

**UNIVERSIDAD CATÓLICA SEDES SAPIENTIAE**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**



Ansiedad rasgo - estado y adaptación de conducta en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Lima Norte

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

**AUTORA**

Jennyfer Milagros Amaro Bravo

**ASESORA**

Claudia Rebeca Cahui Ramírez

Lima, Perú

2020

Ansiedad rasgo - estado y adaptación de conducta en  
estudiantes del nivel secundario de una institución  
educativa de Lima Norte

**DEDICATORIA**  
**“Sigue a tu corazón, pero procura llevar  
siempre contigo tu cerebro” (Alfred Adler)**

## **AGRADECIMIENTO**

A Dios por darme la vida y la  
fortaleza para continuar.

A mi familia y amigos por la  
motivación constante.

A mi asesora, por la paciencia y  
dedicación constante e incondicional

## RESUMEN

**Objetivo:** determinar la relación entre la ansiedad rasgo – estado y la adaptación de conducta en estudiantes del nivel secundario en una Institución educativa del distrito de San Martín de Porres. **Materiales y métodos:** el estudio es de enfoque cuantitativo, diseño no experimental, de alcance correlacional y corte transversal. La población fue de 174 estudiantes de 3ro a 5to año del nivel secundaria. Los instrumentos utilizados fueron, el inventario de ansiedad rasgo - estado (IDARE) y el Inventario de adaptación de conducta (IAC). El análisis estadístico fue a través del programa Stata 14 y se hizo uso de la prueba de Chi-Cuadrado para la prueba de hipótesis. **Resultado:** se aprecia una relación indirecta en el aumento de los niveles de la adaptación de conducta y la disminución de la ansiedad estado ( $p=0.039$ ) y la ansiedad rasgo ( $p=0.000$ ) en los adolescentes evaluados. Asimismo, la edad promedio del estudiante y el grado de instrucción secundaria de la madre ( $p=0.020$ ), se relacionan a la adaptación de conducta. **Conclusión:** se puede concluir, que existe un desequilibrio en las actitudes y el accionar del comportamiento, mostrando cierta inseguridad y preocupación ante cambios en el estado emocional, se relacionan a sentimientos de tensión, nerviosismo y preocupación o en algunos casos amenazantes, consideradas en el sujeto como una ansiedad rasgo y estado.

**Palabras clave:** Ansiedad Social, Adaptación Psicológica, estudiantes, adolescencia, conducta (Fuente: DeCS).

## ABSTRACT

**Objective:** to determine the relationship between trait-state anxiety and behavior adaptation in secondary school students at an educational institution in the San Martín de Porres district. **Materials and methods:** the study has a quantitative approach, non-experimental design, correlational scope and cross-sectional. The population was 174 students from 3rd to 5th year of secondary level. The instruments used were the state-trait anxiety inventory (IDARE) and the Behavior Adaptation Inventory (IAC). The statistical analysis was through the Stata 14 program and the Chi-Square test was used for hypothesis testing. **Result:** an indirect relationship is seen in the increase in the levels of behavior adaptation and the decrease in state anxiety ( $p = 0.039$ ) and trait anxiety ( $p = 0.000$ ) in the adolescents evaluated. Likewise, the average age of the student and the mother's level of secondary education ( $p = 0.020$ ) are related to behavioral adaptation. **Conclusion:** it can be concluded that there is an imbalance in attitudes and actions of behavior, showing certain insecurity and concern in the face of changes in emotional state, they are related to feelings of tension, nervousness and concern or in some cases threatening, considered in the subject as a trait and state anxiety.

**Keywords:** Social Anxiety, Psychological Adaptation, students, behavior, adolescence, conduct (Source: DeCS).

## ÍNDICE

Resumen	v
Índice	vii
Introducción	viii
Capítulo I El problema de investigación	9
1.1.Situación problemática	9
1.2.Formulación del problema	9
1.3.Justificación de la investigación	9
1.4.Objetivos de la investigación	9
1.4.1.Objetivo general	9
1.4.2.Objetivos específicos	9
1.5.Hipótesis	9
Capítulo II Marco teórico	10
2.1.Antecedentes de la investigación	10
2.2.Bases teóricas	10
Capítulo III Materiales y métodos	11
3.1.Tipo de estudio y diseño de la investigación	11
3.2.Población y muestra	11
3.2.1.Tamaño de la muestra	11
3.2.2.Selección del muestreo	11
3.2.3.Criterios de inclusión y exclusión	11
3.3.Variables	11
3.3.1.Definición conceptual y operacionalización de variables	11
3.4.Plan de recolección de datos e instrumentos	11
3.5.Plan de análisis e interpretación de la información	11
3.6.Ventajas y limitaciones	11
3.7.Aspectos éticos	11
Capítulo IV Resultados	12
Capítulo V Discusión	13
5.1. Discusión	13
5.2. Conclusión	13
5.3. Recomendaciones	13
Referencias bibliográficas	14
Anexos	

## INTRODUCCIÓN

La presente investigación aborda temas de contexto social que tiene mucha repercusión en los procesos formativos de los adolescentes como son, el proceso de adaptación conductual y la ansiedad en sus procesos de estado y rasgo, son temas de investigación actual, dada la trascendencia y repercusión en la salud de los adolescentes dentro del marco estudiantil (Gonzales-Vigil, 2008; Saavedra, 2017). Ante ello, los adolescentes durante la estancia en la escuela presentan una serie de dificultades de carácter social (Matos 2014). Consecuentemente, las carencias de dichas interacciones sociales asertivas dan como resultado comportamientos pasivos y agresivos, lo cual dificulta su interacción social. Por tal motivo, parte la pregunta de investigación ¿cuál es la relación entre la ansiedad rasgo - estado y la adaptación de conducta en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Lima Norte?

Ante ello, resultó evidente la importancia de plantear el objetivo general que fue determinar la relación entre la ansiedad en sus dos dimensiones como son el rasgo y el estado y la adaptación de conducta en los adolescentes, ofreciendo aportes significativos en relación con la teoría e investigaciones desarrolladas a la fecha. A si mismo el estudio representa un aporte de carácter social, dado que con los resultados se podrán plantear estrategias o medidas preventivas a la población de estudio, a través de talleres o charlas que orienten a mejorar la problemática.

En tanto, la investigación mostró ventajas en su desarrollo que tienen que ver con la elección de los instrumentos estandarizados y debidamente validados en nuestra realidad, la representatividad de población evaluada, puesto que se consideró a toda la población de estudio en las evaluaciones, por lo que se trató de una muestra representativa. Sin embargo, existieron algunas limitaciones que tienen que ver con el alcance del estudio, tratando de un estudio relacional no pudo hacer inferencias de carácter causal, además del uso de evaluaciones de auto reporte, pudiendo haber existido algún sesgo de información por deseabilidad social.

Por otro lado, en lo que respecta a las variables de investigación algunos autores señalan lo siguiente: Spielberger (1972) señaló una relación en las magnitudes de la ansiedad rasgo y ansiedad estado, especialmente si este es elevado. Por lo contrario, si la ansiedad rasgo es baja podría manifestar respuestas de una elevada ansiedad estado, durante circunstancia que considera como amenazantes (González – Vigil, 2008). Mientras que, De la Cruz y Cordero (1981) refiere a la forma con la que el individuo se adecúa a la sociedad, así como también a la aprobación de su físico, con la intención de desarrollar su independencia emocional con respecto a su familia y entorno social, ajustándose a normas admitidas y aplicadas en uno mismo y los demás. En ese sentido, se planteó la hipótesis general de investigación sobre la existencia de relación entre la ansiedad rasgo - estado y la adaptación de conducta en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Lima Norte.

Por ende, la investigación comprende cinco capítulos. Capítulo I. Situación problemática, comprendido por el planteamiento del problema, la situación problemática, formulación del problema, objetivo general y específicos, justificación de la investigación y las hipótesis planteadas. El capítulo II. Comprende el marco teórico. Capítulo III. Materiales y método, en donde se describe el tipo y diseño de investigación, la población y muestra, la operacionalización de las variables principales y sociodemográficas, se presentan las técnicas e instrumentos de medición. También se hace referencia al procedimiento de ejecución para la recolección de datos y el procedimiento de análisis estadístico de los datos, así como los aspectos administrativos y cronograma de actividades. El capítulo IV. Resultados, contienen a los resultados observados en la investigación. El capítulo V, se aborda la discusión, conclusiones y recomendaciones de la investigación.



## **CAPÍTULO I. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

### **1.1. Situación problemática**

La adaptación de conducta y la ansiedad estado – rasgo, son temas de investigación actual, dada la trascendencia y repercusión en la salud de los adolescentes dentro del marco estudiantil (Gonzales-Vigil, 2008; Saavedra, 2017). Ante ello, los adolescentes durante la estancia en la escuela, presentan una serie de dificultades de carácter social (Matos 2014). Por lo tanto, la falta de interacción social segura de sí mismos conduce a un comportamiento pasivo y agresivo, lo que dificulta su interacción social. De igual forma, cuando un adolescente tiene baja adaptabilidad, le resulta difícil hacer frente a los requerimientos del entorno externo y presenta problemas como la poca tolerancia a la frustración, baja autoestima, inestabilidad emocional y actitud crítica. Para su familia, interés por el aprendizaje y dificultades para integrarse en grupos sociales (Matos, 2014).

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2011), durante la etapa de la adolescencia registró que alrededor del 20 % de adolescentes a nivel mundial han pasado por problemas relacionados con la depresión o ansiedad. Mientras que en el Perú el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) (2013), hace mención que los trastornos emocionales y del comportamiento en niños, asciende a unos 17078 casos y en adolescentes representan 4441 casos, adquiridos de la base de datos de salud mental de varios centros hospitalarios del Perú. En el 2017 solo en el departamento de Lima se reportaron 11 329 casos, siendo la región con mayor porcentaje de representatividad relacionados a los trastornos emocionales en menores de 11 a 17 años, teniendo como principales problemas a la depresión y la ansiedad (Alva, 2017).

Por otro lado, un reporte realizado por la Defensoría Municipal del Niño y del Adolescente (DEMUNA) encontraron alrededor de 13 088 casos con edades comprendidas entre los 12 y 17 años, en donde aproximadamente un 20% de ellos señalan haber sido víctimas de violencia familiar, abandono de hogar, de los cuales 2 825 niños y adolescentes presentaron como consecuencia problemas conductuales (López y Huamani, 2017).

En este sentido, se ha reportado que un adolescente con bajo nivel de adaptación conductual presenta un nivel alto de ansiedad estado y ansiedad rasgo (De la cruz y Cordero, 1990). Esto puede deberse a los constantes problemas que el adolescente atraviesa sobre la aceptación de sí mismo, la relación con los padres y su entorno social (De la cruz y Cordero, 1990). Al no contar con los recursos mínimos que permitan equilibrar sus actitudes, generando una preocupación ante los cambios hormonales propios de la edad y que representan una problemática habitual en estos adolescentes (Saavedra, 2017). Todo ello, conlleva a un cambio en el estado emocional y podría estar generando sentimiento de tensión, nerviosismo y preocupación que por consecuencia generan niveles elevados de ansiedad ante situaciones cambiantes o en algunos casos amenazantes, consideradas en el sujeto como una ansiedad rasgo y estado (Gonzales-Vigil, 2008).

Concurren diferentes razones por lo que los estudiantes están propensos a tener una adaptación de conducta incorrecta. La edad promedio del estudiante que está sujeto a constantes cambios hormonales ya sea físicos o cognitivos, en algunos casos se ven influenciados por una aceptación dentro de un grupo, pasando por una inconformidad social (Licuy, 2017). El grado de instrucción de los padres es un factor que favorece que los hijos logren favorablemente sus objetivos, reduciendo la dependencia y generando

sentido de responsabilidad e independencia, con el propósito de orientarlos y ayudarles a adaptarse socialmente (Díaz, 2018).

Por ende, la necesidad de conocer la asociación entre la ansiedad en sus dos dimensiones como son el rasgo y el estado y la adaptación de conducta, es de carácter relevante; puesto que, ofrecerá aportes significativos respecto a la problemática evidenciada y de esta manera ofrecer datos actuales sobre estas variables. Por tal motivo, se propuso el objetivo de determinar la relación entre la ansiedad rasgo - estado y la adaptación de conducta en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Lima Norte.

## **1.2. Formulación del problema**

### **1.2.1. Problema general**

¿Cuál es la relación entre la ansiedad rasgo - estado y la adaptación de conducta en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Lima Norte?

### **1.2.2. Problemas específicos**

1. ¿Cuáles son los niveles de ansiedad rasgo y estado en los estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Lima Norte?
2. ¿Cuáles son los niveles para la adaptación de conducta y sus dimensiones en los estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Lima Norte?
3. ¿Existe relación entre la ansiedad estado y rasgo con los datos sociodemográficos en los estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Lima Norte?
4. ¿Existe relación entre la adaptación de conducta y los datos sociodemográficos en los estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Lima Norte?

## **1.3. Justificación de la investigación**

Los adolescentes atraviesan una serie de cambios como parte del proceso de su desarrollo, muchos de estos ocurren en la instancia de la educación secundaria. Este período es considerado como “una época de descubrimiento personal” (Winnicott, 1976, p. 106), debido a una serie de cambios a nivel biopsicosocial en el individuo (Hurlock, 1976; Florenzano, 2002). En ese sentido, estas demandas psicosociales, provista de cambios podrían verse como estímulos amenazantes y, por otro lado, desplegar respuestas conductuales ante este estrés inicial a través del afrontamiento a las mismas (Carver, Kumari & Scheier, 1989). Es así que diversas investigaciones hablan acerca de la ansiedad y de la manera como un adolescente puede afrontar el mismo, teniendo un éxito o fracaso en el proceso.

Por otro lado, García y Magaz (1998) confirmaron que la adaptación humana a diferentes situaciones se compone de dos procesos: uno es ajustar su comportamiento de acuerdo con los deseos, gustos, preferencias y necesidades individuales y el otro es ajustar los comportamientos individuales. Afrontar la situación del entorno con el que interactúa, por ejemplo: los deseos, gustos, preferencias y necesidades de las personas que interactúan con él de forma ocasional o habitual.

