller 3: Escuchar para resolver.

Objetivo.

- Enfatizar en la importancia de la escucha activa dentro de la resolución de conflictos.

Participantes: 25

Duración: 60 – 90 minutos.

Estrategias y materiales a utilizar:

- Ejercicio de resolución de problemas mediante la técnica de negociación.
- Fortalecimiento de las habilidades conversacionales y solución de problemas interpersonales.
- Técnica de las huellas del recorrido.
- Computadora.
- Proyector.
- Cuatro rompecabezas de 50 piezas.
- Materiales de oficina.

Procedimiento:

Actividad 1.

Se procede a dar la bienvenida a la continuación del plan de intervención mediante el presente taller en donde se manejará la siguiente dinámica denominada “Rompecabezas del trueque” en donde se busca hacer experimentar los distintos aspectos de una negociación compleja, así como el analizar los resultados de una negociación cooperativa y no cooperativa y ejercitar habilidades de resolución de conflictos. De este modo para dar inicio a la actividad se debe mantener en cuenta que se aplica la formación de 4 grupos de 5 personas cada uno. Se les debe entregar a cada grupo un rompecabezas diferente de al menos 50 piezas, así como determinar un tiempo prudente de 30 min y el objetivo, es armarlo. Parecerá fácil sin embargo no lo es, debido a que existe una pequeña trampa que trata de intercambiar piezas entre los rompecabezas, por lo tanto, cada rompecabezas posee piezas de los otros tres mezcladas al azar. El ponente debe explicar a los y las participantes que otros equipos pueden tener las piezas que necesitan. Los y las integrantes deben diseñar estrategias, asignar roles y negociar con otros equipos para obtener las piezas que necesitan para completar su rompecabezas primero. Esta

actividad ofrece un doble desafío: primero, deben resolver el rompecabezas en un corto período de tiempo, segundo, deben convencer al otro equipo para que les cambie las piezas necesarias.

Actividad 2.

Una vez realizada la dinámica de ambientación el ponente procederá a realizar el fortalecimiento de las habilidades conversacionales y solución de problemas interpersonales.

Desarrollo de la temática:

Habilidades conversacionales

Son habilidades que permiten al niño iniciar, mantener y finalizar conversaciones con otras personas. Es el soporte fundamental de las interacciones con otras personas. Estas habilidades hacen referencia a lo siguiente:

- Manejo del aburrimiento.
- Identificación de las causas de un problema.
- Toma de decisiones realistas antes de iniciar una tarea.
- Determinación de la propia competencia para realizar una tarea.
- Identificación y búsqueda de información necesaria para una tarea.
- Priorización de problemas.

Habilidades de solución de problemas interpersonales

Incluyen las habilidades cognitivo-sociales necesarias para solucionar conflictos entre los niños y sus iguales. Estas capacidades implican: • Expresar su desacuerdo.

- Escuchar las críticas de otros y responderlas con imparcialidad.
- Halagar.
- Manejar la vergüenza y la timidez.
- Manejar el rechazo o el ser excluido.
- Expresar los propios sentimientos ante una injusticia.
- Analizar la propia posición y la de otro al tomar una decisión.
- Comprender los propios fracasos.
- Resolver confusiones generadas por un actuar incongruente.
- Comprender y manejar el ser acusado.

- Planificar una conversación problemática.
- Decidir qué hacer en una situación adversa.

A continuación, se describen las habilidades sociales que Monjas en el 2002 menciona en su libro (PEHIS) que corresponden a cada una de las áreas descritas anteriormente.

Saludar. Los saludos son conductas verbales y no-verbales que suelen ocurrir antes de la interacción, indican que el niño reconoce, acepta y muestra una actitud positiva hacia la persona a la que saluda. Estas habilidades también incluyen la despedida.

Favores. Los favores se consideran en los aspectos duales de pedir y hacer un favor. De esta forma, pedir un favor significa solicitar a una persona que haga algo por ti o para ti. Mientras que hacer un favor, implica hacer a otra persona algo que nos ha pedido.

Cortesía y amabilidad. Implica un conjunto de conductas muy diversas que las personas utilizamos, o debemos utilizar, cuando interactuamos con otras personas para construir una relación cordial, agradable y amable. Entre ellas están decir gracias, decir lo siento, pedir perdón, disculparse, decir por favor y pedir permiso.

Reforzar a los otros. Significa decir o hacer algo agradable a los demás. Supone hacer cumplidos o alabanzas a alguien, referente a su aspecto, algún comentario que haya hecho o logro obtenido. Estas habilidades también incluyen recibir alabanzas y cumplidos.

La ayuda. Se considera desde dos aspectos, pedir y prestar ayuda. Pedir ayuda significa solicitar a alguien que haga algo por ti ya que tú no puedes hacerlo solo. Prestar ayuda supone hacer algo a otra persona porque no puede hacerlo y nos pide directamente que lo ayudemos o, nosotros observamos que necesita ayuda.

Actividad 3.

✓ Huellas del recorrido.

Durante esta última actividad del presente taller se realizará la presente técnica en donde el coordinador pedirá a los asistentes que se ubiquen en modo de círculo y procederá a asignarles 5 minutos para que piensen en 5 palabras que puedan plasmar aquellas cosas que aprendieron del presente taller. A continuación, se les brindará la consigna de que de manera voluntaria cada uno de ellos puede compartir con las demás personas las palabras que pensó con respecto al tema impartido, de modo que, se genere una red de conocimientos y pueda tener un mayor impacto en los participantes. Finalmente se realizará la despedida.

ACTIVIDAD	OBJETIVO	TÉCNICAS A UTILIZAR	DESCRIPCIÓN	RECURSOS	RESPONSABLE
Escuchar para resolver	<ul style="list-style-type: none"> Enfatizar en la importancia de la escucha activa dentro de la resolución de conflictos. 	<ul style="list-style-type: none"> Técnica de negociación. Psicoeducación. Técnica de las huellas del recorrido. 	<ul style="list-style-type: none"> Bienvenida. Técnica de negociación mediante la resolución de rompecabezas que poseen fichas necesarias que se encuentran intercambiadas entre los otros equipos. Explicación breve acerca de las habilidades conversacionales y solución de problemas interpersonales. Técnica de huellas del recorrido. <ul style="list-style-type: none"> Se les brindará 5 minutos para pensar en 5 palabras que plasmen aquellas cosas que aprendieron durante el taller y de manera voluntaria las compartirán con todos. Despedida y cierre. 	<ul style="list-style-type: none"> Computadora. Proyector. Rompecabezas. Materiales de oficina. 	<ul style="list-style-type: none"> Psicóloga clínica. Estudiantes.

