



**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA
INDOAMÉRICA**

**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD
CARRERA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**

TEMA:

**“LOS RASGOS DE PERSONALIDAD Y SU INFLUENCIA EN LAS
ACTITUDES HACIA LA ALIMENTACIÓN DE LAS ESTUDIANTES DE
BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA BAUTISTA DEL
CANTÓN AMBATO”**

Trabajo de titulación previo a la obtención del Título de Psicólogo General.

Autor

Barrera Rivera Stalin Josué

Tutora

Dra. Rosa Elvira Ramírez Naranjo

AMBATO – ECUADOR

2018

ÍNDICE DE CONTENIDOS

PORTADA.....	i
AUTORIZACIÓN PARA EL REPOSITORIO DIGITAL.....	ii
APROBACIÓN DEL TUTOR.....	iii
DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD.....	iv
APROBACIÓN TRIBUNAL.....	v
DEDICATORIA	vi
AGRADECIMIENTO.....	vii
ÍNDICE DE CONTENIDOS	viii
ÍNDICE DE TABLAS	xi
ÍNDICE DE GRÁFICOS	xii
RESUMEN EJECUTIVO	xiii
ABSTRACT.....	xiv
INTRODUCCIÓN	1

**AUTORIZACIÓN POR PARTE DEL AUTOR PARA LA CONSULTA,
REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL, Y PUBLICACIÓN
ELECTRÓNICA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN**

Yo, Stalin Josué Barrera Rivera, declaro ser autor del Proyecto de Tesis titulado “LOS RASGOS DE PERSONALIDAD Y SU INFLUENCIA EN LAS ACTITUDES HACIA LA ALIMENTACIÓN DE LAS ESTUDIANTES DE BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA BAUTISTA DEL CANTÓN AMBATO”, como requisito para optar al grado de “Psicólogo General”, autorizo al Sistema de Bibliotecas de la Universidad Tecnológica Indoamérica, para que con fines netamente académicos divulgue esta obra a través del Repositorio Digital Institucional (RDI-UTI).

Los usuarios del RDI-UTI podrán consultar el contenido de este trabajo en las redes de información del país y del exterior, con las cuales la Universidad tenga convenios. La Universidad Tecnológica Indoamérica no se hace responsable por el plagio o copia del contenido parcial o total de este trabajo.

Del mismo modo, acepto que los Derechos de Autor, Morales y Patrimoniales, sobre esta obra, serán compartidos entre mi persona y la Universidad Tecnológica Indoamérica, y que no tramitaré la publicación de esta obra en ningún otro medio, sin autorización expresa de la misma. En caso de que exista el potencial de generación de beneficios económicos o patentes, producto de este trabajo, acepto que se deberán firmar convenios específicos adicionales, donde se acuerden los términos de adjudicación de dichos beneficios.

Para constancia de esta autorización, en la ciudad de Ambato, a los 29 días del mes de Marzo de 2018, firmo conforme:

Autor: Barrera Rivera Stalin Josué

Firma:

Número de Cédula: 180430759-1

Dirección: Urb. Niza Huachi Chico Sector BodeSur

Correo Electrónico: sjbarrerita0202@gmail.com

Teléfono: 0987823166

APROBACIÓN DEL TUTOR

Yo, Rosa Elvira Ramírez Naranjo con C.C. 0501389217, en mi calidad de tutor del trabajo de titulación nombrado por el Comité Curricular de la Facultad de Ciencias Humanas y de Salud de la Universidad Tecnológica Indoamérica:

CERTIFICO

Que el Trabajo de Titulación “LOS RASGOS DE PERSONALIDAD Y SU INFLUENCIA EN LAS ACTITUDES HACIA LA ALIMENTACIÓN DE LAS ESTUDIANTES DE BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA BAUTISTA DEL CANTÓN AMBATO”, desarrollado por Barrera Rivera Stalin Josué, estudiante de la Carrera de Psicología General para optar por el Título de Psicólogo General ha sido revisado en todas sus partes y considero que dicho informe investigativo, reúne los requisitos técnicos, científicos y reglamentarios, para ser sometido a sustentación pública y evaluación por parte del tribunal Examinador.

Ambato, 29 de Marzo 2018

Dra. Rosa Elvira Ramírez Naranjo

DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD

El abajo firmate, en calidad de estudiante de la de la Carrera de Psicología, Facultad de Ciencias Humanas y de la Salud declara que los contenidos, ideas, análisis, conclusiones y propuesta son de exclusiva responsabilidad de su persona como autor de este Trabajo de Titulación.

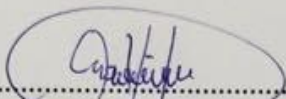
Ambato, 29 Marzo 2018

Stalin Josué Barrera Rivera
C.C.180430759-1

APROBACIÓN TRIBUNAL

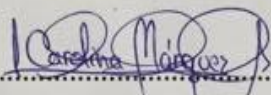
El trabajo de Investigación, ha sido revisado, aprobado y autorizada su impresión y empastado, sobre el Tema: "LOS RASGOS DE PERSONALIDAD Y SU INFLUENCIA EN LAS ACTITUDES HACIA LA ALIMENTACIÓN DE LAS ESTUDIANTES DE BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA BAUTISTA DEL CANTÓN AMBATO", a la obtención del Título de Psicólogo General, reúne los méritos suficientes para ser sometido a disertación pública.

Ambato, 29 de Marzo 2018



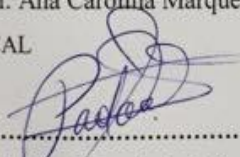
Ps. Verónica Elizabeth Olalla Pardo Mg.

PRESIDENTE DE TRIBUNAL



Ps Cl. Ana Carolina Márquez Altamirano Mg.

VOCAL



Ps. Cl. Paola Estefanía Salinas Aguilar Mg.

VOCAL

DEDICATORIA

A Dios por concederme la vida y las facultades para culminar mis estudios universitarios.

Dedicado a mis padres Stalin y Glenda y Sebastián hermano por ese apoyo incondicional, por fomentar en mi dedicación, esfuerzo y perseverancia en metas propuestas a lo largo de mi vida.

A cada profesor doy gracias porque llegaron a ser un peldaño para lograr esta meta, impartiendo su conocimiento y brindando su apoyo y amistad.

AGRADECIMIENTO

“La única herencia eterna que dejan los padres es el estudio”

Ramiro Barrera

“Si se quiere llegar a la satisfacción personal, es el esfuerzo que se pone en todo proyecto de la vida”

Gerardo Rivera

Agradezco infinitamente por no perder la fe de mis padres en mí, por tener un consejo en cada momento difícil de mi vida.

En mi largo recorrido por la vida encontré a la mujer más bella. A través de tus ojos puedo ver el gran corazón que tienes, la pureza de tu alma y más. AGCM

INDICE DE CONTENIDOS

PORTADA.....	i
AUTORIZACIÓN PARA EL REPOSITORIO DIGITAL.....	ii
APROBACIÓN DEL TUTOR.....	iii
INTRODUCCIÓN	1

CAPITULO I

EL PROBLEMA	2
Contextualización.....	3
Antecedentes	5
Contribución teórica, económica, social y/o tecnológica.....	6
Fundamentaciones.....	7
Fundamentación Epistemológica	7
Fundamentación Psicológica.....	8
JUSTIFICACIÓN	9
OBJETIVOS	
Objetivo General.....	10
Objetivos Específicos	10
Marco Conceptual	11
RASGOS DE PERSONALIDAD	11
ACTITUDES HACIA LA ALIMENTACIÓN	27

CAPITULO II

METODOLOGÍA.....	41
Población y muestra.....	42
Instrumentos de investigación	
Cuestionario de Actitudes ante la Alimentación (EAT-40).....	43
Cuestionario de Personalidad para Adolescentes (HSPQ)	44
Procedimientos para obtención y análisis de datos	46
Actividades	46

CAPITULO III

ANÁLISIS DE RESULTADOS.....	
Rasgos de Personalidad	47
Actitudes hacia la Aliemtación.....	61

Comprobación de las hipótesis.....	62
Decisión.....	77
CAPÍTULO IV	
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	78
DISCUSIÓN.....	80
CAPITULO V	
PROPUESTA.....	82
TEMA.....	82
JUSTIFICACIÓN.....	82
OBJETIVOS.....	
GENERAL.....	83
ESPECÍFICOS.....	83
ESTRUCTURA TÉCNICA DE LA PROPUESTA.....	
ARGUMENTACIÓN TEÓRICA.....	83
DISEÑO TÉCNICO DE LA PROPUESTA.....	86
BIBLIOGRAFÍA.....	98
ANEXOS.....	101

INDICE DE TABLAS

Tabla N°1: Población y muestra.....	42
Tabla N°2: Rangos de Personalidad Factor A.....	47
Tabla N°3: Rangos de Personalidad Factor B.....	48
Tabla N°4: Rangos de Personalidad Factor C.....	49
Tabla N°5: Rangos de Personalidad Factor D.....	50
Tabla N°6: Rangos de Personalidad Factor E.....	51
Tabla N°7: Rangos de Personalidad Factor F.....	52
Tabla N°8: Rangos de Personalidad Factor G.....	53
Tabla N°9: Rangos de Personalidad Factor H.....	54
Tabla N°10: Rangos de Personalidad Factor I.....	55
Tabla N°11: Rangos de Personalidad Factor J.....	56
Tabla N°12: Rangos de Personalidad Factor Q.....	57
Tabla N°13: Rangos de Personalidad Factor Q2.....	58
Tabla N°14: Rangos de Personalidad Factor Q3.....	59
Tabla N°15: Rangos de Personalidad Factor Q4.....	60
Tabla N°16: Actitudes hacia la Alimentación.....	61
Tabla N°18: FRECUENCIA OBSERVADA.....	63
Tabla N°19: FRECUENCIA ESPERADA.....	63
Tabla N°20: TABLA DE CONTINGENCIA.....	63
Tabla N°21: Taller 1.....	88
Tabla N°22: Taller 2.....	92
Tabla N°23: Taller 3.....	95

INDICE DE GRAFICOS

Grafico N°1: Población y muestra.....	42
Grafico N°2: Rangos de Personalidad Factor A.....	47
Grafico N°3: Rangos de Personalidad Factor B.....	48
Grafico N°4: Rangos de Personalidad Factor C.....	49
Grafico N°5: Rangos de Personalidad Factor D.....	50
Grafico N°6: Rangos de Personalidad Factor E.....	51
Grafico N°7: Rangos de Personalidad Factor F.....	52
Grafico N°8: Rangos de Personalidad Factor G.....	53
Grafico N°9: Rangos de Personalidad Factor H.....	54
Grafico N°10: Rangos de Personalidad Factor I.....	55
Grafico N°11: Rangos de Personalidad Factor J.....	56
Grafico N°12: Rangos de Personalidad Factor Q.....	57
Grafico N°13: Rangos de Personalidad Factor Q2.....	58
Grafico N°14: Rangos de Personalidad Factor Q3.....	59
Grafico N°15: Rangos de Personalidad Factor Q4.....	60
Grafico N°16: Actitudes hacia la Alimentación.....	61

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA
FACULTAD DE CIENCIA HUMANAS Y DE LA SALUD
CARRERA CIENCIAS PSICOLÓGICAS

TEMA: “LOS RASGOS DE PERSONALIDAD Y SU INFLUENCIA EN LAS ACTITUDES HACIA LA ALIMENTACIÓN DE LAS ESTUDIANTES DE BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA BAUTISTA DEL CANTÓN AMBATO”

AUTOR: Stalin Josué Barrera Rivera

TUTOR: Dra. Rosa Elvira Ramírez Naranjo

RESUMEN EJECUTIVO

La investigación tiene un enfoque cualitativo y cuantitativo; es cualitativo debido a que se escudriño el aspecto teórico conceptual; el fundamento es descriptivo al basarse en un marco teórico del enfoque cognitivo conductual, sustentado por autores que permitirán explicar el comportamiento de las variables propuestas. El enfoque es cuantitativo por la recolección y análisis de los datos en la contestación de las interrogantes, que mediante el uso de herramientas psicológicas como el HSPQ (Cuestionario de Personalidad para Adolescentes) y el EAT-40 (Cuestionario de Actitudes hacia la Alimentación); permitieron investigar si los rasgos de personalidad influyen en las actitudes hacia la alimentación de las 60 estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Bautista. Los resultados son producto de una estadística inferencial realizada a través del método Chi cuadrado, donde se acepta la hipótesis alterna que indica que los rasgos de personalidad si influyen en las actitudes hacia la alimentación, en el Factor E (Sumiso-Dominante) y el Factor H (Cohibido-Emprendedor). Por consiguientes la planificación de la propuesta se basa en talleres con un enfoque Cognitivo-Conductual vinculados a buscar cambios en el esquema mental de los rasgos de personalidad que prevengan sus actitudes hacia la alimentación.