Según lo expuesto, resulta relevante conocer las características conductuales que presentan los estudiantes a esta edad y cómo se estaría produciendo algún tipo adaptación frente a una situación o entorno, según el estado de ánimo del adolescente. Puesto que, la pubertad es una etapa difícil para los humanos, porque se mezclan

diferentes sentimientos. Además, se caracteriza por un fuerte deseo de vivir diversas situaciones, pero en muchos casos no desean, no conocen o no aceptan los riesgos que pueden traer. En esta etapa del desarrollo humano, cuando los adolescentes deben tomar decisiones por sí mismos, surge el primer conflicto, que puede provocar algún tipo de ansiedad. Ante ello, resultó evidente la importancia de determinar la posible relación entre la ansiedad en sus dos dimensiones como son el rasgo y el estado y la adaptación de conducta en los adolescentes, puesto que, con ello se ofreció aportes significativos en relación a la teoría e investigaciones desarrolladas a la fecha.

Es por ello, que la presente investigación ofrece aportes de carácter teórico, debido a que no existen investigaciones que hayan asociado a estas dos variables en un mismo estudio. Otro aporte es de carácter metodológico, a través de los datos que se obtuvieron mediante el análisis estadístico dando apertura a nuevas investigaciones que ayudarán al conocimiento científico. Por último, el estudio tiene un aporte de carácter social, debido a que con los resultados de la investigación se podrán plantear estrategias o medidas preventivas a la población de estudio, a través de talleres o charlas que orienten a mejorar la problemática.

#### **1.4. Objetivos de la investigación**

##### **1.4.1. Objetivo general**

Determinar la relación existente entre la ansiedad rasgo - estado y la adaptación de conducta en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Lima Norte.

##### **1.4.2. Objetivos específicos**

1. Identificar los niveles de ansiedad rasgo y estado en los estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Lima Norte.
2. Identificar los niveles para la adaptación de conducta y sus dimensiones en los estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Lima Norte.
3. Determinar la relación entre la ansiedad estado y rasgo con los datos sociodemográficos en los estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Lima Norte.
4. Determinar la relación entre la adaptación de conducta y los datos sociodemográficos en los estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Lima Norte.

#### **1.5. Hipótesis**

**H1:** Existe relación entre la ansiedad rasgo - estado y la adaptación de conducta en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Lima Norte.

**H0:** No existe relación entre la ansiedad rasgo - estado y la adaptación de conducta en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Lima Norte.

##### **1.5.1. Hipótesis Específicas**

1. Existe relación entre la ansiedad estado y rasgo con los datos sociodemográficos en los estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Lima Norte.
2. Existe relación entre la adaptación de conducta y los datos sociodemográficos en los estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Lima Norte.

## **CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO**

### **2.1. Antecedentes de la investigación**

#### **2.1.1. Antecedentes internacionales**

Para el estudio de Gonzáles (2013) en Guatemala, "Ansiedad en el proceso de adaptación de los estudiantes de primer año que ingresan al ciclo de educación básica", la muestra del estudio estuvo conformada por 155 hombres y mujeres entre 12 y 14 años de la ciudad de Salcajá, estudiantes de primer año en el gobierno y lugares públicos; se aplicó un informe de investigación que involucre varios reactivos; asimismo se administró la prueba psicológica (STAI 82), que puede medir el rasgo de ansiedad y el estado de ansiedad. Los resultados del estudio muestran que los estudiantes enfrentan altos niveles de ansiedad de rasgo y estado, a pesar de que el estudio se realizó en los dos últimos meses del ciclo, todavía se sienten ansiosos por las instituciones educativas.

Finalmente, López (2013) en su trabajo sobre "Asertividad, Estado Emocional y Adaptación en Adolescentes", cuya muestra estuvo conformada por 142 adolescentes, de ambos sexos, de un Colegio de Bilbao. Para el estudio del nivel de asertividad se ha utilizado el Autoinforme de conducta asertiva (ADCA-1); para la evaluación de los niveles de ansiedad y estrés se han empleado las escalas Magallanes de Ansiedad y Estrés (EMEST y EMANS) y para valorar los niveles de adaptación se han aplicado de la Escala Magallanes de Adaptación (EMA) los factores: adaptación a compañeros/as, personal y al centro escolar en general. Los resultados del análisis indicaron que, a niveles de asertividad elevados, tanto en auto asertividad como en hetero-asertividad, se observan mayores niveles de adaptación personal y con compañeros; así como niveles más bajos de ansiedad y estrés, aumentando los indicadores de ansiedad y estrés en los estilos de interacción social "Pasivo" y "Agresivo". Además, los resultados mostraron que no existe relación entre los niveles de asertividad y la adaptación al centro escolar.

Finalmente, López (2013) en su trabajo sobre "Asertividad, Estado Emocional y Adaptación en Adolescentes", La muestra estuvo formada por 142 niños y niñas del colegio de Bilbao. Para estudiar el nivel de asertividad se aplicó el autoinforme de comportamiento asertivo (ADCA-1). Para poder medir el nivel de ansiedad y estrés se ha utilizado la Escala de Ansiedad y Estrés de Magellan (EMEST y EMANS) y se ha evaluado el nivel de adaptación. Asimismo, se aplicó la Escala de Adaptación de Magellan (EMA) a los siguientes factores: adaptación a compañeros / empleados y escuelas. Los resultados del análisis muestran que, en el caso de alta autoconfianza, ya sea en la autoconfianza o en la autoconfianza del sexo opuesto, se puede observar un mayor nivel de adaptabilidad personal y cooperación con los compañeros. Además de niveles más bajos de ansiedad y estrés, los indicadores de ansiedad y estrés se agregan a los estilos "pasivo" y "activo" de interacción social. Además, los resultados muestran que no existe relación entre el nivel de autoconfianza y la adaptación escolar.

Mancía (2011) realizó un estudio en el que investigó sobre la adaptabilidad psicosocial de adolescentes de 14 a 18 años víctimas de delitos comunes en Guatemala. Su objetivo principal es determinar el nivel de adaptación social y psicológica del grupo de jóvenes. En una población de 46 adolescentes, 29 son hombres y 17 son mujeres, de los cuales 23 están estudiando en escuelas privadas y los otros 23 están estudiando en instituciones públicas. El método utilizado en el estudio corresponde al enfoque cuantitativo, no experimental, de diseño descriptivo transversal. Asimismo, para la medición de variables se utilizó una Escala de Adaptación Conductual (IAC) y se aplicó análisis estadístico mediante la tabla de frecuencias, porcentaje y prueba t de Student de muestras independientes a través del programa Excel. Los resultados obtenidos

muestran que, en cuanto a la adaptación personal, no existe diferencia entre los distintos grupos de edad; en el ámbito de la adaptación social, existen diferencias estadísticas entre los de 16 y 18 años en los lugares públicos y privados. El nivel promedio de los jóvenes de 18 años en la región es bajo. La investigación también muestra que las escuelas privadas tienen el nivel promedio más alto en los campos personal, social y global. Por tanto, se puede concluir que existen diferencias en el nivel de adaptación psicosocial entre instituciones públicas y privadas.

### **2.1.2. Antecedentes nacionales**

En el entorno nacional, Chuna (2017) en su estudio sobre “Adaptación de conducta en estudiantes de tercero, cuarto y quinto del nivel secundario de la Institución Educativa Salesiano Don Bosco, Callao”, la muestra incluyó a 74 estudiantes de instituciones educativas. Para fines de investigación se utilizó el IAC, una escala de adaptación conductual, adaptada al Perú por Cesar Ruiz Alva; se utilizó el paquete estadístico SPSS 22 y el programa Ms Excel 2016 para procesar la información, y se encontraron los siguientes resultados: El nivel promedio de estudiantes en instituciones educativas es 68 %. En cuanto a su escala: en el ámbito personal, el 22% de las personas tiene dificultad para obtener; en el ámbito familiar la dificultad llega al 19%, en el ámbito educativo la dificultad llega al 3%, y en el ámbito social la dificultad llega al 16%.

Por otro lado, Paucar y Pérez (2016) en su estudio sobre “Estilos de socialización parental y adaptación de conducta en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Lima este, 2016”, en la muestra se encontraron 200 estudiantes de cuarto y quinto grado de secundaria en una institución educativa del este de Lima. Las herramientas utilizadas incluyen la Escala de Adaptación Conductual-IAC, adaptada de Ruiz (1995); la Escala de Estilo Social Parental, en ESPA 29 de Adolescentes, Mu Latour y García (2004), adaptada de Jara (2013). Se encontró que no hubo correlación entre el estilo social de la madre y la adaptación conductual del adolescente y no hubo correlación entre el estilo social del padre y la adaptación conductual del adolescente. Sin embargo, la aceptación / participación de la madre ( $\rho = .153$ ;  $p = .030$ ), la coerción / imposición del padre ( $\rho = -.164$ ;  $p = .021$ ) y la aceptación / participación del padre ( $\rho = .290$ ;  $p = .000$ ) está significativamente relacionado con la adaptabilidad conductual de los adolescentes.

Asimismo, Vargas (2016) en su estudio sobre “Ansiedad estado – rasgo y resiliencia en las adolescentes en situación de riesgo de un albergue de Trujillo”, treinta y un adolescentes de la muestra corrían peligro en el albergue de Trujillo, que tenía entre 12 y 18 años. Para ello, se utilizaron la Escala de autoevaluación de ansiedad rasgo estado (IDARE) y la Escala de adaptabilidad adolescente (ERA). El tipo de investigación es sustantivo y el diseño utilizado es descriptivo y relevante. La investigación ha encontrado que existe una relación estadísticamente significativa entre la ansiedad y la resiliencia. Específicamente, se encuentra que existe una relación muy importante entre ansiedad - estado y los elementos moralidad e iniciativa. Solo existe una relación importante entre la ansiedad - estado y la creatividad. Además, con respecto a la ansiedad rasgo, solo se relaciona significativamente con el componente moral.

Por su parte Matos (2014) en su investigación sobre “Asertividad y adaptación de conducta en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa estatal de Chimbote”. Como muestra cuenta con 174 alumnos y alumnas de cuarto y quinto año, este trabajo utiliza investigación sustantiva y el diseño utilizado es descriptivo. Las herramientas utilizadas son la escala multidimensional de asertividad (EMA) compuesta por tres áreas (asertividad indirecto, no asertividad y asertividad) y el inventario de adaptación conductual compuesta por cuatro áreas (adaptación personal, adaptación familiar, adaptación escolar y adaptación social). Los resultados obtenidos encontraron

que existe una relación estadísticamente significativa entre la autoconfianza y la adaptación conductual y la adaptación personal, la adaptación familiar y la adaptación social, pero no existe una relación estadísticamente significativa entre la autoconfianza y la adaptación escolar.

Finalmente, Velásquez (2002) en su investigación sobre “Creencias irracionales y ansiedad en ingresantes de la Universidad Nacional de Ingeniería”. A partir del ciclo 2000 I, 652 estudiantes de la muestra han ingresado a la Universidad Nacional de Ingeniería. El tipo de muestra es no probabilístico o intencional. Las herramientas utilizadas son la Escala de Creencias Irracionales de Albert Ellis y la Escala de Ansiedad Estado / Rasgo IDARE. A partir de los resultados del descubrimiento se puede comprobar que existe una relación estadísticamente significativa entre ansiedad (estado-rasgo) y creencias irracionales. La primera afirmación fue parcialmente aceptada. Aun así, la primera afirmación inicialmente nos recordó la causalidad, relaciones dinámicas y transaccionales, que dependen de las recomendaciones de la terapia racional del estado de ánimo (ELLIS, 1980) y la terapia cognitivo-conductual (BECK, 1999); si existe una relación causal, se determina como el problema fundamental del problema descubierto, pero a la vista todavía no podemos resolver el tipo y diseño de este método de investigación.

## **2.2. Bases teóricas**

### **2.2.1. La Ansiedad**

#### **2.2.1.1. Definición**

Spielberg (1980), señala que “la ansiedad es una reacción emocional desagradable producida por un estímulo externo, que es considerado por el individuo como amenazador, produciendo cambios fisiológicos y conductuales en el sujeto (p. 384)”.

#### **2.2.1.2. Teoría sobre la ansiedad estado – rasgo de Charles Spielberger**

Spielberger (1972) menciona que se diferencian dos formas de asumir las emociones, estas son: rasgo y estado.

Spielberger (1972) quien presenta uno de los modelos teóricos de la ansiedad, considera que para definir correctamente la ansiedad se debe considerar la diferencia entre la ansiedad como estado emocional y la ansiedad como rasgo de personalidad. Por esta razón, debido a ello es que propuso la teoría de la ansiedad estado-rasgo y mencionó que el estado emocional se refiere a un proceso emocional específico limitado por el tiempo. Las características emocionales se refieren a la tendencia de un individuo a experimentar cierta emoción con cierta frecuencia en la vida diaria. El estado emocional será un reflejo subjetivo de la condición de vida del sujeto en un momento específico, y la emoción como rasgo de personalidad se fijará a lo largo de la vida, pero debe entenderse que esta última se verá afectada por factores internos (biología, historia- biografía, cultura social, etc.)

Al mismo tiempo, para el autor, el estado y el rasgo de ansiedad pueden ser considerados como estados emocionales o rasgos emocionales de la personalidad, que parten de una estructura mental compleja en la que se superponen cognición, emoción y comportamiento.

Spielberger (1972) aplicó esta situación a la ansiedad. Explicó que la ansiedad estado se refiere a un estado emocional que es transitorio y fluctuante y puede cambiar con el tiempo. Se caracteriza por nerviosismo, preocupación y nerviosismo, pensamientos y

preocupaciones molestas y cambios fisiológicos. El nivel de ansiedad debe ser alto cuando el individuo piensa que existe una amenaza, y el nivel de ansiedad debe ser bajo cuando no hay amenaza, o incluso si hay peligro, no puede considerarse una amenaza.

En términos de ansiedad rasgo, se refiere a diferencias individuales relativamente estables en ansiedad, estas diferencias son tendencias, tendencias o rasgos que perciben una situación (aunque sea posible) como una amenaza. Algunas personas son más propensas a sufrir trastornos de ansiedad que otras. Además, es relativamente permanente en el tiempo y en diferentes circunstancias.

De lo anterior se puede suponer que la ansiedad rasgo se caracteriza por su estabilidad, la cual puede estar relacionada con cambios en estructuras más estables (como el estilo parental y sus dimensiones específicas), mientras que la ansiedad estado se relaciona con condiciones temporales o por medio del entorno. Además, los rasgos no pueden expresarse directamente en la conducta, sino que deben inferirse del aumento en la frecuencia con la que el individuo experimenta un estado de ansiedad (Spielberger y Díaz, 1975). En este sentido, los sujetos con altos niveles de ansiedad rasgo consideran una gama más amplia de situaciones como amenazas y son más propensos a sufrir ansiedad estado con mayor o mayor frecuencia.