Taller 4: Siendo mejor que ayer

Objetivo.

- Promover las habilidades de interacción social de los participantes mediante técnicas que demuestren la función del asertividad.

Participantes: 25

Duración: 60 – 90 minutos.

Estrategias y materiales a utilizar:

- Ejercicio de Rol playing.
- Explicación de conceptos generales acerca de:
 - Habilidades básicas de interacción social.
 - Habilidades para hacer amigos y amigas.
 - Habilidades conversacionales.
- Dinámica de movimiento.
- Técnica del 6 y el 9.
- Computadora.
- Proyector.
- Materiales de oficina.

Procedimiento:

Como inicio del taller se brindará directrices en donde se especifique el orden en el cual deben estar ubicados los asistentes en forma de U, se les socializará el tiempo estimado que se prevee para el taller, así como los compromisos y acuerdos de participación.

Actividad 1.

- La Ostra.

Para dar inicio a la primera actividad se manejará una técnica de rol playing para lo cual la persona responsable pedirá la participación de alrededor de seis participantes con la finalidad de formar dos grupos de 3 personas en donde se les brinda la indicación de que dos de ellos asumirán el papel de pescadores y la persona restante tendrá que asumir el papel la ostra. Para

ello, la persona que interpreta la ostra estará abrazada a sí misma con fuerza como si estuviera cerrada y la misión de la misma es no dejar que los pescadores la abran, es decir que quiten sus brazos de su torso. Para lo cual los pescadores deben encontrar un modo de hacerlo.

Posterior a ello, se formará el segundo grupo en donde habrá dos pescadores y una ostra, repitiéndose así la escena, pero le recalamos a los pescadores que deben hacerlo de manera gentil y cariñosa. De modo que pueda resonar entre los otros participantes la importancia de ser asertivos con nuestras acciones, persuadir, toma de decisiones realistas antes de iniciar una tarea, pedir ayuda, integrarse a un grupo, pedir disculpas por los errores cometidos, y de manera en que se evidencie además el manejo de emociones que ha sido visto con anterioridad.

Actividad 2.

Una vez realizada la técnica de rol playing se procederá a explicar de manera breve las temáticas mencionadas con anterioridad.

Desarrollo de la temática:

Habilidades básicas de interacción social. Incluye habilidades y comportamientos básicos y esenciales para relacionarse en su entorno social diario, también son conocidas como habilidades de cortesía y protocolo social. Estas habilidades implican:

- Escuchar y comprender la plática de otras personas.
- Tomar la iniciativa para entablar una conversación.
- Identificar los intereses de otros y empatarlos con los propios intereses.
- Solicitar información específica para realizar alguna acción o tarea.
- Agradecer los favores recibidos.
- Tomar la iniciativa para conocer nuevas personas.
- Promover el establecimiento de vínculos entre personas.
- Expresar los propios gustos y preferencias.

Habilidades para hacer amigos y amigas. Incluye habilidades necesarias para el inicio, desarrollo y mantenimiento de interacciones positivas y mutuamente satisfactorias con los iguales.

Estas habilidades incluyen:

- Pedir ayuda.
- Integrarse a un grupo.

- Explicar una tarea específica.
- Entender y seguir instrucciones.
- Pedir disculpas por los errores cometidos.
- Persuadir.

Habilidades conversacionales. Son habilidades que permiten al niño iniciar, mantener y finalizar conversaciones con otras personas. Es el soporte fundamental de las interacciones con otras personas. Estas habilidades hacen referencia a lo siguiente:

- Manejo del aburrimiento.
- Identificación de las causas de un problema.
- Toma de decisiones realistas antes de iniciar una tarea.
- Determinación de la propia competencia para realizar una tarea.
- Identificación y búsqueda de información necesaria para una tarea.
- Priorización de problemas.

Actividad 3.

- Dinámica del inquilino.

Después de haberse enmarcado en el ámbito de psicoeducación anterior con respecto al tema se procederá a realizar una dinámica de movimiento denominada en la cual se deben formar grupos de tres personas, en donde dos de las personas tendrán que formar con sus brazos una forma de casa y la tercera persona deberá refugiarse en ella. Cuando estén formadas las casas con sus respectivos inquilinos la persona encargada de dirigir la actividad dará una orden de qué cuando diga “terremoto” y cuando esto suceda todos los participantes deben moverse y realizar nuevas casas con otras personas. De modo que la finalidad de esta actividad es la integración de todos y cada uno de ellos.

Actividad 4.

- Técnica del 6 y el 9.

En esta actividad se procederá a realizar esta técnica que tiene como objetivo el fomentar el respeto hacia los demás y hacia el respeto de sus propias creencias sin afectar a los demás. Para ello se les indicará a los participantes qué, piensen en dos actividades en donde ellos consideren que puntúan por debajo del 6 y por arriba del y a la vez se les instruye de que

piensen en porqué razón consideran eso. Posterior a ello, cada participante elegido al azar mencionará en voz alta en donde se sitúa y el porqué.

Los demás participantes podrán opinar después de que la persona haya participado y decir que opinan ellos con respecto a la puntuación de su compañero. Seguido, la persona encargada preguntará lo siguiente: ¿Qué piensas acerca de la opinión que dio tu compañero de tu puntuación? De modo que se valide siempre las emociones, pensamientos, y sobre todo que prime el respeto al momento de la participación. El objetivo principal de esta actividad radica en la importancia de que los participantes puedan comprender la existencia de varios puntos de vista y aun así si lo consideran puedan mantenerse en la opinión inicial de los mismos, sin la intencionalidad de querer convencer a los demás de que no es así. Finalmente se realizará la despedida y agradecimiento por la asistencia al taller.