DESCRIPTORES: Conductual, Cognitivo, Rasgos de personalidad, Actitudes Alimenticias, Habilidades Sociales.

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA
FACULTAD DE CIENCIA HUMANAS Y DE LA SALUD
CARRERA CIENCIAS PSICOLÓGICAS

THEME: "PERSONALITY TRAITS AND THEIR INFLUENCE ON ATTITUDES TOWARDS THE FEEDING OF HIGH SCHOOL STUDENTS IN THE EDUCATIONAL UNIT BAUTISTA IN AMBATO"

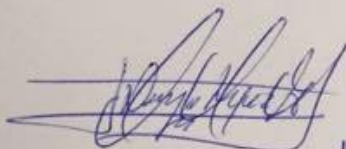
AUTHOR: Stalin Josué Barrera Rivera

TUTOR: Dra. Rosa Elvira Ramírez Naranjo

ABSTRACT

The research has a qualitative and quantitative approach; it is qualitative because the conceptual theoretical aspect was scrutinized. The foundation is descriptive, based on a theoretical framework of the cognitive behavioral approach, supported by authors who will explain the behavior of the proposed variables. The approach is quantitative due to collection and analysis of data in the answer to the questions, that by using psychological tools such as the HSPQ (Questionnaire of Personality for Adolescents) and the EAT-40 (Questionnaire of Attitudes towards Food). They allowed to investigate whether personality traits influence attitudes to power 60 high school students from the "Unidad Educativa Bautista". The results are the product of an inferential statistic performed through the Chi square method, where the alternative hypothesis is accepted that indicates that the personality traits do influence the attitudes towards food, in the Factor E (Submissive-Dominant) and the Factor H (Restrained- Entrepreneur). Consequently, the planning of the proposal is based on workshops with a Cognitive-Behavioral focus linked to seeking changes in the mental scheme of personality traits that prevent their attitudes towards food.

KEYWORDS: Behavioral, Cognitive, Nutritional Attitudes, Personality Traits, Social Skill.



INTRODUCCIÓN

La presente investigación tuvo como fin la exploración de los rasgos de personalidad y las actitudes hacia la alimentación de las estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Bautista del cantón Ambato, constó de varios capítulos que serán detallados conforme el desarrollo de la investigación.

En el Capítulo I es importante mencionar la contextualización en donde se verán investigaciones del contexto macro, meso y micro. Respecto a los antecedentes investigativos, se tomó en cuenta datos de tesis en similitud a las variables de estudio, así también se menciona la contribución teórica, económica, tecnológica y/o social.

Para complemento del trabajo investigativo en el Capítulo II se realizó las fundamentaciones epistemológicas y psicológicas con bases teóricas. Se desarrolló la metodología aplicando en una población determinada, un estudio de campo, descriptivo, bibliográfico y documental dando una determinada operacionalización de las variables.

A través de Capítulo III se realizó las aplicaciones de cada reactivo psicológico donde se recolecto la suficiente información estadística para realizar las tabulaciones y cuadros estadísticos con el fin de determinar el análisis e interpretación de la información recolectada y de esta manera constatar y finalmente verificar la hipótesis planteada mediante el método estadístico Chi Cuadrado.

Para comprobar los objetivos de la investigación en el Capítulo IV se presenta conclusiones junto con recomendaciones con el objetivo de proponer una solución al problema. Y así finalmente en el Capítulo V, en base a las variables se realizó la propuesta para dar solución a la problemática, adjuntando anexos que validen la investigación respectiva.

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA

En la investigación se observó los rasgos de personalidad y su influencia en las actitudes hacia la alimentación, en consideración a la problemática se realizó una entrevista con la psicóloga de la Unidad Educativa Bautista, quien mencionó que hay momentos en que las jóvenes presentan episodios ansiosos al rendir exámenes académicos, condiciones familiares de disfunción como pérdida de seres queridos, divorcios, duelos no resueltos, maltrato familiar; así también como las condiciones personales que pueden ser rupturas amorosas, bajo autoestima, búsqueda de aceptación en una cultura y cambios sociales como la moda, estereotipos mal fundados de la figura femenina y la influencia de las redes sociales; estas situaciones provocan que sus actitudes hacia la alimentación en las estudiantes se hayan visto afectadas, repercutiendo no solo en su área física sino también mental y académica.

Otro elemento a considerar son los Rasgos de Personalidad ya que llegan a ser los moldeadores de las actitudes teniendo en cuenta que las características físicas, heredadas y sociales son las que dan dirección al individuo a una acción determinada. La motivación de la presente investigación es considerar los rasgos de personalidad de cada estudiante como el motor que genera condiciones de los riesgos que pueden llegar a tener en su alimentación y esto se comprobaría demostrando que rasgos de personalidad coadyuvan frente a las actitudes hacia la alimentación lo cual nos puede ayudar a entender la problemática en la institución educativa.

Contextualización

A nivel mundial existen varios estudios acerca de los Rasgos de Personalidad y la Conducta Alimenticia, así como en Madrid se realizó un estudio donde se identifica una preocupación por la evolución de las pacientes con trastornos de la conducta alimentaria o también llamado (TCA); de la Clínica TCA del servicio de Psiquiatría B del Hospital Gregorio Marañón, Varela (citado por Gutiérrez, 2015) “En este dispositivo abierto desde el año 2008 se vienen atendiendo a pacientes con TCA mayores de 18 años. La media de edad se sitúa en 30 años, en su mayoría (94%) son mujeres y la media de evolución de su enfermedad es de más de 7 años cuando llegan a este dispositivo, es decir son pacientes crónicas (p. 11). Las mujeres estudiadas en su mayoría pueden llegar hacer personas con antecedes crónicos después de una evolución de siete años, es necesario incrementar programas de prevención en la salud con el fin de solucionar a tiempo la existencia de alguna disfunción nutricional no solo en las mujeres, sino más bien en las personas en general, el peligro de trastornos asociados se incrementa a los largo de la evolución del TCA en donde se estima que al menos la mitad de la población estudiada es de inicio adolescente los cuales tendrán un diagnóstico psiquiátrico distinto al Trastorno de Conducta Alimentaria, se habla de un posible trastorno afectivo y casi menos de la mitad pueden cumplir con criterios de trastorno de personalidad a los 10 años de evolución.

En América Latina los trastornos de conducta alimentaria son un tema de investigación, actualmente se considera un problema de salud debido a la creciente prevalencia no solo en mujeres sino también en el género opuesto. Un estudio realizado en Lima-Perú con el fin de describir la prevalencia de riesgo de TCA en estudiantes preuniversitarios de la Academia Aduni-César Vallejo; los instrumentos utilizados en la investigación fueron el EAT-26 donde se obtuvo datos sobre edad, sexo, estado civil, ocupación área a la que postula, peso y talla. Para el análisis estadístico se utilizó la prueba del Chi-cuadrado y para medir la consistencia interna de los instrumentos se calculó el índice alfa de Cronbach. Donde se llegó a la conclusión de que la prevalencia de los riesgos del Trastorno de Conducta Alimentaria en los estudiantes preuniversitarios de la Academia de Aduni-César Vallejo se mantiene una frecuencia de riesgo de mayor rango en el género

femenino(18,70%) que el en género masculino (16,38%) tomando en cuenta una edad promedio de 17 años. (Miranda, 2016)

En el Ecuador hay varias publicaciones en base a los desórdenes alimenticios en el cual se ha pronunciado diferentes estudios acerca de su incidencia y porcentajes para un mejor entendimiento acerca de estos trastornos; en la Universidad Técnica de Ambato se realizó un estudio en la Unidad Educativa Inmaculada donde se halló que 65 adolescentes conformado por un 81,25% no están a favor de que la sociedad critique o tome mucha importancia al aspecto físico, lo que conlleva a que las adolescentes se sientan influenciadas a cumplir los requisitos necesarios para obtener un aspecto físico “apropiado”. La imagen corporal es algo relevante en la actualidad no solo porque se convierte en una concepción de sí mismo sino también del mundo en general debido a que depende de las experiencias que éste registra creará así mismo una realidad; así como menciona Guarderas (citado por Pinto, 2015) “Las personas más propensas a enfermedades alimentarias tienen personalidades obsesivo - compulsivas. Sufren de ansiedad, depresión, son hipersensibles y complacientes con los demás” (p.6). En la sociedad hay factores que influyen notablemente en actitudes de los adolescentes como por ejemplo estereotipos, redes sociales, círculos sociales, entre otros; donde todos estos factores por lo general toman mucho en cuenta la imagen corporal dando una perspectiva errónea de su cuerpo en la persona.

Instituto Nacional de Estadísticas y Censos (INEC), presenta el primer capítulo de la encuesta Nacional de Salud y Nutrición en la que se realizó a más de veinte mil viviendas y noventa y dos mil quinientas personas a escala nacional entre el 2012 y 2013, estudiando los factores de riesgo de las enfermedades crónicas más prevalentes; este grupo se estimaba alto índice de sobrepeso en donde de cada 100 niños el 8,6% ya presenta un cuadro de sobrepeso. En una población escolar de 5 a 11 años existe un sobrepeso con el 32%; así mismo en relación a los adolescentes con un 26%, por último llegando a los adultos con un 33%. (Guarderas, 2015)

Antecedentes

Para el análisis de la información de las variables de estudio, se pudo identificar a través de varias investigaciones propuestas relacionadas con el tema propuesto, entre ellas se destacan las más importantes, mencionadas a continuación:

(Ortiz, 2015) en su trabajo titulado: Rasgos de Personalidad y su Relación con los Niveles de Ansiedad en los estudiantes de tercer año de Bachillerato del Colegio Nacional Palora de la Provincia de Morona Santiago, llega a la conclusión que los rasgos de personalidad no se relaciona con los niveles de ansiedad en los estudiantes por tanto se puede determinar que las dos variables son totalmente independientes, sin embargo no se descarta que para otro tipo de eventos los niveles de ansiedad están relacionados directamente o dependen de los rasgos de personalidad. Así mismo se concluye que los rasgos dominantes en aquellos evaluados son los siguientes: 17% presentan como rasgo predominante el inconformismo, mientras tanto un 13% suelen ser discretos, tímidos e independientes. Posteriormente se evidencia que el 10% son indecisos, un 7% se caracterizan por inestabilidad, confianza y arriesgados. Consecutivamente un 3% de evaluados se definen como relajados, espontáneos e impulsivos y finalmente con un 2% presentan el rasgo confianza (p. 139).

En última instancia se analizó la investigación de (Altamirano, 2015) sobre los Rasgos de Personalidad y su Influencia en el Rendimiento Competitivo en los adolescentes de la Federación Deportiva del cantón Ambato de la provincia de Tungurahua donde se llega a la conclusión que los rasgos de personalidad predominantes en los adolescentes de las disciplinas deportivas de combate se identificaron la introversión 19% y la calma en un 19%, mostrando estos una presencia de autosuficiencia, prudencia, reserva y escrúpulo social. Los rasgos de personalidad con un porcentaje menor y a la vez destacado a los antes mencionados, siendo de real importancia mencionarlos por su presencia en las disciplinas de combate, la independencia 16% y ansiedad 16% (p.124). En las disciplinas deportivas los rasgos de personalidad son fundamentales para un rendimiento físico apropiado siendo la personalidad pilar fundamental para la confianza del deportista ante una competición.