El estado de ansiedad alto se considera muy molesto. Por tanto, si una persona no puede evitar el estrés que le provoca, adoptará las habilidades de afrontamiento necesarias para afrontar la situación amenazante. Además, el estado de ansiedad fluctúa en el tiempo y su intensidad varía (Spielberger y Díaz, 1975). Por otro lado, Hackfort y Spielberger (1989) postulan que, en caso de ansiedad rasgo elevada, se produce más rápido el aumento de la ansiedad estado (Pardo 2011).

De manera similar, un punto clave en el modelo de ansiedad de rasgo y ansiedad de estado de Spielberg (1972) está relacionado con percibir y evaluar los estímulos como amenazas. La ansiedad rasgo se manifiesta como una clara tendencia a percibir diversas situaciones como amenazas. Por el contrario, el estado de ansiedad se expresa como una susceptibilidad transitoria de presentar solo una respuesta emocional en determinadas situaciones específicas.

#### **2.2.1.4. Dimensiones de la Ansiedad**

##### **A. Ansiedad estado**

La naturaleza de este estado es de carácter oscilante, los comportamientos más comunes son nerviosismo, pánico, preocupación seguidos de más síntomas físicos, causados por el sistema nervioso autónomo (Spielberger y Díaz, 1975).

##### **B. Ansiedad rasgo**

Se enfoca en el estudio individual de la personalidad y en cómo se diferencia su predisposición a manifestar signos de ansiedad en circunstancias que amenazan la estabilidad, que son de manera más elevada en comparación a la ansiedad estado (Spielberger y Díaz, 1975).

#### **2.2.2. Adaptación de conducta**

##### **2.2.2.1. Definición**

Para De la Cruz y Cordero (1981) es la aprobación que realiza un sujeto sobre su físico y que está relacionada con la adaptación de su comportamiento aceptado en la sociedad, en búsqueda de independencia emocional.

### **2.2.2.2. Ajuste de Conducta Modelo Teórico**

De la Cruz y Cordero (1981) determinan como adaptación al proceso de ajustes aplicados en uno mismo para adecuarse a su medio social. Más adelante, De la Cruz y Cordero (1990) manifiestan las conductas adaptativas en base a normas determinadas por el entorno familiar, escolar e individual, que deben adoptar los estudiantes. Además, evidencian las habilidades sociales, cognitivas y emocionales que han logrado desarrollar. La adaptación en relación al factor interpersonal es representada en una persona satisfecha con su vida a nivel familiar y expresa una personalidad positiva, producto de circunstancias pasadas y la realidad actual que enfrenta.

De igual manera, la adaptación es consecuencia del tipo de convivencia en el ambiente familiar, además de un proceder individual, la forma de generar soluciones ante contratiempos, el tipo de relación entre los integrantes de la familia, el estado en el que se encuentra la familia, etc. Finalmente, la adaptación es producto de la importancia que muestre el estudiante en relación a las normas, exigencias, expectativas y demandas que le impone la realidad y si este logra sentirse cómodo en este tipo de situaciones; tienen sentimientos agradables por sus compañeros, docentes, personal, no pone en cuestión los alcances de su libertad por las demandas y limitaciones que establece el profesor o el sistema educativo. En el proceso de adaptación escolar se proyectarán habilidades sociales dependiendo la circunstancia (Iriarte, 1992).

### **2.2.2.3. Áreas de la adaptación conductual**

Las dimensiones planteadas por Victoria M. De la Cruz y Agustín Cordero (1981) autores del IAC, son: Personal, familiar, Escolar y Social.

#### **A. Adaptación personal**

Se refiere a los ajustes de la conducta que uno mismo realiza para poder adecuarse al entorno social y/o un modelo de conducta deseado López (2012).

Para Novel (1991), la adaptación personal son respuestas que se ajustan al tipo de circunstancias, ya sean negativas o positivas. Y estas respuestas en relación a la naturaleza del asunto formarían en la persona un equilibrio interno o, por el contrario, un comportamiento disfuncional.

Es también el equilibrio interno que se puede ver proyectado en las emociones, acciones y modo de pensar. Es notable la versatilidad del equilibrio durante los continuos cambios. Asimismo, con la ausencia de la adaptación personal, surgiría la tristeza, temores, inseguridad, baja autoestima, entre otros. La adaptación personal comprende más que solo una estabilidad interna, es también adecuarse a la realidad de su entorno (Rodríguez, Loscano y Caballero. 2002).

#### **B. Adaptación familiar**

Pichardo (2002) menciona a la familia como factor vital durante el desarrollo de adaptación en diversas circunstancias y eventual medio social, con el respeto como base de su formación y fijando normas para la convivencia, con la finalidad de generar en los hijos, un sentido de autonomía que surgiría a medida que



crece, para permitirles decidir asertivamente. Sin embargo, cuando en el ambiente familiar no muestran interés en estas acciones, los hijos reciben una crianza escasa de cariño y valores, obteniendo maltratos, indiferencia y rechazo. Las repercusiones se manifiestan más adelante, cuando los individuos son sensibles ante las críticas, indecisos, con baja autoestima y en el peor de los casos sentirse deprimido o con ganas de morir. Perjudicando a sí mismo y a los demás.

### **C. Adaptación educativa**

Fernández (2010) describe al moderno sistema académico como símbolo de diversidad de una sociedad cambiante y heterogénea. La formación que brinda este sistema se debe basar en las habilidades sociales y problemas académicos, ajustarse a la realidad de los estudiantes. En ocasiones se observan conductas problemáticas, inclusive trastornos de déficit de atención con hiperactividad, trastornos psicológicos o depresión, perjudicando su etapa académica.

### **D. Adaptación social**

La adaptación social según Dorsch (2000), está relacionado al cumplimiento de metas impuestas por una sociedad con ciertas expectativas como una carrera profesional, pareja, entre otros. Sin embargo, para La enciclopedia Universal (2012) es los ajustes que aplica el individuo a su propio comportamiento y obtener aceptación de su medio social. Durante este proceso el individuo abandona ciertas conductas que solía practicar, para que el medio social al que desea integrarse, lo acepte y empiece a adoptar otros en armonía a su nueva y aceptada personalidad.

#### **2.2.2.4. Desarrollo de la adaptación conductual**

Las personas durante su desarrollo experimentan conductas de adaptación. Por ende, en la niñez y la adolescencia del individuo, se producen situaciones cruciales en la formación de su personalidad, además de presenciar cambios en la familia, sociedad y entorno académico (Bodin, 1947).

De este modo, para incluir conductas de adaptación en la personalidad de los individuos, los padres de estos deben recrear situaciones de cambios para que los adolescentes vayan familiarizándose a distintas condiciones, esto implica situaciones moderadas de separación, también es importante mantener un equilibrio en sus emociones delante de sus hijos, para evitarles ser testigos de momentos desagradables, tales como peleas, discusiones de pareja o adultos en cuestión, etc. El ejemplo que los adolescentes reciben durante la formación ayudará en los procesos de adaptación, siempre y cuando sean los correctos. En ocasiones, las familias con padres autoritarios y estrictos adoptan normas, reglas y medidas que ocasionarían conductas de rebeldía e inseguridad, es por eso que lo ideal es alcanzar un equilibrio (Educando, 2012).

La relevancia de fomentar la adaptación de manera grupal o individual, en el entorno social y académico, se debe a que es un periodo donde el menor refleja un mejor asimiló y aprendizaje en relación a este tema (Educando, 2012).

Cabrera, Guevara y Barrera (2006) manifestaron que la adaptación conductual tiene un excelente desarrollo cuando el ambiente familiar muestra condiciones de unión, convivencia y protección; así como también, las conductas conflictivas y rebeldes se ven reducidas. Contrariamente, en las familias que no establecen reglas, tienen dificultades para mantener buenos vínculos con su medio social, con el transcurso del tiempo los

menores podrían padecer de ansiedad o depresión. En conclusión, la conducta adaptativa es pilar para una formación interna estable, buena autoestima, tranquilidad y aceptación individual y social (Martínez, Buelga y Cava, 2007).

#### **2.2.2.5. Características de la adaptación y no adaptación de conducta**

Dadivoff (1990) declaró que auto considerarse capaz, eficiente, exitoso; además tener este tipo de pensamientos y sentimientos gratos hacia sí mismo, es propio de una persona adaptada conductualmente. Reflejando independencia del resto, aspiración y empeño para lograr sus objetivos. Sus relaciones interpersonales son adecuadas, sienten satisfacción de su vida, no se angustia con los contratiempos. Sin embargo, Achenbach y Rescorla (2000) determinan algunas conductas intrapersonales e interpersonales como consecuencia de una mala conducta adaptativa, entre ellas; la ansiedad, miedo, estrés, depresión, sentimiento de tristeza y mediocridad, son de manera interna; entre las conductas interpersonales están escapar del hogar, hurtar, involucrarse en conflictos, engañar, estafar, es todo aquello que rompe las reglas adoptadas por la sociedad.

Se sostiene que los conflictos familiares pueden ser a causa de ciertas situaciones como el divorcio o separación de los padres, pobreza, vicios, maltratos o golpes, gritos, etc. En ciertos contextos educativos, los estudiantes procedentes de una cultura diferente tienen inconvenientes para integrarse a un medio distinto al suyo, algunos faltos de aspiraciones, ausentes, sin deseos de aprender, estudiantes que merecen atención psicológica, cada uno con diferentes realidades que impiden un óptimo desarrollo educativo en el salón de clase. De esta manera, el sistema educativo y el personal que lo acompaña debe estar preparado para tratar con este tipo de situaciones (Fernández, 2010).

## **CAPÍTULO III. MATERIALES Y MÉTODOS**

### **3.1. Tipo de estudio y diseño de la investigación**

#### **3.1.1. Tipo de estudio**

El tipo de estudio es correlacional el cual tiene como finalidad dar a saber la relación o nivel de asociación existente entre dos o más definiciones, clases o variables en una muestra o situación específica” (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

#### **3.1.2. Diseño de investigación**

El diseño del presente estudio corresponde al no experimental, lo que para Hernández et, al. (2014) hace referencia a aquellos estudios en los que no existe manipulación de la muestra y solo se recaba la información explícita acerca del fenómeno de investigación. Además, la investigación es de corte transversal, cuyo objetivo es explicar variables, así como estudiar su incidencia y la interrelación en un momento específico (Hernández et, al. 2014).

### **3.2. Población y muestra**

Con respecto a la población de estudio, para Hernández et al., (2014) representa “un conjunto de todos los casos que concuerdan con definidas características” (p.174). En ese sentido, la población estuvo constituida por 174 varones y mujeres adolescentes entre 13 a 17 años de edad de del 3ro, 4º y 5º grado del nivel secundaria de una Institución educativa del distrito San Martín de Porres. No obstante, las evaluaciones fueron realizadas a través de un censo que evaluó a la totalidad de la población.

#### **3.2.3. Criterios de inclusión y exclusión**

##### **Criterios de inclusión**

- Estudiantes que se encontraban en los siguientes grados: 3ro, 4to y 5to año del nivel secundario.
- Estudiantes de ambos sexos.
- Estudiantes con edades oscilantes entre los 13 y 17 años de edad.
- Aquellos estudiantes que aceptaron participar de manera voluntaria en las evaluaciones.
- Los estudiantes que presentaron debidamente firmado el consentimiento informado por los padres.

##### **Criterios de exclusión**

- Estudiantes no matriculados durante el presente año escolar que se llevaron a cabo las evaluaciones.
- Estudiantes que no estuvieron presentes el día de la explicación y entrega de los consentimientos informados para solicitar previa autorización a sus padres.

### **3.3. Variables**

#### **3.3.1. Definición conceptual y operacionalización de variables**

##### **V1: Ansiedad rasgo - estado**

##### **Definición conceptual**

La ansiedad estado es intrínsecamente efímera e indeterminada y puede llegar a alterarse con el transcurso del tiempo, los síntomas más comunes son estrés, nerviosismo, temor, histeria y preocupación, así como también alteraciones fisiológicas (Spielberger, 1972). Mientras que, la ansiedad rasgo se enfoca en el estudio individual de la personalidad y en cómo se diferencia su predisposición a manifestar signos de ansiedad en circunstancias que amenazan la estabilidad, que son de manera más elevada en comparación a la ansiedad estado (Spielberger y Díaz, 1975).

Asimismo, Spielberger (1972) señaló una relación en las magnitudes de la ansiedad rasgo y ansiedad estado, especialmente si este es elevado. Por lo contrario, si la ansiedad rasgo es baja podría manifestar respuestas de una elevada ansiedad estado, durante circunstancia que considera como amenazantes (González – Vigil, 2008).

### **Definición operacional**

La variable ansiedad estado – rasgo es de naturaleza cualitativa politómica ordinal, se encuentra compuesta por dos dimensiones: ansiedad estado y ansiedad rasgo. Se mide a través de Inventario de ansiedad rasgo y estado (IDARE), la cual es una escala de tipo Likert y se califica en niveles: alto (45 a más), medio (34 a 44) y bajo (33 a menos) (ANEXO 1).

## **V2: Adaptación de conducta**

### **Definición conceptual**

Según el autor de De la Cruz y Cordero (De la Cruz y Cordero, 1981) del IAC, la adaptación conductual se refiere a la forma en que los individuos se adaptan a la sociedad y al reconocimiento de su apariencia, con el objetivo de desarrollar su independencia emocional. Su entorno familiar y social se adapta a las normas aceptadas y aplicadas por él y los demás. Durante la adolescencia, existe el deseo de adaptarse a nuevas situaciones, y existe el problema de que no hay razón suficiente para apoyar sus acciones.

### **Definición operacional**

La variable adaptación de conducta es de naturaleza cualitativa politómica ordinal, la cual se compone por las siguientes dimensiones: personal, familiar, educativa y Social. Esta es medida a través del Inventario de Adaptación de Conducta (IAC), instrumento de tipo Likert y evaluación dicotómica y se califica mediante niveles: alto (123 a 90), medio (89 a 67) y bajo (66 a 0) (ANEXO 1).