ACTIVIDAD	OBJETIVO	TÉCNICAS A UTILIZAR	DESCRIPCIÓN	RECURSOS	RESPONSABLE
<u>Siendo mejor que ayer</u>	<ul style="list-style-type: none"> Promover las habilidades de interacción social de los participantes mediante técnicas que demuestren la función del asertividad. 	<ul style="list-style-type: none"> Rol playing. Psicoeducación. Técnica del 6 y el 9. 	<ul style="list-style-type: none"> Bienvenida. Juego de roles mediante la actividad “La ostra” <p>Se forman dos grupos de 3 para tomar el papel de dos pescadores y una ostra la cual estará abrazada a ella misma y deberán intentar encontrar la manera de abrirla. Se forma el grupo igual, pero con la consigna de usar palabras agradables.</p> <ul style="list-style-type: none"> Psicoeducación en base a lo aprendido durante el rol playing de las habilidades de interacción social, hacer amigos y conversacionales. Dinámica de movimiento “el inquilino” Técnica del 6 y el 9. El participante deberá puntuarse por encima o por debajo del 9 en alguna actividad que consideren y la otra persona deberá opinar si considera lo mismo. Despedida y cierre. 	<ul style="list-style-type: none"> Computadora. Proyector. Materiales de oficina. 	<ul style="list-style-type: none"> Psicóloga clínica. Estudiantes.

Taller 5: Tejiendo mis conocimientos.

Objetivo.

- Ejecutar una reevaluación breve sobre los aprendizajes adquiridos y aplicación del reactivo psicológico de escala de habilidades sociales.

Participantes: 25

Duración: 60 - 90 minutos.

Estrategias y materiales a utilizar:

- Dinámica de bienvenida.
- Ejercicio de expresión.
- Retroalimentación.
- Materiales de oficina.
- Pelota.
- Reactivo psicológico “Escala de habilidades sociales”.

Procedimiento:

El taller final se lo realizará al aire libre dentro de las instalaciones de la unidad educativa, al inicio se brindará el saludo de bienvenida con todos los asistentes y se procederá a la realización de la primera actividad.

Actividad 1.

- Dinámica Soy y soy.

Durante la primera actividad se brindará las directrices necesarias para su ejecución se iniciará la formación de un círculo de manera que se pueda observar a todos los participantes, seguido a ello los participantes uno a uno deberá decir lo siguiente “Soy (su nombre) de la mitad para arriba y soy (su fruta favorita) de la mitad para abajo, de modo que quede así “Soy Carolina de la mitad para arriba y soy un mango de la mitad para abajo”. Todos deben participar incluida la persona que dirija el taller con la finalidad de realizar una buena integración de los mismos.

Actividad 2.

- Juego de roles “Caminando en mis zapatos y en los de alguien más”.

Posterior a la primera actividad se realizará un juego de roles en donde se formarán grupos de 5 personas aproximadamente, y se les pedirá que anoten en una hoja de papel 3 sueños que tenga cada uno de los participantes, 3 impedimentos que podrían truncarse sus sueños y finalmente 3 fortalezas que poseen para realizarlos. Como segundo paso todos los grupos deberán intercambiar sus papeles en donde estará plasmado lo que se les pidió con anterioridad, se tomarán un tiempo de 5 minutos para leerlos y posterior al tiempo establecido se les mencionará que deben elegir un papel de cualquiera de los integrantes del grupo, el papel elegido debe ser con el que más se hayan sentido identificados, ya sea el suyo o de alguien más (para esto cabe recalcar que el sueño del papel que se elija debe actuar como personaje principal). Como tercer paso se les brindará alrededor de 15 minutos para que puedan representar esos tres sueños, tres miedos, y las tres fortalezas, pasado el tiempo, se sorteará que grupo pasará primero al frente a representarlo (Mientras el primer grupo está realizando su actuación, los otros grupos deben observar, analizar y respetar el espacio de los mismos). Al finalizar el primer grupo se les preguntará a los demás participantes ¿De qué manera afrontarían ellos los miedos que fueron representados por sus compañeros? Cuando alguno de ellos responda se le pedirá que pase al frente en el lugar de la persona que representó sus miedos y que lo realice de la manera en que él lo hubiese hecho, mientras él actúa la persona debe observar y cuando termine de actuar deberá comentar ¿Cómo le pareció la forma en que su compañero actuó acerca de sus sueños, miedos y fortalezas? y finalmente se le pregunta a la persona que actuó los miedos de alguien más ¿Cómo se sintió al representar los sueños, miedos y fortalezas de su compañero?. Esta actividad se realiza con cada uno de los grupos y al finalizar se les pregunta que les pareció la actividad.

Actividad 3.

- ✓ Dinámica “La pelotita de las preguntas”.

Aquí se aplicará una actividad de ocio en donde todos los participantes se ponen de pie y la persona encargada les explicará que formarán dos grupos, un grupo de dos personas y el otro grupo será de las personas que resten, para lo cual la función del primer grupo de personas será lanzarles la pelotita a cualquiera de sus compañeros, los cuales estarán ubicados dentro del límite que establecerá el primer grupo. El segundo grupo podrá moverse libremente dentro del límite establecido, y su misión será esquivar la pelotita (cuando una persona del grupo 1 no logre topar a nadie con la pelotita, la otra persona deberá intentarlo también, hasta que

cualquiera de las dos roce a alguien), sin embargo, cuando les roce alguna parte del cuerpo la pelota se para la actividad para que responda 1 pregunta que el encargado le hará como, por ejemplo; que aprendió hoy, que aprendió durante todos los talleres, que le gustó más de los talleres, recomendaciones para los talleres, cual fue la actividad que más le gustó acerca de los talleres, que actividad resonó más en él, etc. Después de responder él deberá reemplazar a una persona del primer grupo, y la persona del primer grupo entrará al límite que establecieron antes, de modo que todos puedan participar. Al obtener la participación de varias personas (15 aprox) se termina la dinámica y se ofrecen 5 minutos de descanso.

Actividad 4.

Para esta última actividad se les explicará a los participantes que se les aplicará a continuación una escala de habilidades sociales para medir las mismas, de modo que se pueda contrastar con los resultados de la investigación y se pueda hacer evidente si después de la aplicación del presente plan de promoción subieron las habilidades sociales, bajaron o se mantuvieron. Finalmente se realizará el agradecimiento por la participación y la despedida.

ACTIVIDAD	OBJETIVO	TÉCNICAS A UTILIZAR	DESCRIPCIÓN	RECURSOS	RESPONSABLE
Tejiendo mis conocimientos.	<ul style="list-style-type: none"> • Ejecutar una reevaluación breve sobre los aprendizajes adquiridos y aplicación del reactivo psicológico de escala de habilidades sociales. 	<ul style="list-style-type: none"> • Rol playing. • Retroalimentación. • Reevaluación. 	<ul style="list-style-type: none"> • Bienvenida. • Dinámica “Soy y soy” <p>La consigna trata de decir: Soy (su nombre) de la mitad para arriba y soy (una fruta) de la mitad par abajo, a manera de integración.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Juego de Roles “Caminando en mis zapatos y en los de alguien más”. <p>Se brindará la consiga de escribir, 3 sueños, 3 miedos y 3 fortalezas, para en grupos elegir uno y representarlo mediante actuación.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Retroalimentación mediante “la pelotita de las preguntas” en donde se forman dos grupos y el uno le lanza la pelota al otra y si llegara a rozar alguna parte del cuerpo del participante, debe responder a las preguntas que le realice el ponente. 	<ul style="list-style-type: none"> • Materiales de oficina. • Una pelota. 	<ul style="list-style-type: none"> • Psicóloga clínica. • Estudiantes.