Contribución teórica, económica, social y/o tecnológica

La investigación realizada favorece en la contribución social, siendo la personalidad imprescindible en los individuos para el desarrollo bio-psico-social ayudando a un equilibrio emocional de sí mismo y con los demás. La personalidad desarrollada en la persona va a marcar cómo ve el mundo y como los individuos reaccionan ante él; las características personales son propias y adquiridas donde se van desarrollando de manera evolutiva.

La Personalidad es mediatizada por condiciones internas, tanto biológicas como psicológicas; a principios de la vida no influyen de manera notoria, más en etapas posteriores cuando el individuo convertido en responsable de su comportamiento, gobierna su actuación con relativa independencia a las influencias externas. Es pues la personalidad la instancia integradora de la expresión única e irrepetible en la subjetividad de la persona de toda relación entre la sociedad y la cultura, en el momento de su historia social y personal que le ha correspondido vivir.

Para una Conducta Alimenticia existen conductas que se ven reflejadas por factores internos y externos; sabiendo que los factores internos determinan las aptitudes y actitudes de la persona, así también como los factores externos que son los se ven modeladas por estereotipos responsables muchas veces por medios de comunicación, redes sociales, internet, entre otros. Estos factores son incidentes en el cambio de ánimo de los individuos con mensajes indirectos.

Por medio de las variables de estudio los rasgos de personalidad y las actitudes alimenticias se crea un proceso de socialización con los individuos educando a adquirir comportamientos mediante patrones adquiridos a lo largo de su evolución, donde los individuos serán modelados por los contextos culturales donde se desarrollan de una mejor manera para así tengan bases fundamentales para afrontamiento de problemas. Se dará una realidad que favorecerá a la persona a poseer valores tales como el respeto, la solidaridad y la integración social, evitando que los sujetos se configuren como individuos sometidos a las influencias y engaños de la sociedad del consumo.

Fundamentaciones

Fundamentación Epistemológica

La psicología como ciencia presenta un enfoque epistemológico donde a través de la teoría conductual estudia la conducta en general, entre 1849-1936 aparece la escuela Conductista siendo los precursores principales Iván Pavlov descubriendo el condicionamiento clásico es decir el aprendizaje de respuestas emocionales o fisiológicas involuntarias.

John Watson denominada también behaviorismo (conducta) donde propuso el esquema E-R (Estímulo-Respuesta), para el análisis de la conducta tanto animal como humana. Existen dos elementos en una conducta; los estímulos mentales que impactan en el organismo y la respuesta que éste emite a continuación. En cierto modo para Watson la unidad de observación psicológica es la conducta manifestada en un individuo, sea la actividad que realice la persona como por ejemplo; orientarse hacia una luz o en dirección opuesta, saltar al oír un sonido, u otras actividades más altamente organizadas como tener hijos, escribir libros.

Otro de los precursores como Skinner en 1904-1990 propuso el conductismo radical donde su principal objetivo es el reforzamiento de la conducta o también llamado el condicionamiento operante que consiste en un procedimiento de aprendizaje basado en una respuesta determinada dependiendo las consecuencias esperadas, en el condicionamiento operante la conducta es controlada por estímulos como por ejemplo; un estudiante debe entregar una tarea, esto es el estímulo; la calificación de la tarea será el reforzamiento y la aprobación de la materia sería la consecuencia. Bandura en el año 1925 aportó en el conductismo con la teoría del aprendizaje social, donde incorporó la idea de que no solo el refuerzo opera en el establecimiento de un comportamiento, sino que también es necesario considerar el efecto de influencia de un sujeto tiene sobre otro. La observación del comportamiento de otro, es también una forma de aprender. Este tipo de aprendizaje denominado aprendizaje vicario consideró la intervención de variables cognitivas y dejó de lado la visión del aprendizaje como proceso automático. De tal manera que los rasgos de personalidad se van formando o modelando a través del proceso evolutivo siendo las figuras paternas los principales modelos para la consolidación de la personalidad y una futura conducta frente a una sociedad.

Fundamentación Psicológica

Dentro de las corrientes psicológicas se encuentra el enfoque Cognitivo-Conductual, donde se considera que el comportamiento se aprende de diversas maneras, estas puede ser mediante la experiencia propia, la observación a los demás, procesos de condicionamiento clásico u operante. Así todas las personas desarrollan nuevos aprendizajes que se van incorporando a lo largo de su vida llegando a ser funcionales o problemáticos.

El objetivo del enfoque cognitivo-conductual deriva en que el individuo adopte eficazmente comportamientos en el entorno, va dirigida a tratar de crear nuevas conductas, aumentando unas o disminuyendo otras y a su vez modificando comportamientos problemáticos.

Siendo de aportación social ya que la observación del comportamiento de otro, es también una forma de aprender donde los Rasgos de Personalidad supone la existencia de características estables de un individuo que pueden determinar, explicar y hasta cierto punto predecir un comportamiento en la medida en que guían la forma en que cada persona interpreta la realidad, muchas veces le impide actuar de manera correcta a ciertas situaciones, provocando en este caso actitudes correctas o incorrectas hacia alimenticios e ideas irracionales acerca de sí mismo y su entorno.

JUSTIFICACIÓN

La importancia de esta investigación fue determinar la situación en cómo afecta la personalidad de las estudiantes en las actitudes hacia la alimentación y así poder dar a conocer un trastorno alimenticio, a partir de los resultados se dará a conocer la problemática que existe en la Unidad Educativa Bautista, así se podrá dar una formación de hábitos alimentarios y conductas, tomando en cuenta que existe desviaciones que pueden ocasionar dos situaciones extremas, por un lado, el déficit nutricional y por otro, el sobrepeso y la obesidad.

La investigación generar un impacto no solo para los estudiantes sino también para toda la sociedad como tal, aportando para mayor conocimiento en los individuos en cómo puede afectar los rasgos de personalidad y actitudes hacia la alimentación, se aprovechó todos los recursos para poder presentar una investigación que dé resultados para la sociedad, tomando en cuenta que rasgos y características de una persona determinan una forma de comportarse, es decir, que la personalidad se forma en función del desarrollo del individuo adaptando caracteres hereditarios o adquiridos en el ambiente.

Resultó factible la investigación gracias a la colaboración de las autoridades y estudiantes que tuvieron esa apertura para poder recabar datos verídicos, y obtener la información adecuada. Los recursos requeridos aportaron eficientemente al estudio previo, tales como, los recursos humanos, técnicos, instrumentos psicométricos y apertura de la institución.

Los beneficiarios son las estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Bautista, las cuales conocerán sus tendencias alimenticias y de esta manera poder relacionarlas con sus rasgos de personalidad.

OBJETIVOS

Objetivo General

Investigar si los rasgos de personalidad influyen en las actitudes alimenticias de las estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Bautista del cantón Ambato

Objetivos Específicos

1. Determinar los rasgos de personalidad de las estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Bautista.
2. Identificar las actitudes hacia la alimentación de las estudiantes de bachillerato de la unidad educativa Bautista.
3. Diseñar una propuesta para dar solución al problema encontrado.

MARCO CONCEPTUAL

RASGOS DE PERSONALIDAD

Definición

Para poder definir los rasgos de personalidad es importante tomar en cuenta qué es la personalidad, así como menciona la Organización Mundial de la Salud (citado por Viteri, 2016) “La personalidad como aquel patrón que dirige la manera de pensar, sentir y actuar, así como su estilo de vida y su manera de adaptación individual; la personalidad es el resultado de la combinación de factores evolutivos, constitucionales y sociales”. Es un conjunto de rasgos consistentes que definen la conducta de un individuo teniendo en cuenta características físicas, genéticas y sociales que lo hacen diferente con respecto al resto de individuos, los cuales se van desarrollando a lo largo de su evolución física y mental, teniendo marcas significativas en la niñez, adolescencia e inicios de la adultez.

Camarillo, (2015) La personalidad de cada individuo es el resultado de la relación característica que tienen sus sistemas psíquicos: percepción, cognición, emoción, motivación y acción. Y es sobre todo en la acción, en su manera de comportarse y enfrentarse al medio donde se hace patente la personalidad, en cierto modo la personalidad es el conjunto de patrones que los individuos desarrollan para afrontar experiencias procesadas por rasgos que en conjunto y relación con el contexto social se activan en direcciones específicas desarrollando múltiples experiencias integradoras, sin embargo las características de personalidad pueden presentarse en diferentes grados o estabilidad a lo largo de la vida.

Para conformar la personalidad existen bases comportamentales que manifiesta un individuo tales como el carácter y temperamento. Así como menciona Millon, (2012) “Carácter es el concepto que define a aquellas características que son adquiridas durante el crecimiento, a través de la socialización y se relacionan de forma directa con las normas sociales en las cuales se desenvuelve el individuo”. Hace mención a las características que se van adquiriendo conforme a lo largo de la vida, por lo cual es inconsistente, es decir, se puede ir modificando de acuerdo a

las experiencias de la persona. Y el temperamento está constituido por características heredadas desde la concepción, estas poseen menos posibilidades de modificación. Como Magallón, (2012) “el temperamento es un sustrato biológico donde está conformado por estructuras químicas y neurológicas que son la base de respuestas a estímulos específicos” (p.3). Cada persona tiene una constitución, es decir, una unidad biofísica global con características que enfocan la individualidad psicológica del sujeto, tomando en cuenta que sus tendencias y disposiciones individuales se asocian a una fisiología.

La personalidad presenta dos conceptos estos son: la personalidad y los rasgos que estos vienen a ser aspectos prominentes que se exponen en una amplia escala de contextos sociales y personales significativos, comprende actitudes que se adquieren y se forjan a lo largo del tiempo-espacio. Feldman (citado por Arango, 2015) “describe el rasgo como características que todos los seres humanos poseen, pero cada uno tiene un grado medible que se puede aplicar en una persona en particular ” (p.11). Los rasgos no son observable, en cambio el comportamiento si, y a partir de este es posible intervenir con una análisis y abstraer los tipos de comportamiento que un individuo puede presentar; los rasgos se derivan de manera implícita a los comportamientos observables. A través del tiempo y las diferentes situaciones se ve reflejado la conducta como consistente y regular.

Palmero & Fernández (citado por Viteri, 2016) “Los rasgos en cuanto a su estructura se caracteriza por tener unidades, que se refieran a los aspectos estables, consistentes y durables de la personalidad” (p.32). Se entiende como conceptos estructurales a conceptos como rasgos o tipos. El término rasgo hace referencia a la consistencia de las respuestas de una persona frente a distintas situaciones, es un término descriptivo. El concepto tipo se refiere al conjunto de rasgos diferentes. Por lo que el tipo requiere un mayor nivel de regularidad y consistencia de la conducta.

Teorías de Rasgos de Personalidad

A lo largo de los siglos varios autores han definido a la personalidad como conjunto de caracteres que definen el actuar de una persona o también rasgos

individuales que dan regularidad o consistencia de la conducta humana, el fin de cada autor es describir diferencias individuales que en esencia forman la personalidad. Por ese hecho se investigara el punto de vista de cada autor para tener una perspectiva más amplia acerca de la personalidad y sus diferencias.

Teoría de Gordon Allport

Cuando se habla acerca de la teoría de Allport, se fundamenta que la personalidad es una organización que se debe entender como un dinamismo debido que constantemente se modifica, es psicológica y física porque integra cuerpo y mente, se determina puesto que se entrelaza al pasado y futuro, siendo que cada característica son únicas. Tal como menciona Allport (citado por Viteri, 2016) “La personalidad es un conjunto dinámico particular, que regula los sistemas determinando el ajuste de la persona a su ambiente” (p.34). En efecto, la personalidad es un conjunto que integra mente y cuerpo donde se desarrolla en función del ambiente que determinan sus pensamientos, conductas, características propias de una persona, por lo que al definir la personalidad no se habla de algo simple más bien de una entidad real.