### **Variables Sociodemográficas**

Estas variables fueron medidas mediante una ficha de datos sociodemográficos. La cual estuvo compuesta de la siguiente forma: sexo, dicotómica nominal (femenino, masculino); edad, discreta con una escala de razón; nivel o grado, politómica ordinal (tercero, cuarto, quinto); estado civil de los padres, politómica nominal (casado, conviviente, soltero); lugar de procedencia, dicotómica nominal (Lima, provincia); número de hermanos, politómica ordinal (1 a 2 hermanos, 3 a 4 hermanos, 5 a más); grado de instrucción de la madre, politómica ordinal (primaria, secundaria, técnico, superior); grado de instrucción del padre, politómica ordinal (primaria, secundaria, técnico, superior) (ANEXO 2).

### 3.4. Plan de recolección de datos e instrumentos

#### 3.4.1 Plan de Recolección de datos

- En primera instancia se realizó las coordinaciones pertinentes con la institución educativa ubicada en el distrito de San Martín de Porres, para obtener el permiso necesario, que se llevar a cabo por medio de una entrevista con las respectivas autoridades y con una carta de presentación donde se especifica la finalidad del proyecto y los alcances del estudio.
- Posteriormente, una vez obtenido el permiso por parte de la institución, se coordinó con dicha institución para poder informar a las autoridades de la institución (docentes) sobre el estudio que se realizó mediante una reunión y de esta manera dar a conocer de manera más específica los alcances de la investigación.
- Se comunicó a los tutores de aula sobre el proyecto, con la intención de informarles sobre las características de la investigación y la forma de evaluación, dividida en 2 sesiones de 30 min cada uno.
- Se explicó a los participantes las pruebas a evaluar: "Inventario de ansiedad rasgo y estado (IDARE)" y "Inventario de Adaptación de Conducta (IAC), además de una ficha sociodemográfica, un consentimiento y asentimiento informado para los padres de familia y participantes. También se informó a los alumnos que los datos obtenidos fueron de carácter confidencial. Posteriormente se realizó la base de datos con la información obtenida.

#### 3.4.2 Instrumentos

##### Ansiedad rasgo y estado

###### Ficha técnica

**Nombre** : Inventario de ansiedad rasgo y estado (IDARE)

**Autor** : Spielberger

**Año de publicación** : 1975

**Adaptado** : Domínguez (2015) población escolar.

**Administración** : Individual o colectiva

**Duración** : Aprox. 12 minutos

**Nivel de aplicación** : Adolescentes y adultos

**Finalidad** : Evalúa el rasgo de ansiedad y el estado de ansiedad de adolescentes y adultos, y tiene dos indicaciones: para el estado de ansiedad, el encuestado marcará la opción que mejor describe sus sentimientos; para el rasgo de ansiedad, elegirá la opción que describe su sentimiento general.

###### Confiabilidad

La fiabilidad de esta prueba fue calculada por Spielberger et al. (1967) En una muestra de estudiantes de la Universidad Estatal de Florida, había 233 hombres y 231 mujeres. Al volver a probar la confiabilidad de la tabla de calidad especial A, resulta que la confiabilidad es relativamente alta y los resultados obtenidos están entre 0.73 y .86. Por otro lado, en comparación con la escala de calidad especial A esperada, el coeficiente de estabilidad de la escala de estado A se vuelve más bajo porque es una

escala diseñada para factores situacionales. Ambas escalas, A-Trait y A-Estado, muestran un alto grado de consistencia interna (Rojas, 1997; Spielberger y Díaz-Guerrero, 1975).

En Perú, para Domínguez (2015), entre 525 estudiantes de secundaria de 12 a 18 años de la ciudad de Trujillo, la prueba tiene una confiabilidad aceptable en ambas escalas, se encuentra en el estado de ansiedad Alfa Medio = 0.904; por ejemplo, en el Escala de ansiedad rasgo,  $\alpha = 0,882$ .

### **Validez**

Domínguez (2015) realizó un estudio de validez IDARE en Perú probando la correlación de ítems, y mostró que el valor nacional de ansiedad y la escala de ansiedad rasgo que obtuvo estaban entre 0.431 y 0.661, y el valor entre 0.346 y 0.618, por lo que puede ser determinado Esta herramienta es efectiva para la población peruana.

### **Adaptación de conducta**

<b>Nombre</b>	: Inventario de Adaptación de Conducta (IAC)
<b>Autores</b>	: Victoria de la Cruz y Agustín Cordero
<b>Año de publicación</b>	: 1990
<b>Adaptado</b>	: César Ruiz Alva. Universidad Nacional Mayor de San Marcos Lima, Perú Facultad de Psicología, Psicometría, en 1995.
<b>Administración</b>	: Individual o colectiva
<b>Duración</b>	: No tiene tiempo límite para responder.
<b>Nivel de aplicación</b>	: Adolescentes a partir de los 12 años en adelante

### **Confiabilidad**

En primer lugar, De la Cruz y Cordero (De la Cruz y Cordero, 2004) muestrearon a 125 escolares varones de entre 13 y 15 años en la capital de Madrid. Los coeficientes obtenidos por la fórmula de Spearman-Brown son: adaptación personal (0,81), adaptación familiar (0,85), adaptación escolar (0,85), adaptación social (0,82), global (0,97), mostrando buena consistencia interna, dando Alpha es 0,88.

En Perú, de acuerdo con Ruiz (2003), la correlación entre su valor y el Alfa de Cronbach es 0.264 en promedio y 0.517 como máximo. Asimismo, a través de los coeficientes obtenidos y corregidos por la fórmula de Spearman-Brown en el ámbito del IAC, se obtuvieron: adaptación personal (0,93), adaptación familiar (0,90), adaptación escolar (0,91), adaptación social (0,87) y adaptación general (0,94).

### **Validez**

De la Cruz y Cordero (2004) utilizaron validez estándar para muestrear 250 individuos. Se obtiene la efectividad del método de prueba de ítems. El coeficiente de correlación de Pearson (r) de todos los ítems es muy significativo ( $p < 0.001$ ), excepto para ítems sin (33, 35, 39, 43, 60, 70 y 123) están significativamente correlacionados. Por tanto, se puede concluir que la lista IAC tiene buena validez. En Perú, Ruiz (2003) utilizó validez estándar, correlacionó el IAC con la prueba de Bell Fit, se seleccionaron un total de 330 casos y se encontró una correlación significativa en el 95% de los casos evaluados. De

igual manera, la validez de la estructura se obtuvo mediante análisis factorial confirmatorio, y se encontró que, en cada factor de cada escala, la bondad de ajuste del modelo fue relativamente buena, y el valor obtenido estuvo entre 0.819 y 0.865. Las variables sociodemográficas fueron evaluadas a través de una ficha de datos que se puede visualizar en el anexo 4.

### **3.5. Plan de análisis e interpretación de la información**

Para el análisis estadístico se hizo uso del programa estadístico STATA versión 14. En la estadística descriptiva se hizo uso de la frecuencia (n) y porcentajes (%), para las variables categóricas y la media aritmética y desviación estándar, para la variable numérica edad. En el análisis inferencial, se utilizó la prueba de Chi-cuadrado, para determinar la asociación entre variables categóricas y para la variable edad se hizo el análisis de normalidad, a través de la prueba de Kolmogorov Smirnov, dando como resultante que se utilice la prueba de ANOVA. Se consideró un nivel de significancia menor o igual a 0.05. El estudio contó con la aprobación del comité de Ética de la Universidad Católica Sedes Sapientiae.

### **3.6. Ventajas y limitaciones**

#### **Ventajas**

- ✓ Otra ventaja es el de haber elegido instrumentos estandarizados y debidamente validados en la realidad.
- ✓ Por otro lado, es importante señalar que el presente estudio encontró asociación entre ambas variables principales, siendo de gran relevancia; puesto que, son escasas las investigaciones relacionadas a la mismas
- ✓ La evaluación de los estudiantes a través de un censo permite inferir los resultados a toda la población.

#### **Limitaciones**

- ✓ Con respecto al alcance del estudio relacional, sólo se tendrá como finalidad buscar relación entre variables y los resultados no permitirán dar una apreciación de carácter causal, por lo que no se podrá hacer inferencias de causa efecto.
- ✓ Además, debido al diseño no experimental de la investigación, solo se limitará a evaluar a la población y no se podrá realizar ningún tipo de manipulación o efecto de implementación o aplicación de programa para condicionar un cambio en la muestra. En donde, las evaluaciones serán tomadas en un único momento en el tiempo y no se podrá volver a evaluar.
- ✓ Debido a las características de los instrumentos al tratarse de evaluaciones de auto reporte, pudo haber existido un efecto de sesgo de la información por deseabilidad social.

### **3.7. Aspectos éticos**

#### **1. Respeto de la confidencialidad y política de protección de datos**

El cuestionario se utiliza de forma anónima y se coloca un código de identificación a cada participante. Luego se indicará y explicará el propósito y el uso de la información de resultados. Después los datos de los participantes solo pueden ser accedidos por un pequeño grupo de investigadores (Milagros Amaro Bravo) y consultores (Lic. Rebeca Cahhui Ramírez). El libro de datos y variables generado a partir de la etapa de recolección de información se guarda en la computadora del investigador mediante una contraseña personal. Los materiales de investigación no digitales se guardarán y protegerán en lugares apropiados durante tres años.

## **2. Respeto de la privacidad**

Se respeta los derechos de los sujetos que participan en la investigación a elegir el momento, la situación y la cantidad de información compartida con el investigador. segundo. Se respeta los derechos de los sujetos que participan en la investigación y no proporcione información que no quiera compartir.

## **3. No discriminación y libre participación**

Los grupos de estudiantes que participaron en la investigación no fueron discriminados de ninguna forma en términos de género, etnia o estatus social, y cumplieron con los criterios de exclusión e inclusión de la investigación. Asimismo, no existió ningún tipo de obligación o coerción a los estudiantes a participar en la investigación.

## **4. Consentimiento informado a la participación a la investigación**

Se ha proporcionado a los participantes información relevante sobre el propósito y las características del proyecto de investigación para obtener el consentimiento informado (Anexo 3) para participar en la investigación. Además, antes de participar en el estudio, se aseguró el consentimiento informado del sujeto. Finalmente se informó a los entrevistados sobre la posibilidad de retirarse del estudio y la posibilidad de la decisión sin consecuencias.

## **5. Respeto por la calidad de la investigación, autoría y uso de los resultados**

Representados por la experiencia investigadora y la importancia social, promueven el valor científico de la investigación. Además, la búsqueda mediante la creación de un marco teórico suficiente se basa en literatura científica efectiva y actualizada para representar la validez científica de la investigación, y utiliza constantemente métodos de investigación cuestionables para responder. Una selección suficiente de muestras de sujetos implica codificación y análisis de datos que garantizan estándares de alta calidad, e Interpretación estricta de los datos, utilizando un lenguaje apropiado en la comunicación de los resultados de la investigación. Finalmente se proporciona a las autoridades competentes materiales físicos y bases de datos preparados para la revisión del proceso de recolección de información.

## **CAPÍTULO IV. RESULTADOS**

En la tabla 1, se aprecia que de los 174 estudiantes evaluados la edad promedio fue de 15.1 años, el 54% era del sexo masculino y el 40.8% de los estudiantes se encuentran en el tercer año del nivel secundaria. Además, refieren proceder de Lima (73%). En



cuanto al estado civil de los padres, los estudiantes manifiestan que el 42% de ellos son separados y mencionan tener de 1 a 2 hermanos (47.4%). También, refieren que el grado de instrucción del padre y la madre es de solo el nivel secundario (53.5%) y (62.6%), respectivamente.

**Tabla 1.** Descripción de las variables principales y sociodemográficas.

	<b>n</b>	<b>(%)</b>
<b>Edad (media ± DS)</b>	15.1 ± 0.97	
<b>Sexo</b>		
Masculino	94	54.0
Femenino	80	46.0
<b>Nivel o grado</b>		
Tercero	71	40.8
Cuarto	64	36.8
Quinto	39	22.4
<b>Estado civil de padres</b>		
Conviviente	56	32.2
Casado	37	21.3
Divorciado	8	4.6
Separado	73	42.0
<b>Procedencia</b>		
Lima	127	73.0
Provincia	47	27.0
<b>Número de hermanos</b>		
De 1 a 2 hermanos	82	47.4
De 3 a 4 hermanos	60	34.7
De 5 a más hermanos	31	17.9
<b>Grado de instrucción del padre</b>		
Primaria	11	6.3
Secundaria	93	53.5
Técnico	46	26.4
Superior	24	13.8
<b>Grado de instrucción de la madre</b>		
Primaria	21	12.1
Secundaria	109	62.6
Técnico	28	16.1
Superior	16	9.2

**Fuente:** *Elaboración propia*

En la tabla 2, se observa que los estudiantes mostraron un nivel medio para ansiedad estado (69.5%) y rasgo (74.1%). En cuanto a la adaptación de conducta se aprecia un nivel medio (55.8%), para el valor general de esta variable. Mientras que, en las dimensiones se observa un nivel medio para las dimensiones personal (49.4%), educativa (82.2%) y social (52.9%); en tanto, en la dimensión familiar presenta un nivel bajo (51.2%).

**Tabla 2.** Descripción de las variables principales

	n	(%)
<b>Ansiedad Estado – Rasgo</b>		
<b>Ansiedad Estado</b>		
Alto	30	13.2
Medio	122	69.5
Bajo	22	17.2
<b>Ansiedad Rasgo</b>		
Alto	20	11.5
Medio	129	74.1
Bajo	25	14.4
<b>Adaptación de conducta</b>		
Alto	3	1.7
Medio	97	55.8
Bajo	74	42.5
<b>Dimensiones</b>		
<b>Personal</b>		
Alto	40	23.0
Medio	86	49.4
Bajo	48	27.6
<b>Familiar</b>		
Alto	13	7.5
Medio	72	41.4
Bajo	89	51.2
<b>Educativa</b>		
Alto	1	0.6
Medio	143	82.2
Bajo	30	17.2
<b>Social</b>		
Alto	23	13.2
Medio	92	52.9
Bajo	59	33.9

**Fuente:** *Elaboración propia*

En la tabla 3, se halló relación entre el nivel de la ansiedad estado y los niveles de la adaptación de conducta ( $p=0.039$ ). En donde, se aprecia que el 74% de los estudiantes presentan un nivel medio para ansiedad estado y adaptación de conducta. Asimismo, se observa que la ansiedad estado se relaciona a las dimensiones, personal ( $p=0.002$ ) y familiar ( $p=0.033$ ). Mientras que, no se encontró relación alguna con las dimensiones educativa y social.