-
- Reevaluación de las habilidades sociales mediante la escala de habilidades sociales.
 - Despedida y cierre.
-

7. Discusión

La presente investigación tuvo como propósito evaluar los rasgos de personalidad y habilidades sociales en adolescentes de una unidad educativa de la ciudad de Loja, período 2022. En una muestra constituida por 68 adolescentes pertenecientes a la institución antes ya mencionada, los cuales accedieron de manera voluntaria a ser partícipes de esta.

Los resultados obtenidos de la investigación con respecto a la variable de rasgos de personalidad determinó que, en la muestra sujeta a estudio, el 22,1 % se ubica dentro del rasgo de personalidad límite, el 17,6 % en el rasgo de personalidad esquizoide, el 14,7 % en el rasgo de personalidad esquizotípico, el 13,2 % en el rasgo de personalidad histriónico, el 11,8 % en el rasgo de personalidad paranoide, el 8,8 % en el rasgo de personalidad obsesivo-compulsivo, el 5,9 % en el rasgo de personalidad de dependencia, el 4,4 % en el rasgo de personalidad narcisista, el 1,5 % en el rasgo de personalidad de evitación, y el 0 % correspondiente al rasgo de personalidad antisocial. Resultados que difieren de un estudio de Peñaloza (2019) denominado “Relación entre trastorno antisocial y acoso escolar en adolescentes” realizado en la Paz -Bolivia con una muestra de 97 estudiantes que cursaban el tercer año de bachillerato en una institución educativa llamada “San Simón de Ayacucho” se obtuvo como resultado de la aplicación del reactivo “Escala de conductas disociales” que el 9,3 % del total de participantes presentaron este rasgo de personalidad antisocial, ya que, los resultados de la presente investigación han mostrado un equivalente a 0 % es decir la inexistencia de este rasgo de personalidad dentro de la población de estudio a pesar de que asemejan en las mismas condiciones sociodemográficas como lo es el nivel de escolaridad así como la edad.

Siendo así la importancia de recalcar que varios autores están de acuerdo en que los rasgos de personalidad son particularmente inestables durante la infancia y la adolescencia (Roberts y Del Vecchio, 2000). Según (Hopwood et al., 2011 como se citó en Sanjuán, Guillén y Pérez, 2018), esto en gran parte se le atribuye a los cambios biológico-hormonales propios de la maduración física y la fuerte influencia ejercida por el entorno social.

Ya que, en la actualidad se entiende que la personalidad, a partir de una base genética, se va formando en el curso de la ontogénesis gracias a las interacciones recíprocas que mantiene la persona con los distintos contextos en los que se desenvuelve, llegando a alcanzar, con el tiempo, patrones de organización con cierta estabilidad. (Sanjuán, et al., 2018)

Por otro lado, con respecto a la segunda variable perteneciente a las habilidades sociales en los adolescentes, se obtuvo como resultado que, no existe un nivel bajo de habilidades

sociales reflejándose así en el 0,0 %, mostrando de este modo un nivel medio y alto de habilidades sociales en la cual, el 32,4 % corresponde al nivel medio de habilidades sociales con un total de 22 participantes, y el 67,6 % corresponde al nivel alto de habilidades sociales.

De los resultados anteriormente expuestos se encuentran similitudes con la investigación de Gonzales (2018) en la población de 20 estudiantes de una unidad educativa del cantón Catamayo, en la cual se pudo evidenciar en la base de datos que, en la dimensión de habilidades básicas se presenta un nivel alto con un 55 %, mientras el 65 % manifiesta habilidades para hacer amigos, en el mismo porcentaje se mantienen habilidades conversacionales y el 65 % refleja habilidades para solución de problemas interpersonales dentro de un nivel moderado. Así también dentro del estudio de Ríos (2021), realizada en una unidad educativa del cantón Olmedo, se evidencia mediante sus resultados que los estudiantes puntúan un nivel alto dentro de las habilidades sociales representado por el 60 %, en habilidades para hacer amigos manifiestan un 75 % en un nivel alto y en habilidades conversacionales en un nivel alto del 62,5 %.

Tomando como referencia a Gonzales (2018) la cual dentro de su estudio señala que, dentro de un alto nivel de desarrollo de las habilidades sociales básicas hay menos probabilidades de existencia de problemas. Es decir, las habilidades sociales están ligadas con la conducta asertiva, ya que, se vinculan con saludar, dar respuestas, pedir por favor, las cuales son fundamentales para un buen desarrollo y manejo de habilidades sociales y empleo de conductas asertivas.

Dando respuesta a la pregunta de investigación acerca de: ¿Cómo influyen los rasgos de personalidad en las habilidades sociales de los adolescentes del primer año de bachillerato de la unidad educativa Adolfo Valarezo? se puede mencionar que no existe una influencia a gran escala de los rasgos de personalidad en cuanto a las habilidades sociales, y es que, a pesar de que cada uno de los rasgos de personalidad tenga una particularidad enmarcada dentro de el mismo, existen varios elementos que juegan como factores de protección como por ejemplo, las diferencias individuales, la etapa de desarrollo en la cual se encuentran, la adaptación, la influencia de otros ambientes en los que se desenvuelven, procesos cognitivos, desarrollo de la infancia, factor biológico, etc.

Finalmente acuñando lo antes mencionado, se debe destacar que la adolescencia es una etapa del ciclo vital que se encuentra compuesta por retos y obstáculos significativos para el sujeto, ya que se producen cambios a nivel biológico con el desarrollo de los caracteres sexuales

secundarios, en su identidad, en la búsqueda de un proceso de autonomía de la familia. El adolescente se ve comprometido a cumplir con roles sociales en relación con sus compañeros y miembros del género opuesto, al mismo tiempo que se ve enfrentado a conseguir buenos resultados escolares y a tomar decisiones sobre su futuro. También en este período suceden los cambios de orden cognitivo a nivel de operaciones formales, caracterizado por la habilidad para pensar más allá de la realidad concreta y por la capacidad de manejar, a nivel lógico, enunciados verbales y proposicionales en lugar de objetos concretos. Es capaz de comprender abstracciones y el uso de metáforas (Vinaccia et al., 2007, como se citó en Genise., Genise., Gomez., Humeniuk y Muiños).