Los rasgos son característico de un individuo, a su vez se determina por sus cualidades que son distintivas en cada ser, el rasgo es independiente del observador y representa una existencia normal. Allport postuló tipos de rasgos, los rasgos individuales y comunes. Los rasgos comunes se aplican en los grupos de individuos que se identifican a una misma cultura, etnia o lengua. Así determinó Allport (Boeree, 2014.) “Los rasgos comunes son aquellas características entre individuos, permite contrastar a los individuos dentro de una determinada sociedad, es decir son rasgos comparables que permiten relacionar disposiciones comunes con otras personas”. (p.98). Es característico de los rasgos comunes que permite comparar a los individuos dentro de una determinada cultura, es decir son rasgos semejantes que permiten relacionar disposiciones comunes con otras personas.

En cuanto a los rasgos individuales determinan específicamente como es una persona ante una situación como por ejemplo existen individuos con características

obsesivas pero cada individuo se diferencia uno del otro, tomando en cuenta que una persona puede ser obsesiva con su trabajo y otra con su limpieza en el hogar, diferenciándose entre sí; y a su vez los rasgos comunes determinan a un conjunto de personas con características similares tales como signos y síntomas que se establece a una persona si está dentro de un grupo de trastornos de personalidad. Así como menciona Allport (citado por Camarillo, 2015) “los rasgos individuales son de importancia, debido que hacen referencia a un rasgo característico y único para la persona, describen de forma más precisa la personalidad del individuo” (p.67). Estos rasgos son de importancia porque influyen sobre la conducta de la persona en situaciones determinadas, dando particularidades a cada individuo ya que existen situaciones similares pero con diferentes conductas que hacen incomparables a una persona de otra.

Existen categorías que permiten ver las actitudes y características principales de la persona, estos pueden llegar a ser predominantes, se establecen en situaciones determinadas. Se consideraron tres niveles: los rasgos cardinales, centrales y secundarios que éstos prevalecen en él individuo. Tomando en cuenta que Allport (citado por Arango, 2015) “menciona que es la característica innata fundamental que se aprende o se adopta, casi siempre hasta el punto que la persona se da a conocer sólo a través de estos rasgos” (p.46). De esta manera estos rasgos se desarrollan a lo largo de su evolución y su objetivo es ayudar a la búsqueda de su propósito en la vida y en una sociedad.

En primera instancia los rasgos cardinales son características generales en los fundamentos básicos de la personalidad tales como puntualidad, honestidad o solidaridad, siendo básicamente los valores morales de la persona. Así como menciona Allport (citado por Villamarin, 2017) “ los rasgos cardinales son aquellos que forman parte del propio núcleo del individuo afectando en gran parte al conjunto de conductas que el sujeto es capaz de emitir en una situación determinada, siendo con mayor influencia en el modo de ser de cada persona” (p.78). Con mayor frecuencia se suele referir a personajes de la historia como por ejemplo Juana de Arco que con grandes proezas y hazañas memorables se solidarizó y se sacrificó

por su pueblo; en efecto pocas personas desarrollan unos rasgos cardinales por su influencia en la sociedad.

Los rasgos centrales son comunes en las personas pero menos persistentes y dominantes, siendo así los más característicos de la personalidad, éstos describen las características excepcionales y únicas de las personas, por ejemplo; un individuo agresivo no siempre va a manifestar esta conducta en todas las situaciones que se encuentre pero llega a ser algo característico de esta persona, saber de ellos es bastante útil y pueden usarse para definir a las personas. Así como los define Allport (citado por Aguilar, 2016) “son las características generales que forman los fundamentos básicos de la personalidad. Los rasgos centrales, aunque no son tan dominantes como rasgos cardinales, son las características principales que se utilizan para describir a la persona” (p.19). Estos rasgos son aquellos que se presentan en determinadas situaciones en las cuales podrán dar pautas para describir a una persona aunque no siempre son observables en el comportamiento.

Así también existen los rasgos secundarios que no constituyen una parte fundamental de la personalidad pero están relacionados con las actitudes o preferencias individuales, por lo general aparecen en ciertas situaciones o circunstancias específicas, esto determina la complejidad de la personalidad tal como se muestra en ciertas situaciones, por ejemplo una persona sumisa que se molesta y pierde los estribos. (Arango, 2015)

Teoría de Eysenck

Uno de los principales autores del estudio de la personalidad fue Eysenck, su enfoque fue enmarcado en la teoría de los rasgos, debido a que la conducta se determina por atributos estables siendo las unidades primordiales de la propia personalidad; a su vez se convierte en predisponentes para que un individuo actúe de manera determinada.

Eysenck (citado por Viteri, 2016) menciona que:

Al desarrollar su teoría de la personalidad, fundamentaba que la personalidad de los individuos podía resumirse en dos rasgos principales.

Eysenck basaba su teoría bajo el fundamento de que la génesis de la personalidad dependía en mayor parte de factores psicológicos heredados, otorgando poca importancia a los factores e influencias ambientales (p.36).

Los rasgos y las dimensiones permanecen estables a lo largo de la vida del individuo a pesar de las diferentes experiencias sociales y ambientales, se relaciona también la inteligencia con los rasgos de personalidad y se menciona que un ser humano con un coeficiente intelectual alto probablemente tendría una personalidad más compleja que un ser humano con promedio bajo de inteligencia.

El autor propone una estructura jerárquica de la personalidad donde se puede ordenar el comportamiento en cuatro niveles, del más bajo al más alto. El primer nivel se halla en las respuestas que se observan una sola vez y que pueden ser o no característicos de la persona por ejemplo, las vivencias de la vida cotidiana. Así también como el segundo nivel que representa a las respuestas habituales que suelen ocurrir frecuentemente por contextos semejantes, por ejemplo si un individuo contesta un cuestionario por segunda vez, el objetivo sería obtener respuestas similares. Como tercer nivel se identifican a los actos habituales que se establecen por rasgos por ejemplo la sociabilidad, la impulsividad, vivacidad, entre otras. Por último el cuarto nivel es el más importante ya que presenta generalidades y se encuentran factores como: Neuroticismo, Extraversión y Psicoticismo. (Camarillo, 2015)

La personalidad presenta de tres dimensiones propuestas por el autor en el cuarto nivel dentro de la jerarquización de la personalidad estos son: la extroversión siendo el nivel de sociabilidad, neuroticismo demuestra la estabilidad emocional y psicoticismo el grado de distorsión de la realidad. El modelo de los rasgos influyen en la sostenibilidad de cinco grandes factores propuestos en los ejes de la personalidad, los cuales son: apertura a la experiencia, escrupulosidad, extroversión, agradabilidad y neuroticismo; estos surgen de forma muy consistente en diferentes poblaciones, como niños, estudiantes universitarios, adultos mayores, entre otros, dando una representación muy descriptiva de la personalidad (Saravia, 2013, p.8).

Los factores son suficientes para describir la personalidad de manera adecuada, pues a partir de estos se pueden hacer predicciones tanto a nivel fisiológico, psicológico y social. La personalidad se basa en dimensiones definidas por combinaciones de rasgos, que son: E- extraversión frente a introversión, N- neuroticismo frente a la estabilidad emocional y P- psicoticismo frente al control de impulsos. Cada uno posee rasgos específicos involucrados a las mismas. La de extraversión/introversión se relaciona con los rasgos de sociabilidad, vivacidad, actividad, asertividad, búsqueda de sensaciones, despreocupación, dominación y audacia. La de neuroticismo, estabilidad emocional se relaciona con: ansiedad, depresión, sentimientos de culpa, baja autoestima, tensión, irracionalidad, timidez y malhumor. La dimensión de psicoticismo es el encargado del control de impulsos y se relaciona con la agresividad, frialdad, egocentrismo, impersonalidad, impulsividad, antisocial, creatividad y dureza. Las personas con puntuaciones altas en los rasgos de cada una de las dimensiones se clasifican como extravertidas, neuróticas o psicóticas y viceversa. (Aguilar, 2016). Según la literatura se considera que en el nivel de extraversión depende de la activación reticular ascendente o SARA, los neuróticos presentan umbrales bajos de activación del cerebro visceral vinculados a sistema límbico siendo incapaces de inhibir o controlar sus reacciones emocionales; por último el psicótico presentan niveles altos de testosterona y niveles bajos de MAO (monoamino oxidasa) por lo que incide en la degradación de neurotransmisores como dopamina y serotonina.

Teoría de Cattell

Cattell en su teoría habla acerca de la inteligencia y la personalidad, planteando la existencia de una inteligencia fluida y una inteligencia cristalizada. Realizo un análisis factorial sobre elementos estructurales básicos en la personalidad con la que definió los 16 factores o rasgos fundamentales en la personalidad humana a este instrumento psicológico se lo conoce como 16PF (16 Personality Factors).

Analiza el comportamiento de las personas en respuesta a determinadas situaciones en la vida cotidiana, también se enfoca en descubrir la mayor cantidad de rasgos de personalidad posibles con esto se pretende estudiar la personalidad y no tratarla. El

enfoque es puramente científico y se fundamenta en las observaciones del comportamiento humano mediante el análisis factorial, este es un procedimiento estadístico que evalúa la relación entre dos personas para identificar rasgos comunes.

Cada individuo tiene la capacidad de tener respuestas determinadas a diferentes situaciones, sabiendo que la personalidad se la estudia, mas no se la trata, dando cabida a diferentes rasgos de personalidad que cada cierta población va a tener en común. Así es como Engler (citado por Viteri, 2016), menciona que la evaluación de los rasgos es el camino para entender la estructura y funcionalidad de la personalidad, ya que al conocer los rasgos es viable efectuar predicciones a cerca de la conducta de los individuos. A diferencia de Allport, Cattell no menciona que los rasgos necesariamente posean alguna relación físico neurológico (p.43).

Tomando en cuenta que el enfoque de esta teoría es netamente fundamentada en un análisis factorial, con observaciones del comportamiento a partir de un proceso estadístico que permite evaluar a diferentes personas con rasgos que se puede tener en común, gracias a dichos estudios investigativos se logro indentificar 16 rasgos básicos de personalidad.

Así es como Engler (citado por Viteri, 2016), menciona:

Que la evaluación de los rasgos es el camino para entender la estructura y funcionalidad de la personalidad, ya que al conocer los rasgos es viable efectuar predicciones a cerca de la conducta de los individuos. A diferencia de Allport, Cattell no menciona que los rasgos necesariamente posean alguna relación físico neurológico (p.43).

En cuanto a la teoría efectuada se puede diferenciar las clasificaciones con un solo objetivo, es tener la capacidad de diferenciar de una persona a otra, dando pautas o patrones en los cuales se puede dar una predicción acerca de una conducta que un individuo pueda tener en determinadas ocasiones. Así se puede identificar diferentes rasgos, de acuerdo a su origen existen rasgos constitucionales que son determinados como biológicos o hereditarios, también se habla de los rasgos

ambientales los cuales son adquiridos debido a experiencias o la interacción con el medio.

Existen rasgos de capacidades o aptitudinales son aquellos que dan recursos para solución de problemas; también se puede hablar acerca de los rasgos de personalidad o temperamentales estos dan a notar la forma particular o peculiar de comportamiento de la persona, como también se muestra los rasgos dinámicos que relacionan al individuo con la motivación. Cattell (citado por Arango, 2015) “menciona que son recursos en los cuales el individuo cuenta con situaciones determinadas en las que poner a prueba capacidades para solucionar problemas, con estilos y formas particulares de comportarse, tomando en cuenta que van relacionados con la motivación basados en deseos y necesidades individuales”. (p.98). Estos rasgos aluden a un aspecto motivacional de la conducta donde presentaran un nivel más elevado de fluctuación.