**Tabla 3.** Relación entre la ansiedad estado y la adaptación de conducta

**Ansiedad Estado**

	Alto n (%)	Medio n (%)	Bajo n (%)	P-valor
<b>Adaptación de conducta</b>				0.039
Alto	--	2 (66.7)	1 (33.3)	
Medio	10 (10.3)	72 (74.2)	15 (15.5)	
Bajo	20 (27.0)	47 (63.5)	7 (9.5)	
<b>Dimensiones</b>				
<b>Personal</b>				0.002
Alto	3 (7.5)	30 (75.0)	7 (17.5)	
Medio	11 (12.8)	60 (69.8)	15 (17.4)	
Bajo	16 (33.3)	31 (64.6)	1 (2.1)	
<b>Familiar</b>				0.033
Alto	2 (15.4)	11 (84.6)	--	
Medio	6 (8.3)	53 (73.6)	13 (18.1)	
Bajo	22 (24.7)	57 (64.0)	10 (11.2)	
<b>Educativa</b>				0.136
Alto	--	1 (100.0)	--	
Medio	21 (14.7)	105 (73.4)	17 (11.9)	
Bajo	9 (30)	15 (50.0)	6 (20.0)	
<b>Social</b>				0.073
Alto	2 (8.7)	18 (78.3)	3 (13.0)	
Medio	11 (12.0)	68 (73.9)	13 (14.1)	
Bajo	17 (28.8)	35 (59.3)	7 (11.9)	

**Nota:** Se consideró un valor de significancia estadística de sig. 0.05.

En la tabla 4, se halló relación entre los niveles de la ansiedad rasgo y los niveles de la adaptación de conducta ( $p=0.000$ ). En donde se aprecia que los estudiantes presentan un nivel medio para ansiedad rasgo y adaptación de conducta. Además, se relaciona la ansiedad rasgo con las dimensiones, personal ( $p=0.000$ ) y educativa ( $p=0.008$ ). No obstante, las dimensiones familiar y social no presentaron relación.

**Tabla 4.** Relación entre la ansiedad rasgo y la adaptación de conducta.

	Ansiedad Rasgo			P-valor
	Alto n (%)	Medio n (%)	Bajo n (%)	
<b>Adaptación de Conducta</b>				0.000
Alto	--	1 (33.3)	2 (66.7)	
Medio	3 (3.1)	78 (80.4)	16 (16.5)	
Bajo	17 (23.0)	50 (67.6)	7 (9.5)	
<b>Dimensiones</b>				
<b>Personal</b>				0.000
Alto	--	28 (70.0)	12 (30.0)	
Medio	6 (7.0)	68 (79.1)	12 (14.0)	
Bajo	14 (29.2)	33 (68.8)	1 (2.1)	
<b>Familiar</b>				0.079
Alto	1 (7.7)	10 (76.9)	2 (15.4)	
Medio	3 (4.2)	56 (77.8)	13 (18.1)	

Bajo	16 (18.0)	63 (70.8)	10 (11.2)	0.008
<b>Educativa</b>				
Alto	1 (100.0)	--	--	
Medio	12 (8.4)	111 (77.6)	20 (14.0)	0.629
Bajo	7 (23.3)	18 (60.0)	5 (16.7)	
<b>Social</b>				
Alto	3 (11.5)	16 (69.6)	4 (17.4)	
Medio	8 (8.7)	69 (75.0)	15 (16.3)	
Bajo	9 (15.3)	44 (74.6)	6 (10.2)	

---

**Nota:** Se consideró un valor de significancia estadística de sig. 0.05.

En la tabla 5 no se observaron resultados significativos

	Ansiedad estado – rasgo							
	Ansiedad estado			P-valor	Ansiedad rasgo			
	Alto n (%)	Medio n (%)	Bajo n (%)		Alto n (%)	Medio n (%)	Bajo n (%)	P-valor
<b>Edad (media ± DE)</b>	15.23 ± 1.01	15.06 ± 0.98	15 ± 0.90	0.619	14.85 ± 1.04	15.16 ± 0.94	14.84 ± 1.03	0.755
<b>Sexo</b>				0.110				0.085
Masculino	11 (11.7)	70 (74.5)	13 (13.8)		8 (8.5)	68 (72.3)	18 (19.2)	
Femenino	19 (23.8)	51 (63.8)	10 (12.5)		12 (15.0)	61 (76.3)	7 (8.8)	
<b>Grado que cursa</b>				0.936				0.329
Tercero	13 (18.3)	48 (67.1)	10 (14.1)		12 (16.9)	49 (69.0)	10 (14.1)	
Cuarto	12 (18.8)	44 (68.8)	8 (12.5)		4 (6.3)	52 (81.3)	8 (12.5)	
Quinto	5 (12.8)	29 (74.4)	5 (12.8)		4 (10.3)	28 (71.8)	7 (18.0)	
<b>Estado civil de padres</b>				0.114				0.161
Conviviente	11 (19.6)	42 (75.0)	3 (5.4)		9 (14.3)	41 (73.2)	7 (12.6)	
Casado	7 (18.9)	22 (59.5)	8 (21.6)		2 (5.4)	25 (67.6)	10 (27.0)	
Divorciado	3 (37.5)	5 (62.5)	--		2 (25.0)	6 (75.0)	--	
Separado	9 (12.3)	52 (71.2)	12 (16.4)		8 (11.0)	57 (78.1)	8 (11.0)	
<b>Procedencia</b>				0.692				0.118
Lima	20 (15.8)	90 (70.9)	17 (13.4)		15 (11.8)	98 (77.2)	14 (11.0)	
Provincia	10 (21.3)	31 (66.0)	6 (12.7)		5 (10.6)	31 (65.9)	11 (23.4)	
<b>Número de hermanos</b>				0.531				0.545
De 1 a 2 hermanos	12 (14.6)	58 (70.7)	12 (14.6)		7 (8.5)	64 (78.1)	11 (13.4)	
De 3 a 4 hermanos	10 (16.7)	44 (73.3)	6 (10.0)		10 (16.7)	40 (66.7)	10 (16.7)	
De 5 a más hermanos	8 (25.8)	18 (58.1)	5 (16.1)		3 (9.7)	24 (77.4)	4 (12.9)	

Nota: Se consideró un valor de significancia estadística de sig. 0.05

<b>Grado de instrucción del padre</b>				0.203				0.339
Primaria	1 (9.1)	7 (63.6)	3 (27.3)		1 (9.1)	8 (72.7)	2 (18.2)	
Secundaria	13 (14.0)	72 (77.4)	8 (8.6)		7 (7.5)	73 (78.5)	13 (14.0)	
Técnico	11 (23.9)	28 (60.8)	7 (15.2)		6 (13.0)	32 (69.6)	8 (17.4)	
Superior	5 (20.8)	14 (58.3)	5 (20.8)		6 (25.0)	16 (66.7)	2 (8.3)	
<b>Grado de instrucción de la madre</b>				0.820				0.647
Primaria	3 (14.3)	15 (71.4)	3 (14.3)		2 (9.5)	14 (66.7)	5 (23.8)	
Secundaria	18 (16.5)	78 (71.6)	13 (11.9)		13 (11.9)	83 (76.2)	13 (11.9)	
Técnico	6 (21.4)	19 (67.9)	3 (10.7)		4 (14.3)	21 (75.0)	3 (10.7)	
Superior	3 (17.2)	9 (56.3)	4 (25.0)		1 (6.3)	11 (68.8)	4 (25.0)	

**Tabla 6.** Relación entre la Adaptación de conducta y las variables sociodemográficas.

	<b>Adaptación de Conducta</b>			P-valor
	Alto n (%)	Medio n (%)	Bajo n (%)	
<b>Edad (media ± DE)</b>	14.33 ± 1.15	15.12 ± 0.95	15.05 ± 0.99	0.365
<b>Sexo</b>				0.271
Masculino	3 (3.2)	52 (55.3)	39 (41.5)	
Femenino	--	45 (56.3)	35 (43.8)	
<b>Grado que cursa</b>				0.561
Tercero	1(1.4)	37 (52.1)	33 (46.5)	
Cuarto	2 (3.1)	39 (60.9)	23 (35.9)	
Quinto	--	21 (53.9)	18 (46.2)	
<b>Estado civil de padres</b>				0.385
Conviviente	1 (1.8)	24 (42.9)	31 (55.4)	
Casado	1 (2.7)	24 (64.9)	12 (32.4)	
Divorciado	--	5 (62.5)	3 (37.5)	
Separado	1 (1.4)	44 (60.3)	28 (38.4)	
<b>Procedencia</b>				0.260
Lima	1 (0.8)	70 (55.1)	56 (44.1)	
Provincia	2 (4.3)	27 (57.5)	18 (38.3)	
<b>Número de hermanos</b>				0.487
De 1 a 2 hermanos	1 (1.2)	42 (51.2)	39 (47.6)	
De 3 a 4 hermanos	2 (3.3)	35 (58.3)	23 (38.3)	
De 5 a más hermanos	--	20 (64.5)	11 (35.5)	
<b>Grado de instrucción del padre</b>				0.150
Primaria	--	3 (27.3)	8 (72.7)	
Secundaria	2 (2.2)	59 (63.4)	32 (33.4)	
Técnico	--	24 (52.2)	22 (47.8)	
Superior	1 (4.2)	11 (45.8)	12 (50.0)	
<b>Grado de instrucción de la madre</b>				0.020
Primaria	--	10 (47.6)	11 (52.4)	
Secundaria	1(0.9)	66 (60.6)	42 (38.5)	
Técnico	--	13 (46.4)	15 (53.6)	
Superior	2 (12.5)	8 (50.0)	6 (37.5)	

**Nota:** Se consideró un valor de significancia estadística de sig. 0.05.

En la tabla 6, se halló relación entre grado de instrucción de la madre y los niveles de la adaptación de conducta ( $p=0.020$ ). En donde se observa que el 60.6% de los estudiantes del nivel secundario presentaron un nivel medio para la adaptación de conducta.

## CAPÍTULO V. DISCUSIÓN

### 5.1. Discusión

Los resultados revelaron que existe relación entre las variables ansiedad estado – rasgo y la adaptación de conducta. Además, la ansiedad estado se relacionó con las dimensiones personal y familiar. Mientras que, para ansiedad estado rasgo, se halló relación con las dimensiones personal y educativa. Finalmente, se relacionó los niveles de adaptación conductual con el grado de instrucción de la madre.

Los estudiantes que presentaron un nivel medio de adaptación conductual evidenciaron niveles medios de ansiedad estado y ansiedad rasgo. Una posible explicación puede deberse a que los estudiantes con un nivel promedio de adaptación conductual, realizan un esfuerzo mayor con el propósito de adaptarse a medios contextuales o grupos sociales, incrementando los niveles de ansiedad. Además, estos procesos de adaptación se ven relacionados a los cambios hormonales propios de la edad, lo cual podría generar en el adolescente cierta inseguridad y preocupación, (Saavedra, 2017). Estos cambios se pueden reflejar en el comportamiento del adolescente a través del incumplimiento de normas, la relación familiar y la escasa interacción con su grupo social (Saavedra, 2017). Todo ello, conlleva a un cambio en el estado emocional y podría estar generando sentimientos de tensión, nerviosismo y preocupación, que consecuentemente, podrían generar niveles de ansiedad en los adolescentes. Asimismo, el presentar niveles elevados de ansiedad puede estar relacionado a situaciones cambiantes o en algunos casos amenazantes, consideradas en el sujeto como una ansiedad rasgo y estado (Gonzales-Vigil, 2008).

Existe asociación entre la ansiedad estado y ansiedad rasgo con el nivel medio en las dimensiones personal, familiar y educativa de la adaptación de conducta. Otras investigaciones hallaron que una buena adaptación de conducta personal está relacionada al sentirse bien consigo mismo y poseer una buena autoestima para afrontar situaciones adversas (Lescano, 2016). Ante ello, según el modelo teórico de ajuste conductual explica que la adaptación conductual parte de un proceso de ajustes aplicados en uno mismo para adecuarse a su medio social, en donde las conductas adaptativas forman parte de un proceso de normas determinadas por el entorno familiar, escolar e individual, que deben adoptar los estudiantes (De la Cruz y Cordero, 1981; 1990). Adicionalmente, el desarrollo de la adaptación es representada en una persona satisfecha con su vida, a nivel familiar y expresa una personalidad positiva, producto de circunstancias pasadas y la realidad actual que enfrenta (De la Cruz y Cordero, 1981). Por ende, los estudiantes podrían mejorar estos niveles de adaptación conductual en las dimensiones familiar y educativa, si se les diera quizá la orientación por parte de los padres y docentes en la escuela, lo cual pueda permitirles mejorar en este aspecto y a su vez disminuir los niveles de ansiedad.

Existe asociación entre la ansiedad estado y ansiedad rasgo con el nivel medio en las dimensiones familiar y educativa de la adaptación de conducta. Por otro lado, una buena adaptación en el contexto familiar genera en el adolescente, patrones de comportamiento adecuados, con respecto a una madurez afectiva (González, 2018). Mientras que, un nivel medio en la conducta dentro del ámbito escolar, guarda relación con una tendencia a la búsqueda de independencia en donde el adolescente desarrolla habilidades con la finalidad de cumplir nuevas responsabilidades, a través del apoyo familiar (Pauca y Pérez, 2016). Estos cambios frecuentes en los adolescentes, podrían estar exponiéndose a una variedad de trastornos mentales debidos a la frustración y el aumento de la ansiedad rasgo y estado causada por el estrés vivido en la escuela (Jung, Kim, Woo, Shin, Shin y Seob, 2017). Un estudio hecho en adolescentes coreanos determinó que aquellos que pasan la gran parte de su tiempo estudiando en la escuela,



no tienen suficiente tiempo e incluso para dormir, ocasionando problemas en la salud mental y física (Jung, Kim, Woo, Shin, Shin y Seob, 2017).