8. Conclusiones

Después de haberse llevado a cabo el presente estudio de investigación se obtuvo los siguientes resultados:

- Se determinó que no existe influencia entre los rasgos de personalidad y las habilidades sociales en los adolescentes que cursan el primer año de bachillerato en la Unidad Educativa Adolfo Valarezo, período 2022.
- En el presente trabajo de integración curricular se evidenció a través del reactivo psicológico IPDE, que el rasgo de personalidad con más frecuencia dentro de los adolescentes es el histriónico con un total de 15 participantes lo cual es equivalente al 22,1 %.
- Mediante la Escala de Habilidades Sociales se demostró un nivel medio de habilidades sociales con un total de 22 participantes lo cual es equivalente al 32,4 % y un alto nivel de habilidades sociales con 46 participantes lo cual es equivalente al 67,6 %, quedando en evidencia que no existió un bajo nivel de habilidades sociales, lo cual refuerza los datos de la primera conclusión.
- Se diseñó un plan de promoción en salud mental en base a los resultados evidenciados en la investigación en donde se abarca de manera amplia y específica acerca de la importancia de las habilidades sociales, así como se proporcionan estrategias que sean de ayuda la potenciación y fortalecimiento de las mismas.

9. Recomendaciones

Antes de dar por finalizada la presente investigación se recomienda:

- Continuar con la elaboración de investigaciones que permitan determinar hasta que grado los rasgos de personalidad influyen dentro de las habilidades sociales de los adolescentes, así como también el análisis de otros elementos que puedan estar influyendo dentro de estas como factores de protección.
- Realizar estudios que abarquen un mayor número de participantes, incluyendo otras instituciones con estudiantes de diferentes etapas de adolescencia para realizar un contraste con la finalidad de determinar ya sea diferencias o similitudes en cuanto a rasgos de personalidad y habilidades sociales.
- Implementar programas educativos dirigidos a la población estudiantil para conocer, reconocer y fortalecer conductas asertivas que potencien las habilidades sociales, debido a que son de gran importancia para el afrontamiento de diversas situaciones y vivencias diarias.
- Elaborar talleres psicoeducativos que orienten a los adolescentes acerca de estrategias que pueden utilizar en diferentes contextos con respecto a las habilidades sociales.

10. Bibliografía

- Aguilar, L. (2022). *Las habilidades sociales y las conductas asertivas de los estudiantes del primer año de bachillerato paralelo a, de la unidad educativa fiscomisional nuestra señora del rosario cantón Catamayo, 2020-2021*. [Tesis de grado, Universidad Nacional de Loja]. Repositorio de la Universidad Nacional de Loja.
- Albán, C. (2020). *Influencia de los rasgos temperamentales en el sentido del humor de los empleados de la corporación nacional de telecomunicaciones de la ciudad de latacunga, en el año 2019*. [Tesis de grado, Universidad Tecnológica Indoamérica]. Repositorio de la Universidad Tecnológica Indoamérica.
- Alós, D. (2021). *La teoría de la personalidad de Sigmund Freud - La Mente es Maravillosa*. La Mente Es Maravillosa. <https://lamenteesmaravillosa.com/la-teoria-la-personalidad-sigmund-freud/>
- Caballo, V. (2001). Tratamientos cognitivo-conductuales para los trastornos de la personalidad. *Behavioral Psychology*.9 (3), 579-605.
- Cloninger, S. C. (2003). *Teorías de la Personalidad*. Prentice Hall.
- Concha, M. (2019). Psicología dinámica. *Universidad de San Pedro*, 2(1), 1–15.
- Córdova, S. (2018). *Reestructuración cognitiva-conductual y la rehabilitación de los pacientes del centro de recuperación “Más que vencedores”*. [Tesis de grado, Universidad técnica de Babahoyo]. Repositorio de la Universidad técnica de Babahoyo.
- Cruz, C. (2019). Teorías de la personalidad a lo largo de la historia. *Psiquiatría y Salud Mental*, 3(4), 119–130.
- Davis, M., Mckay, M y Eshelman, E. (2009). *Técnicas de autocontrol emocional*. Martínez Roca.
- Del Valle, M., Zamora, E., Khalil, Y., y Altamirano, M. (2020). Rasgos de personalidad y dificultades de regulación emocional en estudiantes universitarios. *Psicodebate*. 20(1), 56–59. <https://doi.org/10.18682/pd.v20i1.1877>
- Dinámicas grupales (2022). *Dinámica la carta anónima*. Dinámicas grupales. Recuperado de: <https://dinamicasgrupales.com.ar/dinamicas/conocimiento/dinamica-la-carta-anonima/>
- Dolcet, J. (2006). Carácter y temperamento: Similitudes y diferencias entre los modelos de

- personalidad 7 y 5 factores. [Tesis doctoral, Universidad de Lleida]. Repositorio de la Universidad de Lleida.
- Enriquez, C. (2018). *Rasgos de personalidad y su relación con las conductas autodestructivas en adolescentes de 16 a 18 años de edad del colegio de bachillerato 27 de febrero de la ciudad de Loja, período 2017-2018*. [Tesis de grado, Universidad Nacional de Loja]. Repositorio de la Universidad Nacional de Loja.
- Flores, V., De Jesús, J., Joselina, E., Reyes, I., Garibay, L., y Escamilla, S. (2018). Relación entre la diferenciación y la personalidad: una comparación. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 21(4), 1623.
- Godoy, D., Eberhard, A., Abarca, F., Acuña, B., y Muñoz, R. (2020). Psicoeducación en salud mental: una herramienta para pacientes y familiares. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 31(2), 169–173. <https://doi.org/10.1016/j.rmcl.2020.01.005>.
- Hervás, G. y Moral, G. (2017). Regulación emocional aplicada al campo clínico. *Focad*. 1(1), 1-40.
- Jiménez, A. (2018). *Redes sociales y desarrollo de habilidades sociales en adolescentes de primero, segundo y tercero de bachillerato de la unidad educativa particular “cordillera”, del cantón Loja*. [Tesis de grado, Universidad Nacional de Loja]. Repositorio de la Universidad Nacional de Loja.
- Library. (2022). *Dinámicas grupales “el juego de las cualidades”*. Library. Recuperado de: <https://1library.co/article/din%C3%A1micas-grupales-el-juego-de-las-cualidades.dy44g0vy>.
- Mayo Clinic. (2022). *Trastornos de la personalidad*. Mayo Clinic. Recuperado de: <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/personality-disorders/diagnosis-treatment/drc-2035446>
- Montgomery, W. (2020). Vista de Guía breve y actualizada para analizar la personalidad desde el conductismo. *Revista Psicológica de Arequipa*, 10(1), 18.
- Pep, E. (2017). *Técnicas de dinámica de grupos*. FUOC.
- Ribes, E. (2009). La personalidad como organización de los estilos interactivos. *Revista Mexicana de Psicología*, 26(2), 145–161.