De igual manera en función al grado de comunicabilidad hay rasgos comunes característicos de varias personas como la sociabilidad o inteligencia, así mismo los rasgos específicos definidos como características individuales de una persona donde el individuo procede de forma única ante una situación. Donde Cattell (citado por Viteri, 2016) “hace referencia a un rango de aplicación que consiste en rasgos comunes que aplica a todos los individuos y los rasgos específicos que vienen a ser lo exclusivo de la persona” (p.44). Ciertamente estos rasgos son patrones estables incluyendo a sentimientos y actos que individualizan a las personas puesto que son características intrínsecas que se exteriorizan a través de las conductas.

La personalidad de un individuo permite hacer un pronóstico sobre cómo se comportará ante diversos contextos, además se identifica diferentes categorías de rasgos y los efectos que se tiene sobre la conducta. La singularidad se debe a los rasgos de superficie y de origen de las personas. Como Cattell menciona que (citado por Aguilera, 2016) “Los de origen son los que dan la variedad de personalidades que constan y se basan en correlaciones sólidas que reaparecen a pesar de la población y de la situación específica, se refiere a que hay rasgos de personalidad

que no importa la cultura, país, etnia o sociedad van a tener correlación entre individuos y por ende habra la agrupación de personalidad”. (p.44). Es importancia saber que en el sistema del autor los rasgos son elementos básicos de la personalidad, justo como el átomo es la unidad básica del mundo físico.

Trastornos de Personalidad

Cuando hablamos de trastornos nos referimos a afecciones de salud mental en las cuales una persona presenta patrones extensos de comportamientos irracionales, pensamientos y emociones donde cada uno de estos patrones son diferentes a las expectativas de su cultura en el cual se desarrolla la persona, ya que estos desórdenes mentales obstruyen en el modo de cómo se comportan las personas en el área laboral, académica, familiar y otros escenarios. Arango (2015) “El trastorno de la personalidad se determina por un esquema estable de conductas mal adaptativas, originadas en una anómala respuesta al ambiente que está desarrollándose la persona, y generando limitaciones en las esferas psicologías laboral, social e interrelacional”. (p.25). La aparición de estos esquemas de comportamiento se remonta por lo general al comienzo de la adolescencia y principios de la adultez y, en casos, llega apariciones en la infancia.

A lo largo de los años los estudios se pudo obtener estos patrones de conducta vinculado con alteraciones esenciales en algunos estilos de comportamiento de un individuo; un trastorno de personalidad es estricto y se extiende a diferentes contextos que vive la persona, debido que los patrones de los pensamientos, impulsos, pensamientos y actitudes de una persona están de acuerdo con la totalidad de su personalidad.

Trastornos de Personalidad Grupo A

Este grupo contiene patrones de desconfianza y suspicacia, donde por lo general estas personas interpretan las intenciones de las demás como maliciosas y siempre mal intencionadas. Gonzáles, (2017) “los trastornos de este grupo tienen un carácter excéntrico o extraño, es decir, son personas que se aíslan de su medio, prefieren la soledad; también poseen ideas, creencias y comportamientos extraños al común de

la sociedad y emocionalmente son menos expresivos” (p.33). Aquellos individuos con dicho trastorno se comportan de manera fría y distantes, dificultando crear vínculos con otras personas, así mismo tienden a desconfiar de los que lo rodean; teniendo como mecanismo de defensa la proyección sobre las otras personas, esto quiere que ellos transmiten sus defectos llegando hacer creer a los otros individuos que tienen la culpa o la responsabilidad de sus actos.

La persona con un estilo paranoide de la personalidad tienen una sensibilidad para captar los detalles del ambiente donde se desenvuelven. Se caracteriza por sospechar y desconfianza profunda hacia los demás, tiene esa facilidad de darse cuenta de lo que sucede a su alrededor, vigilando firmemente las situaciones y personas de su entorno, siempre alerta de amenazas lo que provoca a un alejamiento de la gente y restricciones emocionales, poniendo a prueba a los demás y una sospecha constante.

Este tipo de personas son frías y distantes, se les dificulta generar vínculos con otras personas; desconfían a menudo de su entorno, por esta característica vigilan de manera constante las conductas de otros, se asustan y desconfían de las intenciones de los demás utilizando un mecanismo de defensa llamado proyección sobre otros, es decir, adjudican sus defectos, incapacidades, inseguridades y miedos en otros, haciéndoles creer que ellos, tienen la culpa o responsabilidad y no la persona misma. (Aguilar, 2016)

Las personas con trastorno esquizoide tiene características como el distanciamiento de las relaciones sociales también restricciones emocionales, existe una baja capacidad para experimentar matices de la vida emocional, siendo personas reservadas, introvertidas con tendencia al aislamiento, por consiguiente no se les facilita hacer amistades prefiriendo relaciones distantes y limitadas con los demás si interés en las actividades sociales, impidiendo relaciones íntimas con el sexo opuesto.

Existen personas esquizoides las cuales tienen características de ser tímidas, distantes, frías e introvertidas que por lo general evitan tener algún tipo de comunicación social, con esto se entiende que sus vínculos interpersonales son

débiles e inestables, con preferencias a vivir en un mundo que no tenga que involucrase socialmente. (Arango, 2015)

Los esquizotípicos son los más raros con un comportamiento extraño, su área cognitiva es desorganizada haciendo que presente ideas, creencias raras o pensamientos mágicos no acordes a la cultura que pertenece, en la esfera sexual presentan un limitante interés con las relaciones sexuales afectivas, experimentando una ansiedad ante contacto íntimo.

Los individuos esquizotípicos se caracterizan por un comportamiento fuera de lo común, con tendencia a participación de sectas, especialmente con temas sobrenaturales, ocultismo o misteriosos; llegando al ser partícipes del ocultismos, la brujería o la adivinación. Suelen tener dificultades con las relaciones sociales, teniendo problema en la emisión y la recepción de señales verbales y no verbales. Los comportamientos de estos sujetos pueden llegar extremos, extraños, desadaptativos sin llegar a un nivel de esquizofrenia, no obstante pueden llegar a desarrollar una esquizofrenia dependiendo la gravedad de los síntomas. (Camarillo, 2015)

Trastornos de Personalidad Grupo B

Está incluido por los trastornos de personalidad antisocial, límite, histriónico y narcisista, y estos se caracterizan por ser individuos exageradamente dramáticos, emocionales o erráticos.

El trastornos de personalidad antisocial son aquellas personas que evitan el contacto social, no hay un interés por relacionarse con otras personas, no muestra respeto por las leyes, normas sociales y culturales, siempre busca su interés personal, además de llegar a agredir física o emocionalmente ya que no posee culpa y no le interesa las consecuencias de sus actos delictivos. (González, 2012)

El trastorno antisocial de la personalidad se caracteriza por poseer desprecio y violación de los derechos de los demás, sus conductas centrales son el engaño y la manipulación, fracasando en la adaptación de las normas sociales en cuanto al

comportamiento legal, conductas deshonestas, mentiras, estafas para beneficio propio o placer, por ello limitaciones morales.

El estilo de personalidad limítrofe está sujeto a comportamientos donde viven situaciones de mayor intensidad teniendo inestabilidad en relaciones caracterizado por un vínculo que altera la idealización de otro llevando a una desvalorización o devaluación. Presentan un intenso miedo al abandono sea real o imaginario, separaciones o al rechazo y a cambios de ambiente, por ello realizan esfuerzos para evitarlo llevándoles a comportamientos de automutilación o suicidios. (Gutiérrez, 2015)

La personalidad limítrofe, es aquella que se conoce también como borderline, debido a que son personas caracterizadas por ser inestables emocionalmente, tienden a un comportamiento errático, explosivo dramático, los individuos en este tipo de personalidad no tienen la capacidad para diferenciar términos medios, es decir, los aceptan o no los aceptan, están con ellos o los abandonan, confían o desconfían; esto quiere decir que sus relaciones interpersonales son inestables, con conductas extremas tales como conducir a gran velocidad, hacerse daño a sí mismos sucediendo de manera abrupta. El cual puede pasar de un extremo a otro indiscriminadamente y de manera intempestiva sin importar el lugar y con quien se hallen.

La personalidad histriónica se caracteriza por una emotividad generalizada con comportamientos de llamar la atención, debido a la búsqueda intensa de afecto y atención recurren a varios modos para obtenerlo, siendo que si no le llagan a conseguir se sienten incómodos, por lo que desarrollan una sensibilidad a los estados de ánimo y a los pensamientos de las personas a quienes desean agradar. Su manera de relacionarse con los demás es servicial, cordial y divertida donde considera sus relaciones más íntimas de las que parece, siempre preocupado por su apariencia física se muestra muy seductores, coquetos y provocativos, demostrando sus emociones de una forma exagerada teatral o dramática.

Las personas histriónicas son con las que se puede diferenciar con las siguientes características por lo general son expresivos, excéntricos, locuaces y extrovertidos, tienen como fascinación ser el centro de atención, las personas histriónicas son

exageradas en sus actitudes con las demás personas que los rodean ya que utilizan su cuerpo y gestos para expresar su sentir, y su prioridad es su imagen y aspecto físico. (Arango, 2015)

La característica esencial del trastorno de personalidad narcisista tienen la idea exagerada de sí mismas, es decir, que tiene sentimientos de grandeza que sobrepasan lo común, el término narcisista proviene del griego de narciso personaje que estaba enamorado de sí mismo, este tipo de personalidad se caracteriza por sobrevalorar sus capacidades o actitudes individuales y tienden a menospreciar como inferiores a las personas que los rodean, a nivel relacional tienden a vincularse con personas que distinguen como inferiores a ellos o se vinculan con personas que según su percepción son superiores o exitosos para sentirse de igual manera, sin embargo son muy sensitivos a críticas, juicios de valor y fracasos.

Camarillo, (2015) cree que:

Una persona con trastorno narcisista, son personas que creen que merecen todo mérito especial, únicos, hasta exige una gran admiración y un trato especial. Tiene un comportamiento arrogante y se siente por encima de las normas de convivencia y las califica de superficiales o inaplicables a sí mismo. En sus relaciones interpersonales carece de empatía, cree merecer y espera favores especiales y utiliza a los otros para fortalecer el sí mismo, satisfacer sus deseos, sin importarle ni reconocer el derecho, los sentimientos y necesidades de los demás, por lo que presenta un vínculo interpersonal explotador. (párr.1)

Como trastorno narcisista existen características como la seguridad en uno mismo, la competitividad o la persuasión son aspectos sobrevalorados; lo que eso conlleva a la humillación, el menosprecio o destrucción del autoestima de los sujetos que no se adaptan a su estilo de productividad.

Trastornos de Personalidad Grupo C

Los individuos con el trastorno por Evitación su personalidad traen consigo características como la ansiedad y la inhibición, llegando a preocuparse por sus

acciones y por las consecuencias que pueden ocurrir en esos momentos, tienen miedo constante por las derivaciones de sus hechos.

Por lo general las personas con este trastorno de la personalidad por evitación son característicos por el temor al rechazo y a la humillación por parte de los demás, tienen ese deseo de interacción con los demás sabiendo que les gusta y aprecian las relaciones sociales con grandes necesidades de afiliación. Su temor al rechazo lo vería obligado a evitar fiestas, citas con los iguales, lugares muy concurridos y situaciones sociales en general. (Corchado, 2012)

El trastorno de personalidad por dependencia son caracterizados por poseer un patrón de sumisión con temor de separación, teniendo una necesidad excesiva que se ocupen de su vida evitando responsabilidades buscando ayuda y guía externa no sintiéndose capaz de tomar decisiones correctas. Viéndose débil e inadecuado sin confianza en sí mismo y desvaloriza sus capacidades y actitudes, por lo que no es capaz de emprender proyectos por su propia voluntad.