Los estudiantes cuyas progenitoras tenían un grado de instrucción secundaria presentaron un nivel medio de adaptación conductual. En contraste, algunos resultados encontrados en un estudio, profundizan en que aquellos adolescentes que cuentan con padres con un nivel académico superior o universitario, presentan una mayor estabilidad en el comportamiento y un mejor pronóstico de adaptación ante estos cambios volátiles propios de esta etapa, a comparación de los padres con un menor grado académico (Díaz, 2018). Estos cambios constantes que suelen atravesar los estudiantes en la adolescencia, en donde sin lugar a dudas los padres representan la ayuda necesaria para que los hijos afronten estos cambios conductuales de manera favorable (Saavedra, 2017). Por ende, es importante que los padres estén informados y tengan el conocimiento necesario para orientarlos durante el proceso, para que estos puedan adaptarse socialmente.

## **5.2. Conclusiones**

Se aprecia una relación en el aumento de los niveles de la adaptación de conducta y la disminución de la ansiedad estado y la ansiedad rasgo en los adolescentes evaluados. Asimismo, la edad promedio del estudiante y el grado de instrucción secundaria de los padres, se relacionan a la adaptación de conducta. El bajo nivel de la adaptación de conducta en los estudiantes podría estar relacionado a una carencia en la aceptación de sí mismo, en la relación con los padres y su entorno social, con el propósito de adaptarse a situaciones nuevas. A su vez, el desequilibrio en las actitudes y el accionar del comportamiento, mostrando cierta inseguridad y preocupación ante cambios en el estado emocional, se relacionan a sentimientos de tensión, nerviosismo y preocupación o en algunos casos amenazantes, consideradas en el sujeto como una ansiedad rasgo y estado.

## **5.3. Recomendaciones**

A todo ello, se recomienda seguir indagando sobre ambas variables, así como factores relacionados a la adaptación de conducta y la ansiedad estado – rasgo, tales como, factores asociados al contexto familiar, en la relación de los padres y miembros cercanos del hogar, así como factores relacionados al contexto social, como las amistades, en relación a los compañeros de aula, entre otros factores concernientes al plano social.

Por otro lado, es importante que se sigan desarrollando estudios acerca de estas variables, para que de esta manera se generen antecedentes con un mayor alcance investigativo y con resultados que permitan generar una factible solución a la problemática planteada, con el propósito de obtener más datos y aportes a la comunidad científica.

A partir de los hallazgos encontrados se recomienda talleres para los adolescentes en habilidades sociales: comunicación asertiva, autoestima, convivencia saludable, afrontamiento, sexualidad, además de clima, dinámica y afectividad en la familia.

Además, se propone psicoeducar a los adolescentes y sus familias para una convivencia saludable, ya que con ello se obtendría mejores herramientas de afronte ante las adversidades cotidianas. Además, conviene brindar charlas psicoeducativas para padres, donde ellos podrían expresar las dificultades con sus hijos, posteriormente deberían recibir asesoría psicológica individual y familiar; con temas a tratar sobre afectividad con los hijos, adolescentes, sexualidad y valores en la familia.

En la institución educativa se debe considerar actuar integralmente el área de psicología y TOE, donde se trabajaría temas como proyecto de vida, riesgos y oportunidades, sexualidad, la familia, la afectividad y orientación vocacional, con sesiones grupales e individuales; el área de psicología debe atenderse las dificultades expuestas en TOE mediante charlas constantes a nivel colegio.

Finalmente, se debe brindar talleres preventivos y promocionales sobre planificación familiar, orientación y consejería individual, para la población local de la institución.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Achenbach, T. y Rescorla, L. (2000). *Manual for the ASEBA preschool forms & Profiles*. Burlington: University of Vermont Department of Psychiatry.
- Anchante, M. (1993). *Ansiedad rasgo- estado en un grupo de alumnos de EEGCC de la PUCP*. (Tesis de licenciatura en psicología) no publicada. Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima.
- Avendaño, M. (1999). *Dependencia al tabaco y ansiedad rasgo- estado en estudiantes de postgrado de una universidad privada de Lima*. (Tesis de licenciatura en psicología) no publicada. Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima.
- Alva, F. (2017). *Ansiedad rasgo - estado en estudiantes de secundaria víctimas y no víctimas de acoso escolar en dos Instituciones Educativas Públicas en San Juan de Lurigancho*. Lima, 2017. (Tesis de grado). Universidad Cesar Vallejo.
- Recuperado de:  
[http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/8554/Alva\\_FFY.pdf?sequence=1](http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/8554/Alva_FFY.pdf?sequence=1)
- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. New York: General learning press.  
Recuperado de  
[http://www.jku.at/org/content/e54521/e54528/e54529/e178059/Bandura\\_SocialLearningTheory\\_ger.pdf](http://www.jku.at/org/content/e54521/e54528/e54529/e178059/Bandura_SocialLearningTheory_ger.pdf)
- Bazán, B. y Tapia, M. (2011). *Factores de riesgo en las conductas autodestructivas en adolescentes de 10 a 13 años*. (Tesis de Licenciatura). Universidad de Cuenca. Ecuador.  
Recuperado de  
<http://dspase.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/2217>
- Cordero y De la Cruz (2015). *Inventario de adaptación de conducta*, 7ma. Edición. Tea.  
Recuperado de:  
<http://www.web.teaediciones.com/Ejemplos/IAC-Manual-EXTRACTO.pdf>
- Chapi, J. (2012). *Satisfacción familiar, ansiedad y cólera – hostilidad en adolescentes de dos instituciones educativas estatales de Lima*. Tesis para optar el título de Licenciado en Psicología. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Lima, Perú.
- Chuma, C. (2017). *Adaptación de conducta en estudiantes de tercero, cuarto y quinto del nivel secundario de la Institución Educativa Salesiano Don Bosco, Callao*. (Tesis para licenciatura). Universidad Inca Garcilaso de la Vega. Recuperado de  
<http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/1663/TRAB.SUF.PROF.%20CHRISTIAN%20FRANCISCO%20CHUNA%20DE%20LA%20CRUZ.pdf?sequence=2&isAllowed=y>
- Carver, C.; Kumari, J. & Scheier, M. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach [Versión electrónica]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267-283.
- Cabrera, V., Guevara, I. y Barrera, F. (2006). Relaciones maritales, relaciones paternas y su influencia en el ajuste psicológico de los hijos. *Acta Colombiana de*

- Davidoff, L. (1990). *Introducción a la psicología*. España: McGraw-Hill
- Díaz, P. (2018). *Adaptación de Conducta en alumnos de quinto del nivel secundario de la Institución Educativa PNP Alcides Vigo Hurtado en Surco*. (Tesis de grado). Universidad Ricardo Palma.
- De la cruz, M., y Cordero, A. (1981). *Inventario de adaptación de conducta*. Madrid: TEA.
- De la cruz, M., y Cordero, A. (1990). *Inventario de adaptación de conducta*. Madrid:TEA.
- Domínguez, J. (2012). Propiedades psicométricas del inventario de ansiedad rasgo estado en estudiantes de secundaria del distrito de Florencia de Mora. (Tesis de licenciatura). Universidad Cesar Vallejo. Lima, Perú.
- Recuperado en: [revistas.ucv.edu.pe/index.php/JANG/article/download/113/44/](http://revistas.ucv.edu.pe/index.php/JANG/article/download/113/44/)
- Dorsch, F. (2000). *Diccionario de psicología*. Barcelona: Herder
- Defensoría del Pueblo (2010). *El derecho de los niños, niñas y adolescentes a vivir en una familia: la situación de los Centros de Atención Residencial estatales desde la mirada de la Defensoría del Pueblo*. Recuperado de: [http://www.gestionpublica.org.pe/plantilla/info\\_secpu/dp\\_0014.pdf](http://www.gestionpublica.org.pe/plantilla/info_secpu/dp_0014.pdf)
- Educando (2012). *Familia y escuela en la adaptación escolar del niño*. Recuperado de <http://www.educando.edu.do/articulos/familia/familia-y-escuela-en-la-adaptacionescolar-del-nino/>
- Fernández, A. (2010). La inteligencia emocional como variable predictora de adaptación de conducta en estudiantes de la comunidad de Madrid. (Tesis de doctorado, Universidad Autónoma de Madrid). Recuperado de [https://repositorio.uam.es/bitstream/handle/10486/4872/31732\\_fernandez\\_gonzalez\\_antonio.pdf?sequence=1](https://repositorio.uam.es/bitstream/handle/10486/4872/31732_fernandez_gonzalez_antonio.pdf?sequence=1)
- Florenzano, R. (2002) *El adolescente y sus conductas de riesgo* (2a. ed.). Chile: Ediciones Universidad Católica de Chile
- Freud, S. (1926/1984). Inhibición, Síntoma y Angustia, en *Obras Completas*, Madrid, España: Biblioteca Nueva.
- Frydenberg, E. (1997). *Adolescent Coping*. London: Routledge.
- Galloso Baca, S (2014). *Propiedades Psicométricas del Inventario de Ansiedad Rasgo – Estado en alumnos universitarios de la ciudad de Chimbote*. (Tesis Obtener el título profesional de Licenciatura en psicología) Perú – Chimbote.
- García, E.M. y Magaz, A. (1998b). *Escala Magallanes de Adaptación (EMA)*. Bilbao: COHS Consultores en Ciencias Humanas
- García, E., Magaz, A. y García, R. (2011). *Escala Magallanes de Adaptación*. España: Bizkaia. Recuperado de <http://www.gac.com.es/editorial/INFO/Manuales/emaMANU.pdf>

- González – Vigil, T. (2008). *Relación entre percepción del apoyo parental a la autonomía e involucramiento parental con ansiedad en púberes*. Pontificia Universidad Católica del Perú. Lima, Perú.
- González, A. (2013). *Ansiedad en el proceso de adaptación en estudiantes que ingresan al primer grado del ciclo de educación básica*. (Tesis para licenciatura). Universidad Rafael Landívar. Recuperado de <http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2013/05/22/Gonzalez-Ana.pdf>
- Gonzales, M. (2018). *Adaptación de conducta en adolescentes de 5° año de secundaria en un colegio de Villa el Salvador, 2017*. (Tesis de grado). Universidad Ricardo Palma.
- Hernández, Fernández y Baptista. (2014). *metodología de la investigación*. Mexico: MC, GRAW HILL.
- Horrocks, J. (1984). *Psychology of adolescence. Psicología de la adolescencia*. México: Trillas. Recuperado de <http://orton.catie.ac.cr/eqibin/wxis.es/?!sisScript=AGRIUAN.xis&method=post&formato=2&cantidad=1&expresionfn=025381>
- Hurlock, E. (1976). *Psicología de la adolescencia*. Buenos Aires: Editorial Padiós
- Iriarte, V. (1992). Adolescencia y Adaptación. *Entrenamos*, 28, 12-18. Recuperado de [http://www.cvatocha.es/cvacom/primaria/orientación/css/Adolescencia\\_y\\_adapta.pdf](http://www.cvatocha.es/cvacom/primaria/orientación/css/Adolescencia_y_adapta.pdf)
- Jung, J., Kim, K., Woo, J., Shin, D., Shin, Y., y Seob, K. (2017). Atracciones de comida se asocia con la ansiedad rasgo en las adolescentes coreanas: un estudio transversal. *BMC Womens Health*, Vol. 17, 1-7.
- Licuy, M. (2017). *La adolescencia inicial y la adaptación social en los estudiantes de octavo, noveno y décimo año de educación General básica de la unidad educativa Monseñor Maximiliano Spiller, Cantón Tena, provincia de Napo*. (Tesis de grado). Universidad Técnico de Ambato, Ecuador.
- López. Huamani, M. (2017) *Estilos de crianza parental y problemas de conducta en adolescentes de una I.E. Pública de Lima Este, 2016*.  
Recuperado <http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/394>
- Lescano, A. (2016) *Relación entre el Clima Social Familiar y adaptación de conducta en los y las adolescentes de tercer y cuarto grado de secundaria de la I.E José María Escrivá de Balaguer - Castilla 2014*. (Tesis de grado) Universidad Uladech.  
Recuperado de:  
<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/715>
- Lazcano, O., Martínez, L. y Salazar, B. (2009). Adaptación en pacientes con diabetes Mellitus Tipo 2, según Modelo de Roy. *Aquichan*, 9(3), 236-245. Recuperado de <http://www.redaly.org/src/inicio/ArtPdf.jsp?iCve=80515851010&iCveNum=0>

López, M. y Jiménez, M. y Guerrero, D. (2012). Estudio de la relación entre el bienestar personal y la adaptación de conducta en el marco de la escuela salutogénica. *Educar*, 49(2), 320-330. Recuperado de

<http://educar.uab.cat/article/download/v49-n2-lopezjimenez/63>

López, M., Jiménez, M. y Guerrero, D. (2013). Estudio de la relación entre el bienestar personal y la adaptación de conducta en el marco de la escuela salugénica. *Educar* 49(2), 303-320. Recuperado de

<http://www.educar.uab.cat/article/download/v49-n2-lopez-qimenez/636>

López, M. (2013). *Asertividad, Estado Emocional y Adaptación en Adolescentes*. (Tesis para Maestría). Universidade Fernando Pessoa. Recuperado de

<http://www.gacinvestigacion.com/wp-content/uploads/2014/03/Tesina-Asertividad-Estado-Emocional-y-Adaptaci%C3%B3n-en-Adolescentes.pdf>

Mancía, S. (2011). *Adaptación psicosocial de adolescentes entre 14 y 18 años que han sido víctimas de la delincuencia común*. (Tesis para licenciatura). Universidad Rafael Landívar. Recuperado de

<http://biblio3.url.edu.gt/Tesis/2011/05/42/Mancia-Sandra.pdf>

Matos, M. (2014). *Asertividad y adaptación de conducta en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa estatal de Chimbote*. (Tesis para Licenciatura). Universidad Privada Antenor Orrego. Recuperado de

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

Martínez, M., Buelga, S. y Cava, J. (2007). La satisfacción con la vida en la adolescencia y su relación con la autoestima y el ajuste escolar. *Anuario de psicología*, 38(2), 293-303. Recuperado de

[http://www2.ub.edu/psicologia/anuari/docs/38\\_2\\_es.pdf](http://www2.ub.edu/psicologia/anuari/docs/38_2_es.pdf)

Moffitt, T. (1993). Adolescence-limited and life-course-persistent antisocial behaviour: A developmental taxonomy. *Psychological Review*, 100, 674-701.