- Ríos, S. (2021). *Actividades lúdicas para desarrollar habilidades sociales en estudiantes de cuarto año de educación general básica de la unidad educativa Mons. Alberto zambrano palacios, del cantón olmedo, provincia de Loja, período 2021*. [Tesis de grado, Universidad Nacional de Loja]. Repositorio de la Universidad Nacional de Loja.
- Rodríguez, T., García, C., y Cruz, R. (2005). Técnicas de relajación y auto control emocional. *MediSur*, 3(3), 55–70.
- Sánchez, R. O. (2003). Theodore Millon, una teoría de la personalidad y su patología. *Psico-USF*, 8(2), 163–173. <https://doi.org/10.1590/S1413-82712003000200008>
- Sanjuán, P., Guillén, D. y Pérez, M. (2018). Rasgos de personalidad y recursos psicológicos como predictores del bienestar emocional en adolescentes con y sin formación en escuelas de tauromaquia. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*. 23(1), 1-12.
- Sassenfeld Jorquera André Michel. (2018). *El desarrollo humano en la psicología jungiana – Teoría e implicancias clínicas*. [Tesis de grado, Universidad de Chile]. Repositorio de la Universidad de Chile.
- Silva, A. (2019). *Rasgos de personalidad en adolescentes de 5to año de secundaria en la I.E Signos de Fe de San Juan de Lurigancho, periodo 2019*. [Tesis de grado, Universidad Inca Garcilaso de la Vega]. Universidad Inca Garcilaso de la Vega.
- Stordeur, M y Vernengo, M. (16 de junio de 2022). *Acerca de las intervenciones y acciones terapéuticas en psicoterapias psicoanalíticas*. Acta académica. Recuperado de: <https://www.aacademica.org/000-111/648>.
- Tortosa, A. (2018). El aprendizaje de habilidades sociales en el aula. *Revista Internacional de Apoyo e Inclusión, Logopedia.*, 4(1), 158–165.
- Zegarra, C., & Cuba, M. (2017). Frecuencia de adicción a internet y desarrollo de habilidades sociales en adolescentes de una localidad urbana de Lima. *Medwave*, 17(1) [https://doi:10.5867/medwave.2017.01.6857](https://doi.org/10.5867/medwave.2017.01.6857).

11. Anexos

Anexo 1 Aprobación del anteproyecto de integración



UNL

Universidad
Nacional
de Loja

CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

Facultad
de la Salud
Humana

Oficio. No. 303- C.PS.CL- FSH-UNL
Loja, 09 de junio de 2022

Señorita.
Sharon Carolina Piedra Caillagua
ESTUDIANTE DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA-FSH-UNL
Ciudad. -

De mi consideración:

Por el presente me permito hacer conocer que se adjunta la respuesta del informe de **ESTRUCTURA Y COHERENCIA** del Proyecto de Tesis denominado: **"RASGOS DE PERSONALIDAD Y HABILIDADES SOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA UNIDAD EDUCATIVA DE LA CIUDAD DE LOJA, PERIODO 2022"**, de su autoría; el mismo fue emitido por el Psic Cl: Marco Vinicio Sánchez Salinas Mgs, docente responsable.

Particular que comunico a usted para los fines correspondientes.

Atentamente,



ANA CAVALERA
PUERTAS
AZANZA

Dra. Ana Puertas Azanza Mgs
DIRECTORA DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA.

C/c. Expediente Estudiantil
Archivo

Anexo 2 Solicitud y aprobación para la aplicación de reactivos psicológicos



UNL

Universidad
Nacional
de Loja **CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA**

Facultad
de la Salud
Humana

Oficio. No. 241- C.PS.CL- FSH-UNL
Loja, 17 de Mayo del 2021

Magister
Juan Imaicela
RECTOR DE LA UNIDAD EDUCATIVA "ADOLFO VALAREZO"
Ciudad -

De mi consideración:

Por medio de la presente reciba un cordial y atento saludo, de quienes conformamos la carrera de Psicología Clínica de la Facultad de Salud Humana de la Universidad Nacional de Loja, el motivo es solicitarle comedidamente la autorización para que los estudiantes **Camila Belén Alejandro Salazar** CI.1150182614, **Sharon Carolina Piedra Caillagua** CI 1150007209 y **Jimmy Paul Yanza Criollo** CI 1105439325, estudiantes del VIII ciclo respectivamente, puedan desarrollar su Trabajo de Integración Curricular en la Institución que acertadamente dirige. Previo a obtener el Título de Licenciados en Psicología Clínica, con la coordinación de la Psic. Cl. Mayra Daniela Ayala Medina

Aprovecho la ocasión para expresarle a usted mis sentimientos de consideración y gratitud.

CIPSC
Dra. Ana Puertas Azanza Mgs
**DIRECTORA DE LA CARRERA DE
PSICOLOGÍA CLÍNICA-FSH-UNL**



Archivo
APA/tsc

[Handwritten Signature]
Autorizado
17/05/2022

**UNIDAD EDUCATIVA
"ADOLFO VALAREZO"**
RECTORADO
LOJA - ECUADOR

Anexo 3 Consentimiento informado

Consentimiento Informado

(Para representantes o apoderados)

Yo, _____, representante legal del adolescente _____
_____ con C.I. _____ declaro que he sido informado para que mi
representado pueda participar en el proyecto de investigación titulado: **RASGOS DE
PERSONALIDAD Y HABILIDADES SOCIALES EN ADOLESCENTES DE UNA
UNIDAD EDUCATIVA DE LA CIUDAD DE LOJA** a cargo de **Sharon Carolina Piedra
Caillagua** con C.I. **1150007209** en calidad de tesista y el Psic. Cl. Marco Sánchez, en calidad
de director del Trabajo de Integración Curricular, de la carrera de Psicología Clínica de la
Universidad Nacional de Loja, durante el período Abril-septiembre 2022.