Los individuos con trastorno de personalidad por dependiente son aquellas que dependen de algo o de alguien, necesitan tener la aprobación o de la compañía de otras personas para tener esa fuerza de voluntad y poder realizar cualquier acción, aquel individuo siente que sin la presencia de alguien en su vida esa persona se siente vacía o incompleta para realizar cualquier actividad cotidiana; por lo general estos individuos necesitan poseer bienes materiales, buscar situaciones en las cuales se sientan cómodos o seguros y hasta el consumo de sustancias. Estos individuos se creen incapaces de cuidarse además de una baja autoestima, fuerza de voluntad en sí mismos y en actividades que lo hacen día con día. (Camarillo, 2015)

Las personas con trastorno obsesivo compulsivo de la personalidad poseen patrones generales de preocupación por el orden, control interpersonal y el perfeccionismo, manteniendo una vida regulada, demasiado estructurada y estrictamente organizada, preocupados por los detalles, listas, horarios y normas. Por su obsesión al perfeccionismo afecta a toma de decisiones y finalización de tareas, estando por ello muy tenso reprimiendo los sentimientos y manteniendo sus emociones bajo control.

El comportamiento de un individuo con trastorno obsesivo compulsivo de la personalidad pretende controlar su vida y la de los demás que lo rodea, muy dedicado al trabajo y a la productividad generando excesos en estas áreas eliminando actividades de ocio, poseen dificultades para delegar tareas o actividades por el echo de que les obsesiona el perfeccionismo, donde tienen una imagen de sí mismo, de disciplinados, aplicados, dignos de confianza, eficientes, leales y aplicados; sobrevalorando dichos aspectos. Así también presentan conductas con tendencia a acumular y dificultad para deshacerse de cosas que no usan y pueden ser viejos o desgastados sin un valor económico o sentimental. (Aguilar, 2016)

ACTITUDES HACIA LA ALIMENTACIÓN

Definición

Los trastornos alimentarios se caracterizan por poseer una alteración en sus hábitos alimenticios muchas veces suele ocurrir por medio de la selección de los alimentos, cuando una persona ingiere alimentos viene a intervenir factores como: la fisiología del apetito, social, familiar y/o alteraciones del cuerpo. En si los trastornos de la conducta alimentaria son enfermedades mentales donde la persona presenta miedo a engordar, intervienen alteraciones en la percepción de la imagen corporal, así también como el pensamiento obsesivo en la comida; en efecto conlleva a problemas psicológicos, médicos, nutriólogicos.

Sánchez, (2013) menciona que:

En cuanto a los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) presenta diversas enfermedades progresivas y crónicas, no solo se revelan a través de la conducta alimentaria, en realidad también se establecen en un grado muy complejo de síntomas entre los que predomina una alteración a subir de peso y la adquisición de una serie de características a través de una imagen corporal (p. 21)

Los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA) son trastornos mentales se definen por ser conductas alteradas de la ingesta de alimentos o la aparición de procederes de control de peso. Existen casos con una clara distorsión de la imagen corporal a conservarse en el peso adecuado y temor al aumento de peso. La combinación de estas alteraciones es la que da lugar a los diferentes tipos de Trastornos de la Conducta Alimentaria. Esta alteración tiene una consecuencia de problemas físicos o de problemas psicosociales de la persona, así como también otras alteraciones o trastornos mentales.

Los trastornos alimenticios son enfermedades crónicas y progresivas que, se manifiestan a través de la conducta alimentaria, en realidad consisten en una gama muy compleja de síntomas entre los que prevalece una alteración o distorsión de la autoimagen corporal, un gran temor a subir de peso y la adquisición de una serie de valores a través de una imagen corporal. En mucho de los casos la publicidad influye en gran parte en las personas que observan anuncios de modelaje o la

aparente figura perfecta, con esto hace que los individuos tengan una perspectiva distorsionada de su propia figura, en efecto lleva a que los jóvenes que no ingieran alimentos o a su vez tengan dietas rígidas no aptas a su edad o condición física evaluadas previamente por un profesional, como consecuencia se tendrá una elevada pérdida de peso, problemas gástricos, problemas en autoestima, autoaceptación y autovaloración de sí mismas.

Los trastornos de la conducta alimentaria constituyen un grupo de trastornos mentales identificados por una conducta inadecuada ante la ingesta alimentaria o de control excesivo de peso. Las clasificaciones de los TCA son la Anorexia Nerviosa (AN), la Bulimia Nerviosa (BN), el Trastorno por Atracón, la Pica, el Trastorno de rumiación, el Trastorno de evitación o restricción de la ingestión de alimentos y otras alteraciones menos específicas o incompletas denominadas Trastornos de la Conducta Alimentaria No Especificados (TCANE). (Asociación Americana de Psiquiatría, 2013)

Teorías

Teoría ecológica del desarrollo

La teoría se basa en el conjunto de estructuras que conforma el desarrollo del individuo, a partir de la socialización con este entorno adaptará conductas correspondientes a la familia que llega a ser el entorno inmediato, es el primer contacto de la persona en sus primeros días de vida, a su vez la familia es la que va a influir en su desarrollo, toma de decisiones y futuras conductas. Posterior a esto se ve involucrado otro ambiente en el cual se ven inmersos más personas en el desarrollo de la persona como puede ser instituciones educativas, trabajos, grupos sociales, entre otros.

Gifre Monreal & Guitart, (2012) menciona que:

La ecología del desarrollo se comprende el estudio científico del progresivo establecimiento mutuo entre la persona activa, las propiedades fluctuantes y el entorno en el cual se desarrolla o evoluciona, este proceso se ve afectado por las relaciones que se establece entre entornos y por los contextos en los que se ve incluidos dichos entornos (p.81)

Esta teoría es clave en la explicación de las condiciones estructurales que rodean y fundamentan el proceso de socialización. El ambiente ecológico se concibe como un conjunto de estructuras seriadas concéntricamente. En esa estructura concéntrica, el nivel más cercano al individuo corresponde al microsistema, que es el entorno inmediato en el que se sitúa la persona en desarrollo y hace referencia al conjunto de actividades, roles y relaciones sociales que la persona en desarrollo experimenta con su entorno.

Bronfenbrenner (citado por Gifre Monreal & Guitart, 2012) “Propone describir el contexto lo que llamaba ambiente ecológico a un conjunto de estructuras seriadas. El nivel mas interno está en el entorno inmediato que contiene a la persona en desarrollo” (p.82). El desarrollo psicológico resulta la participación en los microsistemas donde se llavaba a cabo los roles, intervienen las relaciones interpersonales y se realizan patrones de actividades; así como por ejemplo, un niño en su hogar ejerce el rol de hija, ve la televisión con sus padres y desarrolla un vínculo emocional con ellos. Para esta teoría los agentes de este estilo de vida en primera instancia son la familia, la escuela, los vecinos, el trabajo y los medios de comunicación.

Otro nivel ecológico importante propuesto por el autor en el mesosistema, es decir las relaciones entre dos o más microsistemas. Por ejemplo, un determinado ambiente familiar es decir en el hogar y la relación que existe con la escuela, a través de una visita de los padres del niño con su profesor. Así como menciona Suárez, (2012) “comprende las interrelaciones de dos o más entornos en los que la persona en desarrollo participa activamente, como pueden ser, por ejemplo, las relaciones que se establecen entre la familia y la escuela”. (p.67). En efecto las relaciones bidireccionales se dan entre dos o más entornos en que los individuos participan en el desarrollo, entre la familia, el trabajo y la vida social.

El tercer nivel, el exosistema, lo conforma el entorno más amplio, como por ejemplo las instituciones sociales, a pesar de no incluir activamente al individuo en desarrollo, recoge los hechos que afectan a lo que ocurre en el entorno más inmediato del individuo. Precisamente Bronfenbrenner (citado por Gifre Monreal & Guitart, 2012) “entiene por exosistema a uno o mas entonro que no incluyen a la

persona en desarrollo como participante activo, pero en los que producen hechos que afectan, o se ven afectados, por lo que ocurre en su entorno” (p.83)

Finalmente, el microsistema, el mesosistema, y el exosistema se ven configurados por planes que constituyen los entornos, se refiere específicamente a las correspondencias en forma y contenido. Puede ser por medio de la cultura junto con cualquier otro sistema de creencias o ideologías que presenta el individuo.

Suárez, (2012) hace referencia:

La cultura y al contexto histórico, político, legal, moral y social en la que el individuo nace y se desarrolla, ya que, según esta teoría, la socialización del estilo de vida de un individuo tiene lugar en un contexto macro amplio que tiene un importante protagonismo a la hora de marcar pautas en su desarrollo. (p.68)

Por ejemplo, un jardín de infancia, una clase de una escuela, un café, un restaurante o una oficina de correos tienen un aspecto en un lugar, pero en otro puede presentar distinción. Dicho así el sistema de creencias o ideologías de una determinada comunidad afectan al desarrollo del individuo, modificando o diseñando los microsistemas, mesosistemas y exosistemas. Por lo tanto, cualquier fenómeno psicológico nace de un determinado ambiente psicológico, que se ve a lo largo de la vida.

Teoría del Aprendizaje Social

Por los años 60, llegó a hacer el enfoque conductual la máxima explicación del aprendizaje, a través del condicionamiento clásico y operante, donde afirmaban que dichas conductas se aprendían por medio del nacer de un estímulo. Es así que Albert Bandura el principal autor de la Teoría del Aprendizaje Social, creía que el aprendizaje no solo se obtenía a través de los estímulos externos, sino también a partir de factores internos y sociales.

Bandura (citado por Cherem Hdz. & García Reyna, 2012) Destaca que hay una combinación de factores sociales y psicológicos que influyen en la conducta. Considera que los factores externos son tan importantes como los internos y que los acontecimientos ambientales, los factores personales y las conductas interactúan con el proceso de aprendizaje. (párr.2). El aprendizaje está basado en la experiencia

directa y es el que más se debe a efectos positivos y negativos que en efecto se identifica la conducta, se puede decir que la personalidad es el resultado o reflejo de un sinnúmero de características individuales que llegan a pertenecer a una base social.

Los seres humanos obtienen conocimientos, la mayor parte a través de la observación, por medio del modelado, al observar a los demás, los individuos se hacen una idea de cómo se generaría esas nuevas conductas y a su vez posteriores conductas. Así como menciona García & José (Citado por Torres, 2016) “Cuando se expone a un modelo, las personas que lo observan adquieren, principalmente representaciones simbólicas de las actividades efectuadas por el modelo”. (párr.3). Para que un aprendizaje social se dé mayor efectividad, los modelos deben poseer ciertas características como ser atractivo, poseer capacidad, prestigio y agrado al observador; siendo que los observadores presten atención antes las características positivas representadas por el modelo, excluyendo las características desagradables.

Según la teoría los procesos de imitación y modelaje sirven de base para entender la socialización del estilo de vida. La conducta de los progenitores y del mundo que los rodea, así como las consecuencias que estas conductas tienen para sus actores, influyen en el aprendizaje del estilo de vida de niños, niñas y adolescentes. Así mismo, para esta teoría, la motivación y el comportamiento están regulados por un pensamiento deliberado que adelanta a la acción, a través del cual el cambio de comportamiento se determina por el sentido de control personal sobre el ambiente llamado también locus de control. Este concepto hace referencia a la creencia que una persona tiene acerca de los factores que determinan la salud, concretamente tres posibles factores: considerar que la salud depende del comportamiento propio, de otras personas influyentes.

El aprendizaje social por modelos es el desarrollo conductual de la personalidad, es una forma práctica de aprender a través de la vivencias o experiencias personales del individuo, por lo que se lo puede realizar a través de las actividades lúdicas que se efectúa para un aprendizaje significativo y perpetuo, por medio de las experiencias vividas. Experimentando un importante aprendizaje humano que se da en el entorno social, tomando en cuenta que como individuos de la sociedad al

observar al resto cada uno se puede ir enriqueciendo de nuevas habilidades, conocimientos, estrategias, reglas, creencias y actitudes.

Teoría de la expectativa-valor

Las perspectivas reflejan la probabilidad de percibir que un sujeto pueda alcanzar una meta u obtener con éxito un objetivo de vida. El valor incentivo de un objetivo es definido por una reacción afectiva que produce en la persona el resolver exitosamente un problema, la cual va inversamente con la dificultad de la misma.