Nobrega, A. y Olivera, M. (2005). Indicadores positivos de adaptación de conducta de madres de niños portadores de Síndrome de Down. *Revista Cubana de Enfermería*, 21(3), 12-16. Recuperado de

<http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S086403192005000300009&script=sciarttext>

Novel. G. (1991). *Enfermería de conducta*. Barcelona: Salvat. Recuperado de

<http://buenastareas.com/ensayos/Adaptación-y-CrecimientoPersonal/137006.html>

OMS (2011). *Riesgos para la salud de los jóvenes*. Recuperado de:

<http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs345/es>

Papalia, D., Wendkos, S. y Duskin, R. (2007). *Desarrollo Humano*. México D.F.: McGraw Hill.

Paucar, Y. Pérez, J (2016) *Estilos de socialización parental y adaptación de conducta en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Lima este, 2016*. (Tesis de grado). Universidad Peruana La Unión.

Recuperado de:

<http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/396>

Pardo, F. (2011). *Bienestar psicológico y ansiedad estado – rasgo en los alumnos de un MBA de Lima Metropolitana*. Tesis para optar el título de Licenciado en Psicología con mención en Psicología Clínica. Pontificia Universidad Católica del Perú. Lima, Perú.

Pichardo, C., Fernández, E. y Amezcua, J. (2002). Importancia del clima social familiar en la adaptación personal y social de los adolescentes. *Revista de Psicología General y aplicada*, 55(4), 575-589.

Recuperado de

<http://www.dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/294345.pdf>

Rivadeneira, J. (2013). *El funcionamiento familiar, los estilos parentales y el estímulo al desarrollo de la teoría de la mente: Efectos en criaturas sordas y oyentes*. (Tesis en doctorado, Universidad Autónoma de Barcelona). Recuperado de <http://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/117201/jrv1de1.pdf;jsessionid=76B318C1802E62586466C0656AC420A8?sequence=1>

Bodin, P. (1947). *Adaptación del niño al medio escolar*. Buenos Aires: Kapeluz

Ramírez, J. F. O. (2007). Alternativas de identificación. Una revisión de tema. *Revista Científica Guillermo de Ockham*, 5(2), 23-52.

Rodríguez, J., Loscano, J. y Caballero, R. (2002). *El desarrollo psicológico normal patológico en la infancia*. Madrid: Pirámide.

Saavedra, D. (2017). *Adaptación de conducta y agresividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa nacional – Trujillo*. (Tesis de grado). Universidad Privada Antenor Orrego, Perú.

Steinberg, L. y Morris, A. (2001). *Desarrollo de los Adolescentes*. Revisión Anual de Psicología. Nueva York, Estados Unidos.

Santos, Y. & Pérez, J. (2016). *Estilos de socialización parental y adaptación de conducta en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Lima este, 2016*. (Tesis para licenciatura). Universidad Peruana Unión, Lima. Recuperado de [http://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/396/Yesennia\\_Tesis\\_ba\\_chiller\\_2016.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/396/Yesennia_Tesis_ba_chiller_2016.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Sierra, J., Ortega, V. y Zubeidat, I. (2003). *Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar*

Spielberger, C. (1972). *Ansiedad: Tendencias actuales en la teoría y la investigación*. Nueva York, Estados Unidos.

Spielberger, C. y Díaz, R. (1975). *Inventario de ansiedad, rasgo-estado IDARE*. México: Librería Interacadémica.

Valera, R. (2012). *Violencia, Victimización y Cyberbullying en adolescentes escolarizados/as: una perspectiva desde el Trabajo Social*. Universidad Pablo Olavide de Sevilla. Sevilla, España. Recuperado de: <http://www.uv.es/lisis/rosavarela/tesis-rosa-varela.pdf>

- Velásquez, J. (2002). *Creencias irracionales y ansiedad en ingresantes de la Universidad Nacional de Ingeniería*. (Tesis para licenciatura). Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú. Recuperado de [http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/3394/1/Vel%C3%A1quez\\_sj.pdf](http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/3394/1/Vel%C3%A1quez_sj.pdf)
- Vargas, E. (2016). *Ansiedad estado – rasgo y resiliencia en las adolescentes en situación de riesgo de un albergue de Trujillo*. (Tesis para Licenciatura). Universidad Privada Antenor Orrego. Recuperado de [http://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/upaorep/1972/1/RE\\_PSICO\\_ENMA.VARGAS\\_ANSIEDAD.ESTADO\\_RASGO\\_DATOS.pdf](http://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/upaorep/1972/1/RE_PSICO_ENMA.VARGAS_ANSIEDAD.ESTADO_RASGO_DATOS.pdf)
- Winnicott, D. (1976). *La familia y el desarrollo del individuo*. Buenos Aires: Hormé**



**ANEXOS**  
**ANEXO 1**  
**OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES**

**Operacionalización de la variable Ansiedad rasgo - estado**

Variable	Dimensiones	Indicadores	Categorías	Clasificación	Escala de medición
Ansiedad rasgo y estado	Ansiedad Rasgo	45 a más	Alto	Cualitativa Politómica	Ordinal
		34 - 44	Promedio		
	Ansiedad Estado	33 a menos	Bajo		

**Operacionalización de la variable Adaptación de conducta**

Variable	Indicadores	Categorías	Dimensiones	Indicadores	Categorías	Clasificación	Escala de medición
Adaptación de conducta	90 - 123 67 - 89 0 - 66	Alto Medio Bajo	Personal	24 - 30	Alto	Cualitativa Politómica	Ordinal
				16 - 23	Medio		
				0 - 15	Bajo		
			Familiar	27 - 30	Alto		
				20 - 26	Medio		
				0 - 19	Bajo		
			Educativa	23 - 30	Alto		
				13 - 22	Medio		
				0 - 12	Bajo		
			Social	21 - 30	Alto		
				67 - 89	Medio		
				0 - 13	Bajo		

## ANEXO 2

### Operacionalización de los datos sociodemográficos

Variable	Tipo de variable	Escala de medición	Clasificación
Sexo	Cualitativa, dicotómica	Nominal	Femenino Masculino
Edad	Cuantitativa Discreta	Razón	
Grado que cursa	Cualitativa, politómica	Ordinal	Tercero Cuarto Quinto
Estado civil de los padres	Cualitativa, politómica	Nominal	Casado Conviviente Soltero
Lugar de procedencia	Cualitativa, dicotómica	Nominal	Lima Provincia
Nº de hermanos	Cualitativa, politómica	Politómica ordinal	1-2 3-4 5 a más
Grado de instrucción de la madre	Cualitativa, politómica	Ordinal	Primaria Secundaria Técnico Superior
Grado de instrucción del padre	Cualitativa, politómica	Ordinal	Primaria Secundaria Técnico Superior

### ANEXO 3

#### CONSENTIMIENTO INFORMADO

El presente consentimiento tiene como propósito proveer de información respecto al estudio a los padres o apoderados de las adolescentes participantes y brindarles una explicación clara de la investigación, la finalidad de la misma, así como el rol de los participantes (sus hijos).

El presente estudio estará a cargo de la estudiante de Psicología de la **Universidad Católica Sedes Sapientiae Amaro Bravo, Milagros Jennyfer** y que tiene como finalidad determinar la posible asociación entre la ansiedad rasgo/estado y la adaptación de conducta en estudiantes de la I.E Libertador José de San Martín, ubicado en el distrito de San Martín de Porres.

Si Ud. Autoriza la participación de su hijo(a) en este estudio, se le solicitará a él/ella responder preguntas de una encuesta orientadas a la investigación, lo cual le tomará aproximadamente 20 minutos de su tiempo.

La participación de este estudio es estrictamente voluntaria. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Sus respuestas a los cuestionarios serán codificadas usando un código numérico de identificación y, por lo tanto, serán anónimas. Si tiene alguna duda sobre este proyecto, puede hacer preguntas a las personas encargadas del mismo. Se le agradece de antemano la autorización de su menor hijo para participar en este estudio.

Autorizo la participación de mi menor hijo(a) \_\_\_\_\_ en esta investigación conducida por la investigadora **Amaro Bravo, Milagros Jennyfer**. Se me informó de la finalidad del estudio que tiene como objetivo determinar la posible relación que hay entre la ansiedad rasgo/estado y la adaptación de conducta. Reconozco que la información que se proveerá en el curso de esta investigación es estrictamente confidencial. Entiendo que una copia de esta ficha de consentimiento me será entregada, y que no puedo pedir información sobre los resultados de este estudio cuando este haya concluido.

\_\_\_\_\_  
Nombre del Participante

\_\_\_\_\_  
Firma del Apoderado del participante

Fecha:

DNI: \_\_\_\_\_

**ANEXO 4**  
**FICHA SOCIODEMOGRÁFICA**

Marque según corresponda

<b>Edad</b>	14( ) 15( ) 16 ( ) 17( )
<b>Sexo</b>	M ( ) F ( )
<b>Grado que cursa</b>	3ro ( ) 4to( ) 5to ( )
<b>Estado civil</b>	Soltero( ) Conviviente( ) Casado( )
<b>Procedencia</b>	Lima( ) Provincia( )
<b>Número de hermanos</b>	1( ) 2( ) 3( ) 4+( )
<b>Nivel de Instrucción del Padre</b>	Primaria ( ) Secundaria ( ) Técnico ( ) Superior ( )
<b>Nivel de Instrucción de la madre</b>	Primaria ( ) Secundaria ( ) Técnico ( ) Superior ( )

## ANEXO 5

### IDARE

Instrucciones: Algunas expresiones que la gente usa para describirse aparecen abajo. Lea cada frase y marque la frase que indique cómo se siente en estos momentos. No emplee mucho tiempo en cada frase, pero trate de dar la respuesta que mejor describa sus sentimientos ahora.

No	Vivencias	No en lo absoluto	Un poco	Bastante	Mucho
1	Me siento calmado				
2	Me siento seguro				
3	Estoy tenso				
4	Estoy contrariado				
5	Me siento a gusto				
6	Me siento alterado				
7	Estoy preocupado actualmente por algún posible contratiempo				
8	Me siento descansado				
9	Me siento ansioso				
10	Me siento cómodo				
11	Me siento con confianza en mí mismo				
12	Me siento nervioso				
13	Estoy agitado				
14	Me siento a punto de explotar				
15	Me siento relajado				
16	Me siento satisfecho				

17	Estoy preocupado				
18	Me siento muy preocupado y aturdido				
19	Me siento alegre				
20	Me siento bien				

Instrucciones: Algunas expresiones que la gente usa para describirse aparecen abajo. Lea cada frase y marque la frase que indique cómo se siente generalmente, habitualmente.

No	Vivencias	Casi nunca	Algunas veces	Frecuentemente	Casi siempre
21	Me siento mal				
22	Me canso rápidamente				
23	Siento ganas de llorar				
24	Quisiera ser tan feliz como otras personas parecen ser				
25	Pierdo oportunidades por no poder decidirme				
26	Me siento descansado				
27	Soy una persona tranquila, serena y sosegada				
28	Siento que las dificultades se me amontonan al punto de no poder superarlas				
29	Me preocupo demasiado por cosas sin importancia				
30	Soy feliz				
31	Tomo las cosas muy a pecho				
32	Me falta confianza en mí mismo				
33	Me siento seguro				

34	Trato de sacarle el cuerpo a las crisis y dificultades				
35	Me siento melancólico				
36	Me siento satisfecho				
37	Algunas ideas poco importantes pasan por mi mente				
38	Me afectan tanto los desengaños que no me los puedo quitar de la cabeza				
39	Soy una persona estable				
40	Cuando pienso en los asuntos que tengo entre manos me tenso y altero				

## ANEXO 6

### IAC

#### 1.1.1.1. INVENTARIO DE ADAPTACIÓN DE CONDUCTA

#### CUADERNILLO

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

#### 1.1.2. MARCA EN LA HOJA DE RESPUESTA:

¿En cada frase podrás MARCAR la respuesta SI - ¿NO, de acuerdo con tu opinión o tu manera de actuar empleando una “¿X”, si tienes duda o estás en un término medio podrás elegir la interrogante ?, pero lo mejor es que te decidas entre el SI –o el NO.

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

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

01. Suelo tener mala suerte en todo.
02. Me equivoco muchas veces en lo que hago.
03. Encuentro pocas ocasiones de demostrar lo que valgo.
04. Si fracaso en algo una vez, es difícil que vuelva a intentarlo.
05. Hablando sinceramente, el futuro me da miedo.
06. Envidia a los que son más inteligentes que yo
07. Estoy satisfecho con mi estatura.
08. Si eres hombre preferirías ser una mujer.  
Si eres mujer preferirías ser un hombre.
09. Mis padres me tratan como si fuera un niño pequeño.
10. Me distancio de los demás.
11. En mi casa me exigen mucho más que a los demás.
12. Me siento satisfecho con mis padres, aunque no sean importantes.
13. Me avergüenza decir la ocupación de mis padres.
14. Me gusta oír como habla mi padre con los demás.
15. Mis padres dan importancia a las cosas que hago.
16. Me siento satisfecho de pertenecer a mi familia.
17. Cuando mis padres me riñen, casi siempre tienen razón.
18. La mayor parte de las veces, mis padres me riñen por algo que les sucede a ellos, no por lo que haya hecho yo.
19. Mis padres me riñen sin motivo.
20. Sufro por no poder conseguir llevar a casa mejores notas.
21. Leo todo lo que tengo que estudiar subrayando los puntos más importantes.
22. Subrayo las palabras cuyo significado no se, o no entiendo.
23. Busco en el diccionario el significado de las palabras que no se o no entiendo.
24. Doy una leída parte por parte y repito varias veces hasta recitarlo de memoria.
25. Trato de memorizar todo lo que estudio
26. Me limito a dar una leída general a todo lo que tengo que estudiar.
27. Estudio sólo para los exámenes.
28. Estudio por lo menos dos horas diarias.
29. Cuando hay paso oral recién en el salón de clase me pongo a revisar mis cuadernos.
30. Me pongo a estudiar el mismo día del examen.