La participación de mí representado en el estudio no acredita retribución de ningún tipo y
consiste en dar respuesta a los instrumentos de evaluación psicológica: IPDE que evalúa
rasgos de personalidad y Escala de habilidades sociales. Estoy en pleno conocimiento que
toda la información registrada será confidencial, no se revelarán datos personales, y que los
resultados se usarán para fines estrictamente académicos y de divulgación científica.

En base a lo expuesto, autorizo a mi representado participar voluntariamente en este estudio,
pudiendo retirarse del mismo en cualquier fase, sin perjuicio personal o legal; y que he
recibido una copia del presente documento.

Firma del representante: _____

Fecha: ____/____/____

**Si tiene alguna pregunta durante cualquier etapa del estudio puede comunicarse
con: Sharon Carolina Piedra Caillagua**

Cel: 0986279456

Nombre y Apellidos..... Fecha

CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN IPDE MÓDULO DSM-IV

DIRECTRICES:

1. El propósito de este cuestionario es conocer qué tipo de persona ha sido usted en las últimas 2 semanas.
2. Por favor, no omitir ningún ítem. Si no está seguro de una respuesta, señalar la respuesta [VERDADERO o FALSO] que le parezca más correcta. No hay límite de tiempo pero no pierda mucho tiempo pensando cuál es la respuesta correcta a un ítem determinado.
3. Cuando la respuesta sea VERDADERO, señalar con un círculo la letra V, cuando la respuesta sea FALSO, señalar con un círculo la letra F.

1. Normalmente me divierto y disfruto de la vida.V F
2. Confío en la gente que conozco.V F
3. No soy minucioso con los detalles pequeños.V F
4. No puedo decidir qué tipo de persona quiero ser.V F
5. Muestro mis sentimientos a todo el mundo.....V F
6. Dejo que los demás tomen decisiones importantes por míV F
7. Me preocupo si oigo malas noticias sobre alguien que conozco.V F
8. Ceder a algunos de mis impulsos me causa problemas.....V F
9. Mucha gente que conozco me envidia.V F
10. Doy mi opinión general sobre las cosas y no me preocupo por los detalles.V F
11. Nunca me han detenido.V F
12. La gente cree que soy frío y distante.V F

13. Me meto en relaciones muy intensas pero poco duraderas.V F
14. La mayoría de la gente es justa y honesta conmigo.V F
15. La gente tiene una gran opinión sobre mí.....V F
16. Me siento molesto o fuera de lugar en situaciones sociales.V F
17. Me siento fácilmente influido por lo que me rodea.V F
18. Normalmente me siento mal cuando hago daño o molesto a alguien.....V F
19. Me resulta muy difícil tirar las cosas.V F
20. A veces he rechazado un trabajo, incluso aunque estuviera esperándolo.....V F
21. Cuando me alaban o critican manifiesto mi reacción a los demás.....V F
22. Uso a la gente para lograr lo que quiero.V F
23. Paso demasiado tiempo tratando de hacer las cosas perfectamente.V F
24. A menudo, la gente se ríe de mí, a mis espaldas.V F
25. Nunca he amenazado con suicidarme, ni me he autolesionado a propósito.V F
26. Mis sentimientos son como el tiempo, siempre están cambiando.V F
27. Para evitar críticas prefiero trabajar solo.V F
28. Me gusta vestirme para destacar entre la gente.V F
29. Mentiría o haría trampas para lograr mis propósitos.V F
30. Soy más supersticioso que la mayoría de la gente.V F
31. Tengo poco o ningún deseo de mantener relaciones sexuales.V F
32. La gente cree que soy demasiado estricto con las reglas y normas.V F
33. Generalmente me siento incómodo o desvalido si estoy solo.....V F
34. No me gusta relacionarme con gente hasta que no
estoy seguro de que les gusto.V F
35. No me gusta ser el centro de atención.V F
36. Creo que mi cónyuge (amante) me puede ser infiel.V F
37. La gente piensa que tengo muy alto concepto de mí mismo.V F
38. Cuido mucho lo que les digo a los demás sobre mí.....V F
39. Me preocupa mucho no gustar a la gente.....V F
40. A menudo me siento vacío por dentro.V F
41. Trabajo tanto que no tengo tiempo para nada más.....V F
42. Me da miedo que me dejen solo y tener que cuidarme mí mismo.V F
43. Tengo ataques de ira o enfado.....V F
44. Tengo fama de que me gusta "flirtear".V F
45. Me siento muy unido a gente que acabo de conocer.V F
46. Prefiero las actividades que pueda hacer por mí mismo.....V F
47. Pierdo los estribos y me meto en peleas.V F
48. La gente piensa que soy tacaño con mi dinero.V F

49. Con frecuencia busco consejos o recomendaciones sobre decisiones de la vida cotidiana.	V	F
50. Para caer bien a la gente me ofrezco a realizar tareas desagradables.	V	F
51. Tengo miedo de ponerme en ridículo ante gente conocida.	V	F
52. A menudo confundo objetos o sombras con gente.	V	F
53. Soy muy emocional y caprichoso.	V	F
54. Me resulta difícil acostumbrarme a hacer cosas nuevas.	V	F
55. Sueño con ser famoso.	V	F
56. Me arriesgo y hago cosas temerarias.	V	F
57. Todo el mundo necesita uno o dos amigos para ser feliz.	V	F
58. Descubro amenazas ocultas en lo que me dicen algunas personas.	V	F
59. Normalmente trato de que la gente haga las cosas a mi manera.	V	F
60. Cuando estoy estresado las cosas que me rodean no me parecen reales.	V	F
61. Me enfado cuando la gente no quiere hacer lo que le pido.	V	F
62. Cuando finaliza una relación, tengo que empezar otra rápidamente.	V	F
63. Evito las actividades que no me resulten familiares para no sentirme molesto tratando de hacerlas.	V	F
64. A la gente le resulta difícil saber claramente qué estoy diciendo.	V	F
65. Prefiero asociarme con gente de talento.	V	F
66. He sido víctima de ataques injustos sobre mi carácter o mi reputación.	V	F
67. No suelo mostrar emoción.	V	F
68. Hago cosas para que la gente me admire.	V	F
69. Suelo ser capaz de iniciar mis propios proyectos.	V	F
70. La gente piensa que soy extraño o excéntrico.	V	F
71. Me siento cómodo en situaciones sociales.	V	F
72. Mantengo rencores contra la gente durante años.	V	F
73. Me resulta difícil no estar de acuerdo con la personas de las que dependo.	V	F
74. Me resulta difícil no meterme en líos.	V	F
75. Llego al extremo para evitar que la gente me deje.	V	F
76. Cuando conozco a alguien no hablo mucho.	V	F
77. Tengo amigos íntimos.	V	F

Anexo 5 Escala de Habilidades Sociales

NOMBRE:

.....