Miñano, (2013) A partir de estos modelos la motivación explica como los diferentes resultados de resolución de problemas determinando el punto de vista cognitivista de la persona destacando la expectativa y valor para tomar decisiones acertadas o fallidas para un problema. (p.34). Éstos reflejan la capacidad del individuo en tomar decisiones racionales, por lo que es posible su diligencia a situaciones o procesos de enseñanza aprendizaje en cuanto a que el sujeto es su propio espectador de sus logros.

Se asume que la opción de que una persona elija un curso de acción diferente se basa en dos tipos de cogniciones como la probabilidad subjetiva que asume a un comportamiento determinado el cual dará un conjunto de resultados esperados; también la valoración será los resultados de la acción del sujeto, así podrán escoger de entre varios cursos de acción alternativos, aquel que tenga más probabilidades de resultar en consecuencias positivas o de evitar las negativas.

Romero, (2014) menciona que:

Desde esta perspectiva, el principal determinante de los comportamientos relacionados con la salud es una motivación intrínseca o la necesidad subyacente en el individuo de competencia y autodeterminación, que nace de las satisfacciones derivadas de cumplir criterios internos y de una percepción de la eficacia personal obtenida a través del propio rendimiento y de la interacción recíproca con el medio, en la que intervienen mecanismos tales como la persuasión, la comparación social o el modelado. (p.56)

En apreciación a este autor existen enfoques en los cuales van a ser fundamentales en esta teoría, se puede comenzar con el compromiso de dar valor y confianza a las habilidades que el individuo posee para poder satisfacer sus

demandas, llamando retos a tareas en las cuales su prioridad es cumplirlos a cabalidad. Existe un enfoque en que las personas se cuestionan que, si podrá o no lograr sus cometidos correctamente, en lo que esto conlleva a una negación o una falta de compromiso centrándose en proteger su ego más no su identidad y autoestima, sin dar lugar al desarrollo de su conocimiento y habilidades. Esto da lugar a un rechazo a la expectativa de éxito y la percepción del valor, por una visión de preocupación por hacerlo correctamente y confianza para cumplir un objetivo, esto dando lugar a conductas de ira o conductas de ánimo pasivo, cuando una persona rechaza el cumplir un objetivo, conlleva a no sentirse capaz de poder hacerlo y un desinterés en cumplir metas.

Teoría de la conducta problema

La teoría plantea un modelo integrador que incorpora elementos de diversas orientaciones teóricas, así como las cogniciones, aprendizajes, relaciones interpersonales y constructos intrapersonales, son predictores del comportamiento problemático en la edad adolescente representa conductas de riesgo para la salud, conductas de inadaptación escolar y delincuencia juvenil.

Corchado, (2012) “Las conductas de problema son más frecuentes en la adolescencia, son elevadas y se pueden considerarse normativas debido a que constituyen una manifestación de conductas propias de la etapa evolutiva”. Se puede definir como riesgo a una oportunidad de pérdida o la asunción de riesgo como la práctica de conductas de riesgo que puede tener resultados perjudiciales, en efecto las conductas establecidas en la adolescencia la gran mayoría se vuelven grandes contribuyentes a los problemas de salud y bienestar mental.

Se puede dar valor emocional y psicológico, específicamente porque las conductas problema se transforman en objetivos para el adolescente, incluyendo actos que se convierten en algo primordial para el adolescente, este puede ser de causas intencionadas o imprudentes que causan daños a sus allegados o a sí mismos, llegando a ser daños tales como físicos, psicológicos, biológicos y al bienestar individual o social.

Corchado Castillo, (2012) menciona que:

Las conductas problema manifiestan una predisposición hacia la no-convencionalidad, conforman un síndrome y comparten un conjunto de factores determinantes de naturaleza psicosocial que se agrupan en los siguientes grandes grupos: variables de la estructura sociodemográfica, aspectos de la socialización, variables del sistema de personalidad, variables del ambiente percibido, características biológicas y genéticas, características del ambiente social y otras conductas relacionadas que practique el adolescente.(p.112)

En los adolescentes, la acción de cometer conductas de riesgo tiene esa percepción de que ganan un estatus y respeto en su entorno, fortaleciendo así dichos lazos de amistad y así produciendo una pérdida de las inhibiciones, si los jóvenes asumen más riesgos no sería fruto de un razonamiento inadecuado, sino una elección racional, debido a que los futuros de los jóvenes son inciertos y no poseen ambición.

Factores

Los factores son determinados como comportamientos individuales, los cuales consisten en ponerse a dieta o participar en determinadas actividades deportivas o profesionales que requieren un control del peso corporal. Y así mismo haber tenido alteraciones en la alimentación durante los primeros años de vida se puede dar la aparición de la anorexia a edades tempranas; donde existen factores en los cuales influyen en la persona para llegar a tomar medidas extremas en su alimentación y en su obsesión por su estado corporal.

Existen factores que alteran el equilibrio del organismo desencadenando en un desajuste o desequilibrio, donde se puede iniciar por una insatisfacción con la figura y el peso corporal, conllevando a prácticas sumamente estrictas en dietas y cambios traumáticos en la vida como por ejemplo, el rompimiento de una relación, pérdida de un ser querido, acoso escolar, divorcio de padres, economía baja, entre otros. (Casas, 2013)

Como factores individuales existen eventos importantes en las personas en donde se ven afectados más aun en la pubertad puesto que actúan de manera impulsiva en respuesta a una situación de sufrimiento, preocupación, estrés, entre otros. Es así

que los cambios hormonales perturban en la expectativa de sí mismos y de las demás personas, donde los cambios físicos exigen una madurez anticipada de su identidad como persona, lo que les conduce a un conflicto de mayor insatisfacción y una perspectiva de imagen corporal pobre, conduciendo a comportamientos alimenticios inadecuados y la posible aparición de un TCA, siendo que muchas veces se enfocan en la apariencia física.

Uno de los factores son los individuales donde la edad es lo esencial ya que en la adolescencia es considerada una etapa de vulnerabilidad debida que en esta etapa se enfrenta a cambios trascendentales, de la infancia a la madurez por el mero hecho que se aumenta las responsabilidades siendo muchas de las veces no suficientemente aptos para enfrentar dichos cambios. (Calcedo, 2016)

En los factores individuales lleva un gran peso cognitivo siendo que la insatisfacción corporal en las persona forma una idea distorsionada de tamaño y forma de su cuerpo real. Esto se vuelve de manera personal ya que es precursor al desarrollo de un TCA puesto que mientras mas intensa sea la inconformidad que genera el individuo, más probabilidades habra de perder peso de una manera inadecuadamente y así obtener el cuerpo ideal.

Están los factores psicosociales donde el bajo autoestima y el bajo autoconcepto son factores centrales donde varios estudios han encontrado que los sujetos con algún TCA tienen menor autoestima en comparación a personas estables. Respecto a la personalidad se describe que está influida por características propias de la enfermedad y por el estado de desnutrición, presentando la ansiedad social, la obsesión, la ansiedad y la dependencia como características premórbidas, donde se postula que las personas con actitudes inadecuadas de la alimentación son muy jóvenes debido a que no han completado aun su desarrollo de la personalidad.

Los factores psicosociales están intervenidos por el perfeccionismo y rasgos de dependencia y más aún en mujeres que por lo general ha sido buenas estudiantes siendo muy esforzadas académicamente y dedicadas, antes de presentar el trastorno; con un 87% de pacientes con un TCA son de muy buen comportamiento, un 61% perfeccionistas y 61% como competitivas en los que se comprueban por medio de estudios, que indican los niveles anormales de determinados componentes químicos en el cerebro predisponen a algunas personas a sufrir de ansiedad, perfeccionismo,

comportamientos y pensamientos compulsivos. Estas personas son más vulnerables a sufrir un trastorno alimenticio debido a que se tendrá una alteración fisiológica. (Corchado, 2012)

Los factores psicosociales señalan que los adolescentes en su etapa de madurez no desarrollan el razonamiento abstracto manteniendo periodos operaciones concretos, resultado de esto habrá egocentrismo y el pensamiento dicotómico, donde los individuos conceptualizaran las situaciones de una manera extrema, llevando a un pensamiento de supersticioso y una moralidad rígida. Un proceso cognitivo es el pensamiento obsesivo donde lleva al sujeto a pensar demasiado en comida o alimentación, peso y figura; todo esto lleva a un juicio inexacto y patrones de pensamiento rígido.

En las familias puede haber dificultades como ser sobreprotectoras, inflexibles e ineficaces para resolver problemas donde muchas veces los sujetos difieren de esa capacidad para demostrar sus sentimientos teniendo problemas de comunicación y riesgo en trastornos afectivos.

Los factores socioculturales están influenciados por una cultura de estereotipos de belleza donde la presión por alcanzar la delgadez proviene muchas de las veces por la familia, padres y los medios de comunicación debida que fomentan el ideal estético inapropiado, insatisfacción corporal y las dietas restrictivas.

Los medios de comunicación en los factores socioculturales están asociados por la belleza física y la imperfección física. Las personas populares, inteligentes, admiradas, son personas con el cuerpo perfecto y asociadas al éxito donde las personas que no son delgadas y populares son asociadas con el fracaso. En general, se puede decir que los trastornos alimentarios conllevan a no poder controlar los impulsos debido a que los sujetos no logran regular adecuadamente una alimentación, no pueden dominar ni crear un balance por la presión sociocultural, ya que se ha comprobado que la ansiedad es un factor importante para los trastornos alimentarios. Esto puede ir relacionado con el perfeccionismo, que es asociado muchas veces con las personas con trastornos alimentarios donde se ha comprobado que las personas con estos trastornos tienden a intentar exigirse demasiado y buscar siempre la perfección. (Gutierrez, 2012)

Muchos estudios llevan a que los factores socioculturales están relacionados con el económico, la sociedad y la cultura imponiendo y valorizando primero el aspecto físico, creando una paradoja donde que el ser delgado es hermoso incentivando a alcanzar a como de lugar el cuerpo perfecto y por otro lado incentivando al consumo de alimentos atractivos y deseables pero no saludables. En este contexto los adolescentes están procesando información inadecuada acerca de la imagen corporal percibiendo información cruzada que de alguna manera configura su pensamiento en condiciones desfavorables sobre imagen corporal, comportamiento alimenticio y salud.

Se puede decir que los factores presiden en las conductas alimentarias siendo los cuales promueven el progreso de un trastorno, ante esto se debe ser muy cauteloso más aun en una edad temprana, por el hecho que cualquier estímulo puede afectar debido a que su personalidad no está definida en su totalidad permitiendo tener uso de nuestras facultades para la toma de decisiones coherentes las cuales no afecten ninguna esfera social. Por ello lo más útil sería que los sujetos desarrollen una autoestima o la personalidad lo suficientemente fuerte para resistir cualquier estímulo que promuevan conductas inadecuadas sobre la alimentación.

Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA)

Anorexia Nerviosa (AN)

La anorexia nerviosa está vinculada con el deseo de ser delgado combinado con el miedo a engordar manifestando una serie de síntomas donde incluye la reducción en la ingesta de alimentos lo que conduce a la pérdida acelerada de peso.