31. Espero que se fije la fecha de un examen o paso oral para ponerme a estudiar.

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

32. En las discusiones casi siempre tengo yo la razón.
33. Estoy seguro de que encontraré profesores que me juzguen mal.
34. En vez de matemática, se debería estudiar cursos como teatro, música, etc.
35. Mis padres se comportan de forma poco educada.
36. Me gusta ayudar a los demás en sus problemas, aunque me cause molestias hacerlo.
37. Tengo más éxitos que mis compañeros en las relaciones con las personas del sexo opuesto
38. Entablo conversación con cualquier persona fácilmente.
39. Me gusta que me consideren una persona con la que hay que contar siempre.
40. Siento que forma parte de la sociedad.
41. Tengo amigos en todas partes.
42. A menudo me siento realmente fracasado.
43. Si volviera a vivir, haría muchas cosas de manera distinta a como las he hecho.
44. Con frecuencia me siento incapaz de seguir estudiando o trabajando sin saber por qué.
45. Muchas veces me digo a mi mismo: ¡Qué tonto he sido ¡- después de haber hecho un favor o prometido algo.
46. Muchas veces pienso que el profesor no me considera una persona, sino un número.
47. Mis compañeros de clase me hacen caso siempre-
48. Tengo problemas en casa porque mis padres son demasiados exigentes con los horarios.
49. Alguna vez he pensado en irme de casa.
50. Me intranquiliza lo que opinen de mí los demás.
51. Cuando tengo que hablar ante los demás paso mal rato, aunque sepa bien lo que tengo que decir.
52. Mis padres solucionan correctamente los asuntos familiares.
53. En general, estoy de acuerdo con la forma de actuar de mis padres.
54. Mis padres son demasiado severos conmigo.
55. Mis padres son muy exigentes.
56. Mi familia limita demasiado mis actividades.
57. Mis padres riñen mucho entre ellos.
58. El ambiente de mi casa es desagradable o triste.
59. Mis padres tratan mejor a mis hermanos que a mí.
60. Mis padres exigen de mejores notas de las que puedo conseguir.
61. Mis padres me dan poca libertad.
62. Leo la pregunta, busco en el libro y escribo la respuesta casi como dice el libro.
63. Leo la pregunta, busco en el libro leo todo y luego contesto según como he comprendido.
64. Le doy más importancia al orden y presentación del trabajo que al contenido.
65. En mi casa, me falta tiempo para terminar con mis tareas, las termino en el colegio, preguntando a mis amigos.
66. Pido ayuda a mis padres u otras personas y dejo que me resuelvan todo o gran parte de la tarea.
67. Dejo para último momento la ejecución de mis tareas por eso no las concluyo dentro del tiempo fijado.
68. Empieza a resolver una tarea, me canso y paso a otra.
69. Cuando no puedo resolver una tarea me da rabia o mucha cólera y ya no lo hago.
70. Cuando tengo varias tareas empiezo por la más difícil y luego voy pasando a las más fáciles.
71. Durante las clases me distraigo pensando lo que voy hacer a la salida
72. Durante las clases me gustaría dormir o tal vez irme de clase.

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

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

83. Te consideras poco importante
84. Eres poco popular entre los amigos.
85. Eres demasiado tímido(a)
86. Te molesta no ser más guapo y atractivo.
87. Te fastidia pertenecer a una familia más pobre que la de otros compañeros.
88. Estás enfermo más veces que otros.
89. Estás de acuerdo con que hay cumplir las normas de convivencia.
90. Eres poco ingenioso y brillante en la conversación.
91. Tienes poca – voluntad – para cumplir lo que propones.
92. Te molesta que los demás se fijen en ti.
93. Tus padres se interesan por tus cosas.
94. Tus padres te dejan decidir libremente
95. Admiras las cualidades de las demás personas de tu familia.
96. Estas seguro de que tus padres te tienen un gran cariño.
97. Tus padres te ayudan a realizarse.
98. Tus padres te permiten elegir libremente a tus amigos
99. Estás convencido de que tu familia aprueba lo que haces.
100. Te sientas unido a tu familia.
101. Crees que a pesar de todo lo que se diga, los padres comprenden bien a sus hijos.
102. Tu padre te parece un ejemplo a imitar.
103. Repaso momentos antes del examen.
104. Preparo un plagio por si acaso me olvido un tema.
105. Confío en mi buena suerte por eso solo estudio aquellos temas que supongo que el profesor preguntará.
106. Cuando tengo dos o más exámenes el mismo día empiezo a estudiar por el tema Más difícil y luego el más fácil.
107. Me presento a rendir mis exámenes sin haber estudiado todo el curso.
108. Durante el examen se me confunden los temas y se me olvida lo que he estudiado
109. Cuando no entiendo algo levanto la mano y pregunto al profesor.
110. Estoy atento a las bromas de mis compañeros que a la clase.
111. Me canso rápidamente y me pongo hacer otras cosas.
112. Cuando no entiendo un tema mi mente se pone a pensar soñando despierto.
113. Mis imaginaciones o fantasías me distraen durante las clases.
114. Formas parte de un grupo de amigos
115. Eras uno de los chicos (as) más populares de tu colegio.
116. Te gusta organizar los planes y actividades de tu grupo.
117. Te gusta participar en paseos con mucha gente.
118. Organizas reuniones con cualquier pretexto.
119. En las fiestas te unes al grupo más animado.

120. Cuando vas de viaje entablas conversación fácilmente con las personas que van a tu lado.
121. Te gusta estar solo mucho tiempo.
122. Prefieres quedarte en tu cuarto leyendo u oyendo música a reunirte con tu familia a ver la televisión a comentar cosas.
123. Te molesta no tener libertad y medios para vivir de otra forma.

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

## INVENTARIO DE ADAPTACIÓN CONDUCTUAL

### C. HOJA DE RESPUESTA

FECHA DE HOY : / /

- |           |           |            |
|-----------|-----------|------------|
| 1. SI ? ) | 42 SI ? ) | 83. SI ? ) |
| 2. SI ? ) | 43 SI ? ) | 84. SI ? ) |
| 3. SI ? ) | 44 SI ? ) | 85. SI ? ) |
| 4. SI ? ) | 45 SI ? ) | 86. SI ? ) |
| 5. SI ? ) | 46 SI ? ) | 87. SI ? ) |
| 6. SI ? ) | 47 SI ? ) | 88. SI ? ) |
| 7. SI ? ) | 48 SI ? ) | 89. SI ? ) |
| 8. SI ? ) | 49 SI ? ) | 90. SI ? ) |
| 9. SI ? ) | 50 SI ? ) | 91. SI ? ) |
| 10 SI ? ) | 51 SI ? ) | 92. SI ? ) |
| 11 SI ? ) | 52 SI ? ) | 93. SI ? ) |
| 12 SI ? ) | 53 SI ? ) | 94. SI ? ) |
| 13 SI ? ) | 54 SI ? ) | 95. SI ? ) |
| 14 SI ? ) | 55 SI ? ) | 96. SI ? ) |
| 15 SI ? ) | 56 SI ? ) | 97. SI ? ) |
| 16 SI ? ) | 57 SI ? ) | 98. SI ? ) |
| 17 SI ? ) | 58 SI ? ) | 99. SI ? ) |

18	SI	?	)	59	SI	?	)	100	SI	?	)
.				.				.			
19	SI	?	)	60	SI	?	)	101	SI	?	)
.				.				.			
20	SI	?	)	61	SI	?	)	102	SI	?	)
.				.				.			
21	SI	?	)	62	SI	?	)	103	SI	?	)
.				.				.			
22	SI	?	)	63	SI	?	)	104	SI	?	)
.				.				.			
23	SI	?	)	64	SI	?	)	105	SI	?	)
.				.				.			
24	SI	?	)	65	SI	?	)	106	SI	?	)
.				.				.			
25	SI	?	)	66	SI	?	)	107	SI	?	)
.				.				.			
26	SI	?	)	67	SI	?	)	108	SI	?	)
.				.				.			
27	SI	?	)	68	SI	?	)	109	SI	?	)
.				.				.			
28	SI	?	)	69	SI	?	)	110	SI	?	)
.				.				.			
29	SI	?	)	70	SI	?	)	111	SI	?	)
.				.				.			
30	SI	?	)	71	SI	?	)	112	SI	?	)
.				.				.			
31	SI	?	)	72	SI	?	)	113	SI	?	)
.				.				.			
32	SI	?	)	73	SI	?	)	114	SI	?	)
.				.				.			
33	SI	?	)	74	SI	?	)	115	SI	?	)
.				.				.			
34	SI	?	)	75	SI	?	)	116	SI	?	)
.				.				.			
35	SI	?	)	76	SI	?	)	117	SI	?	)
.				.				.			
36	SI	?	)	77	SI	?	)	118	SI	?	)
.				.				.			
37	SI	?	)	78	SI	?	)	119	SI	?	)
.				.				.			
38	SI	?	)	79	SI	?	)	120	SI	?	)
.				.				.			
39	SI	?	)	80	SI	?	)	121	SI	?	)
.				.				.			
40	SI	?	)	81	SI	?	)	122	SI	?	)
.				.				.			
41	SI	?	)	82	SI	?	)	123	SI	?	)
.				.				.			

ANEXO 7

MATRIZ DE CONSISTENCIA

<u>Pregunta de Investigación</u>	<u>Objetivos</u>	<u>Hipótesis</u>	<u>Variables e indicadores</u>
<p><b>Problema General</b></p> <p>¿Cuál es la relación entre la ansiedad rasgo - estado y la adaptación de conducta en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Lima Norte?</p> <p><b>Problema Específico</b></p> <p><b>Problema específico 1</b></p> <p>¿Cuáles son los niveles de ansiedad rasgo de los estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Lima Norte?</p> <p><b>Problema específico 2</b></p> <p>¿Cuáles son los niveles de ansiedad estado de los estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Lima Norte?</p> <p><b>Problema específico 3</b></p> <p>¿Cuáles son los niveles de adaptación de conducta en la dimensión personal en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Lima Norte?</p> <p><b>Problema específico 4</b></p> <p>¿Cuáles son los niveles de adaptación de conducta en la dimensión familiar en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Lima Norte?</p> <p><b>Problema específico 5</b></p>	<p><b>Objetivo General</b></p> <p>Determinar la relación existente relación entre la ansiedad rasgo - estado y la adaptación de conducta en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Lima Norte.</p> <p><b>Objetivos Específicos</b></p> <p><b>Objetivo específico 1</b></p> <p>Identificar los niveles de ansiedad rasgo de los estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Lima Norte</p> <p><b>Objetivo específico 2</b></p> <p>Identificar los niveles de ansiedad estado de los estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Lima Norte.</p> <p><b>Objetivo específico 3</b></p> <p>Identificar los niveles de adaptación de conducta en la dimensión personal en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Lima Norte.</p> <p><b>Objetivo específico 4</b></p> <p>Identificar los niveles de adaptación de conducta en la dimensión familiar en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Lima Norte.</p> <p><b>Objetivo específico 5</b></p>	<p><b>Hipótesis 1</b></p> <p>Existe relación entre la ansiedad rasgo - estado y la adaptación de conducta en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Lima Norte.</p> <p><b>Hipótesis 0</b></p> <p>No existe relación entre la ansiedad rasgo - estado y la adaptación de conducta en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Lima Norte.</p> <p><b>Hipótesis Específicas</b></p> <p><b>Hipótesis específico 1</b></p> <p>Existe relación existente entre la ansiedad rasgo - estado y la dimensión personal en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Lima Norte.</p> <p><b>Hipótesis específico 2</b></p> <p>Existe relación existente entre la</p>	<p><b>Ansiedad rasgo - estado</b></p> <p>Spielberger (1972), ha precisado que ansiedad estado ha referencia a un estado emocional, transitorio fluctuante, modificable en el tiempo caracterizado por una combinación única de sentimientos de tensión, aprensión, nerviosismo, pensamientos molestos y preocupaciones, junto a cambios fisiológicos. No obstante Spielberger (1972) citado en González Vigil, 2008) indica que persona con un nivel elevado de ansiedad rasgo presenta un ansiedad estado también elevada. Sin embargo, una persona con un nivel de ansiedad rasgo bajo puede mostrar de forma puntual reacciones de ansiedad de elevada intensidad en situaciones que percibe como amenazantes (ansiedad estado). La variable es categórica politómica ordinal.</p> <p><b>Adaptación de conducta</b></p> <p>De la Cruz, V. Cordero, A. (1988) autores del IAC; adaptación de conducta tiene que ver con nivel de ajuste que tien</p>

<p>¿Cuáles son los niveles de adaptación de conducta en la dimensión educativa en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Lima Norte?</p>	<p>Identificar los niveles de adaptación de conducta en la dimensión educativa en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Lima Norte.</p>	<p>ansiedad rasgo - estado y la dimensión familiar en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Lima Norte.</p>	<p>el alumno con respecto a su entorno y aceptación de su aspecto físico consecución de su independencia emocional, respecto a los padres, relación con sus compañeros y en general con los sujetos del entorno social en el que vive es decir a las normas socialmente aceptadas por el mismo y por los demás. Los adolescentes, al querer adaptarse a situaciones nuevas se crean problemas sin razones concernientes. Asimismo, la variable es categórica politómica ordinal.</p>
<p><b>Problema específico 6</b> ¿Cuáles son los niveles de adaptación de conducta en la dimensión social en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Lima Norte?</p>	<p><b>Objetivo específico 6</b> Identificar los niveles de adaptación de conducta en la dimensión social en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Lima Norte.</p>	<p><b>Hipótesis específico 3</b> Existe relación existente entre la ansiedad rasgo - estado y la dimensión educativa en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Lima Norte.</p>	
<p><b>Problema específico 7</b> ¿Cuál es la relación entre la ansiedad rasgo - estado y la dimensión personal en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Lima Norte?</p>	<p><b>Objetivo específico 7</b> Identificar la relación existente entre la ansiedad rasgo - estado y la dimensión personal en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Lima Norte.</p>	<p><b>Hipótesis específico 4</b> Existe relación existente entre la ansiedad rasgo - estado y la dimensión social en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Lima Norte.</p>	
<p><b>Problema específico 8</b> ¿Cuál es la relación entre la ansiedad rasgo estado y la dimensión familiar en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Lima Norte?</p>	<p><b>Objetivo específico 8</b> Identificar la relación existente entre la ansiedad rasgo - estado y la dimensión familiar en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Lima Norte.</p>		
<p><b>Problema específico 9</b> ¿Cuál es la relación entre la ansiedad rasgo - estado y la dimensión educativa en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Lima Norte?</p>	<p><b>Objetivo específico 9</b> Identificar la relación existente entre la ansiedad rasgo - estado y la dimensión educativa en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Lima Norte.</p>		
<p><b>Problema específico 10</b> ¿Cuál es la relación entre la ansiedad rasgo - estado y la dimensión social en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Lima Norte?</p>	<p><b>Objetivo específico 10</b> Identificar la relación existente entre la ansiedad rasgo - estado y la dimensión social en estudiantes del nivel secundario en una institución educativa de Lima Norte.</p>		