EDAD:

.....

INST. EDUCATIVA:

.....

GRADO:

.....

FECHA:

.....

MOTIVO DE EVALUACION:

.....

EXAMINADOR:

.....

INSTRUCCIONES:

A continuación, aparecen frases que describen diversas situaciones, se trata de que las lea muy atentamente y responda en qué medida se identifica o no con cada una de ellas, si le describe o no. No hay respuestas correctas ni incorrectas, lo importante es que responda con la máxima sinceridad posible.

Para responder utilice la siguiente clave:

A = No me identifico, en la mayoría de las veces no me ocurre o no lo haría.

B = No tiene que ver conmigo, aunque alguna vez me ocurra

C = Me describe aproximadamente, aunque no siempre actúe así o me sienta así

D = Muy de acuerdo, me sentiría así o actuaría así en la mayoría de los casos

Encierre con un círculo la letra escogida a la derecha, en la misma línea donde está la frase que está respondiendo.

1. A veces evito hacer preguntas por miedo a ser estúpido	A B C D
2. Me cuesta telefonar a tiendas, oficinas, etc. para preguntar algo	A B C D
3. Si al llegar a mi casa encuentro un defecto en algo que he comprado, voy a la tienda a devolverlo.	A B C D
4. Cuando en una tienda atienden antes a alguien que entro después que yo, me quedo callado.	A B C D
5. Si un vendedor insiste en enseñarme un producto que no deseo en absoluto, paso un mal rato para decirle que "NO"	A B C D
6. A veces me resulta difícil pedir que me devuelvan algo que deje prestado.	A B C D
7. Si en un restaurant no me traen la comida como le había pedido, llamo al camarero y pido que me hagan de nuevo.	A B C D
8. A veces no sé qué decir a personas atractivas al sexo opuesto.	A B C D
9. Muchas veces cuando tengo que hacer un halago no sé qué decir.	A B C D
10. Tiendo a guardar mis opiniones a mí mismo	A B C D
11. A veces evito ciertas reuniones sociales por miedo a hacer o decir alguna tontería.	A B C D
12. Si estoy en el cine y alguien me molesta con su conversación, me da mucho apuro pedirle que se calle.	A B C D
13. Cuando algún amigo expresa una opinión con la que estoy muy en desacuerdo prefiero callarme a manifestar abiertamente lo que yo pienso.	A B C D
14. Cuando tengo mucha prisa y me llama una amiga por teléfono, me cuesta mucho cortarla.	A B C D
15. Hay determinadas cosas que me disgusta prestar, pero si me las piden, no sé cómo negarme.	A B C D
16. Si salgo de una tienda y me doy cuenta de que me han dado mal vuelto, regreso allí a pedir el cambio correcto	A B C D
17. No me resulta fácil hacer un cumplido a alguien que me gusta.	A B C D
18. Si veo en una fiesta a una persona atractiva del sexo opuesto, tomo la iniciativa y me acerco a entablar conversación con ella.	A B C D
19. Me cuesta expresar mis sentimientos a los demás	A B C D
20. Si tuviera que buscar trabajo, preferiría escribir cartas de presentación a tener que pasar por entrevistas personales.	A B C D
21. Soy incapaz de regatear o pedir descuento al comprar algo.	A B C D

22. Cuando un familiar cercano me molesta, prefiero ocultar mis sentimientos antes que expresar mi enfado.	A B C D
23. Nunca se cómo "cortar "a un amigo que habla mucho	A B C D
24. cuando decido que no me apetece volver a salir con unas personas, me cuesta mucho comunicarle mi decisión	A B C D
25. Si un amigo al que he prestado cierta cantidad de dinero parece haberlo olvidado, se lo recuerdo.	A B C D
26. Me suele costar mucho pedir a un amigo que me haga un favor.	A B C D
27. Soy incapaz de pedir a alguien una cita	A B C D
28. Me siento turbado o violento cuando alguien del sexo opuesto me dice que le gusta algo de mi físico	A B C D
29. Me cuesta expresar mi opinión cuando estoy en grupo	A B C D
30. Cuando alguien se me "cuela" en una fila hago como si no me diera cuenta.	A B C D
31. Me cuesta mucho expresar mi ira, cólera, o enfado hacia el otro sexo aunque tenga motivos justificados	A B C D
32. Muchas veces prefiero callarme o "quitarme de en medio "para evitar problemas con otras personas.	A B C D
33. Hay veces que no se negarme con alguien que no me apetece pero que me llama varias veces.	A B C D
TOTAL	

Anexo 6 Resultados Complementarios

Tabla 4

Tabla de correlación entre las variables

Medidas simétricas				
	Valor	Error estándar asintótico ^a	T aproximada ^b	Significación aproximada
Correlación de Spearman	-0,250	0,121	-2,102	,039 ^c
N de casos válidos	68			

a. No se presupone la hipótesis nula.
b. Utilización del error estándar asintótico que presupone la hipótesis nula.
c. Se basa en aproximación normal.



Loja, 08 de septiembre del 2022

CERTIFICADO DE TRADUCCIÓN

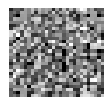
El suscrito Coordinador Académico Javier Mauricio Agila Salazar de la Academia de Idiomas "Enjoy English" con No. de Registro: **1246581**.

HACE CONSTAR:

Que respondiendo a lo solicitado por la señorita **Sharon Carolina Piedra Caillagua** quien se identifica con número de cédula: **1150007209**, se ha realizado la respectiva traducción del idioma español al idioma inglés el resumen correspondiente al trabajo de investigación "**Rasgos de personalidad y habilidades sociales en adolescentes de una unidad educativa de la ciudad de Loja, periodo 2022**".

Se expide el presente documento, de acuerdo a Ley, para los fines que el interesado crea conveniente.

Atentamente,



JAVIER
MAURICIO AGILA
SALAZAR



Mgs. Javier Mauricio Agila Salazar.
COORDINADOR ACADÉMICO