Anorexia quiere decir falta de apetito, y es un término regular para escoger un síntoma presente en muchos trastornos y enfermedades. Sin embargo al referirnos al trastorno anorexia nerviosa se halla ante un trastorno psiquiátrico grave que no se debe a una falta de apetito como el término parece sugerir, los pacientes presentan un peso inferior al normal. (Calcedo, 2016)

Se puede corresponder a principios fisiológicos, o a causas psicológicas. Se presenta regularmente en la adolescencia entre los 14 a 18 años de edad y otros casos tardíos entre los 20 a 40 años. Normalmente existen más casos en las mujeres, pero en porcentajes menores hay casos masculinos, el cual se considera como una

enfermedad física y psicológica, que radica en una alteración peligrosa de la conducta alimentaria que se determina por la enemistad a conservar el balance corporal en los valores normales, miedo agudo a ganar peso y un cambio de la percepción del cuerpo. (Mejia, 2012)

En cuanto a los aspectos del trastorno de Anorexia Nerviosa no se le ha presentado la debida atención al momento de comprender la mente y los motivos de los individuos parecientes de esta patología. Más la palabra anorexia tiene una significativa realidad la cual es falta de apetito o de interés en la comida. Ya que al contrario las personas se pasan el día pensando en los alimentos de una manera u otra. Hay una severa autocrítica al hecho de comer ya que esto representa para ellas un motivo de vergüenza y auto indulgencia por haber cedido a la satisfacción de sus deseos. Siendo la fortaleza para soportar la insatisfacción de sus deseos lo que realmente persiguen. (Unikel, 2017)

La Anorexia Nerviosa (AN) presenta un intenso miedo a subir de peso considerablemente y convertirse en obesos, incluso a pesar de la perdida de peso y encontrarse objetivamente debajo del promedio del peso establecido por el individuo. Se sabe que la imagen corporal se encuentra alterada mostrando una gran distorsión entre la realidad y la perspectiva de sí misma, se trata de individuos que se encuentran altamente preocupados por su peso, físico y la dieta, ya que mantienen una evitación por la comida y la ingesta de alimentos llegando a contrarestar lo que hayan ingerido con conductas de purga; la mayoría de personas no tienen la conciencia de la enfermedad y el riesgo que conlleva debido a su conducta.

Bulimia Nerviosa (BN)

La Bulimia nerviosa es descrita como episodios de atracones incluidos por conductas compensatorias erróneas como: el vómito autoinducido, uso de laxantes y medicamentos provocando la purgación también ayunos y ejercicio en exceso. Estas conductas aparecen en promedio una vez a la semana por tres meses seguidos, todas estas actitudes llevan a una autoevaluación influida por preocupación por el peso y la imagen corporal sabiendo que su peso corporal es normal siendo esto afectado la perspectiva de su realidad. Existe la diferencia con la anorexia nerviosa

con la bulimia nerviosa y es la sensación de pérdida de control sobre la alimentación, es decir, que no puede controlar las ganas de comer y esto acompañado de pensamiento autodestructivos y depresión.

La Bulimia Nerviosa (BN) se caracteriza por el hábito de desarrollar atracones de alimentos tales como la ingesta voraz y la incontrolada cantidad de alimentos, que generalmente se manifiesta en la intimidad y se mantiene en secreto. Estas personas por lo regular desarrollan conductas purgativas que pueden ser vomito auto inducido, ingesta de laxantes, diurético y la hiperactividad física como efecto de compensación por la excesiva ingesta de alimentos. Como característica similar con la anorexia nerviosa, las personas muestran una gran preocupación por el peso y figura de sí mismas, las personas que están afectadas por la Bulimia Nerviosa conviven con una gran angustia y sentimientos de culpa, por ellos sus conductas son mantenidas en secreto y así su trastorno muchas de las ocasiones pasa desapercibido ante las personas que las rodean. (Mejía, 2012)

En la Bulimia Nerviosa las personas tienen un desgaste en el control sobre la conducta alimentaria, se basan en episodios recurrentes de ingesta indebida y también atracones. En estos atracones, las personas afectadas ingieren altas cantidad de alimentos en períodos reducidos a lo largo de día, estos períodos puede ser variables, por lo regular existen cada dos horas; por lo que esta actitudes alimenticias le llevan a tener una mala perspectiva de su imagen por eso las personas tienen tendencias en vomitar y tomar laxantes para impedir el aumento de peso.

Las particularidades de la bulimia nerviosa constan de atracones y metodologías compensatorias no apropiadas para no ganar peso corporal, para que se pueda tener un diagnostico los atracones y las conductas compensatorias inapropiadas se debe repetir durante dos veces a la semana y por un periodo de tres meses seguidos. Se define atracón como el consumo exagerado de cantidad de alimentos muy superior a la mayoría de los individuos. Se debe tomar en cuenta el contexto en el que el alimento es ingerido, lo que puede llegar a ser denominado como un consumo excesivo de una comida habitual. (Unikel, 2017)

En la bulimia nerviosa existen mecanismos destinados a parar el aumento de peso de los individuos. Después de un ingesta abrupta de alimentos se produce el vómito auto inducido, efecto que provoca alivio del malestar físico y reducción de la

ansiedad a subir de peso corporal. La manera más habitual en estas personas que padecen BN es mediante la introducción de la mano provocando el reflejo de náuseas, así también como mala administración de laxantes y diuréticos, acompañado del ejercicio excesivo y ayuno. Procediendo a provocar deshidratación o retención de líquidos en el cuerpo. (Camarillo, 2015)

CAPÍTULO II

METODOLOGÍA

Diseño del trabajo

El trabajo investigativo se guía en la aplicación de métodos experimentales cualicuantitativo, es cualitativo ya que busca el aspecto teórico-conceptual, la fundamentación es descriptiva, basada en un marco teórico referencial y en las explicaciones y sustentos de varios autores que permitan exponer las variables de estudio. Será cuantitativo ya que procederá a utilizar la recolección y análisis de datos para esclarecer las determinadas interrogantes de investigación y comprobar la hipótesis trazada; ya que esto se basa en la medición numérica, el conteo y aplicación de la estadística descriptiva para instaurar precisión y exactitud en patrones de comportamiento de una determinada población de estudio. El enfoque es psicométrico ya que se utiliza reactivos psicológicos con validez y confiabilidad.

En la investigación el método es científico debido que la información recolectada es cierta, probable y con verificación, ya que la ciencia manifiesta problemas de hipótesis y un acumulado de procedimientos y mecanismos de verificación. La información recolectada y analizada proporciona resultados objetivos debido que dicho estudio está enfocado a una población específica, determinada o definida.

La modalidad de estudio viene a ser documental, dado que se examinara en libros, tesis y artículos de revistas sobre la temática emprendida, con el mero propósito de reforzar el desarrollo de la investigación. La información patentada en los distintos documentos ayudara como referencia para analizar lo que se realizara en el lapso de la investigación, para proporcionar la temática de las variables de estudio.

La investigación es de campo, debido a un proceso sistemático, racional de recolección y presentación de datos, basado en recolección directa de datos fuera del laboratorio, en un espacio real donde acontece hechos a considerar en la población de estudio.

Población y Muestra

La investigación se realizó en las estudiantes de Bachillerato de la “Unidad Educativa Bautista” del Cantón Ambato; se trabajó con un total de 60 estudiantes.

Tabla 1 Población y Muestra

Cursos	Mujeres	Total
1° Bachillerato	18	18
2° Bachillerato	22	22
3° Bachillerato	20	20
Total	60	60

Fuente: Investigación de campo.

Elaborado por: El Investigador.



Gráfico 1 Población y Muestra

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: El Investigador

Instrumentos de investigación

EAT-40 (Cuestionario de Actitudes ante la Alimentación)

Instrumento diseñado por Garner y Garfinkel y adaptación en español por Castro, Toro, Salamero y Guimerá en 1991, para evaluar de las actitudes alimentarias inadecuadas, con referencia especial al miedo a ganar peso, el impulso de adelgazar y el esquema alimenticio restrictivo. El EAT-40 con tiempo de administración de 10-15 minutos, una herramienta auto-aplicable de 40 ítems, la persona debe calificar las afirmaciones que contiene cada escala de frecuencia con seis alternativas que van de “nunca” a “siempre”.

Interpretación

Nunca= 0, casi nunca= 0, algunas veces= 0, bastantes veces= 1, casi siempre= 2, siempre=3.

-Dieta y Precaución por la comida

(2,3,4,5,6,7,8,9,10,14,15,16,17,20,21,22,25,27,29,30,31,32,34,36,37,38,39).

-Presión social percibida y Malestar por la alimentación (3, 8, 12, 24, 26, 33, 34,5).

-Trastornos psicobiológicos (13, 19, 28, 29, 35,40).

Puntuación inversa a los directos (1, 18, 19, 23, 27, 39).

El punto de corte del reactivo psicológico es de 30 en la versión original, pero en la adaptación española los autores recomiendan un punto de corte de 20 puntos.

Confiabilidad

La confiabilidad está basada en la versión española que discrimino correctamente entre anorexia y controles; sensibilidad del 91% y especificidad de 69% para el punto de corte de 20 puntos, adquiriendo una consistencia interna de alfa de Cronbach que se obtiene un resultado de 0,93 para el total y el 0,92 para el grupo de anorexia.

Validez

Es uno de los aspectos importantes que asegura a un cuestionario cumpla con la finalidad y la utilización sea la adecuada en el Eat-40, muestra calidez de constructo y elementos de tipo concurrente dando un servicio para predecir el comportamiento

que es evaluado a la par de la aplicación del cuestionario, obteniendo un valor predictivo positivo del 20% y un valor predictivo negativo del 98,4%.

HSPQ (High School Personality Questionnaire)

Para el apoyo de orientadores, profesores y psicólogos para uso clínico y de investigación, diseñado por R. B. Cattell y M. D. Cattell en 1958, 1968. El área clínica y escolar dos principales esferas tomadas en cuenta para para aplicación del instrumento en cual nos permitirá evaluar la personalidad de los adolescentes en edad escolar de 12 a 18 años (secundaria o bachillerato) con un tiempo de administración de 40-50 minutos, con la finalidad de apreciar un total de catorce rasgos de primer orden y segundo orden de la personalidad.

Interpretación

Tabla 2 Interpretación HSPQ

Dimensiones	Indicadores	Ítems Básicos
Factor A	Reservado Abierto	1,15,29,43,57,71,85,99,113,127.
Factor B	Inteligencia alta Inteligencia baja	2,16,30,44,58,72,86,100,114,128.
Factor C	Afectado por los sentimientos Emocionalmente estable	3,17,31,45,59,73,87,101,115,129.
Factor D	Calmoso Excitable	4,18,32,46,60,74,88,102,116,130.
Factor E	Sumiso Dominante	5,19,33,47,61,75,89,103,117,131.
Factor F	Sobrio Entusiasta	6,20,34,48,62,76,90,104,118,132.
Factor G	Despreocupado Consiente	7,21,35,49,63,77,91,105,119,133.

Factor H	Cohibido Emprendedor	8,22,36,50,64,78,92,106,120,134.
Factor I	Sensibilidad dura Sensibilidad blanda	9,23,37,51,65,79,93,107,121,135.
Factor J	Seguro Dubitativo	10,24,38,52,66,80,94,108,122,136.
Factor Q	Sereno Aprensivo	11,25,39,53,67,81,95,109,123,137.
Factor Q2	Sociable Autosuficiente	12,26,40,54,68,82,96,110,124,138.
Factor Q3	Menos integrado Más integrado	13,27,41,55,69,83,97,111,125,139.
Factor Q4	Relajado Tenso	14,28,42,56,70,84,98,112,126,140.

Fuente: Investigación de campo.

Elaborado por: El Investigador

Confiabilidad

Para Cattell la homogeneidad está dada por promedio de una correlación entre dos elementos. Así para obtener la confiabilidad fue necesario hacer examen y re-examen para así poder correlacionar los resultados de ambos test, con una consistencia de alfa de Cronbach del 80% en intervalo pequeño definido como dependencia y del 52% de intervalo mayor como estabilidad.

Validez

El test HSPQ consta de un proceso de revisión de ítems y estudios previos seguidos de verificaciones para llegar a la tipificación, selección de muestra, progreso de las normas de aplicación del reactivo y puntuación y baremación, por lo tanto el test HSPQ tiene validez tanto de contenido y constructo bajo la teoría de respuestas al ítem.

Procedimientos para obtención y análisis de datos

Para la obtención de datos se visitó la unidad educativa directamente con la autoridad con el fin de obtener el permiso para llegar a cumplir los objetivos de la investigación, mediante instrumentos psicológicos de medición se logró recolectar los datos suficientes para las tabulaciones correspondientes mediante Excel. A partir de esta recolección se finalizó con el estudio estadístico del “Chi cuadrado” para la comprobación de las hipótesis plateadas.

Actividades

A partir de la aplicación de instrumentos psicológicos se logró reunir la información necesaria para la investigación propuesta como “Los rasgos de personalidad y su influencia en las actitudes hacia la alimentación de las estudiantes de Bachillerato de la Unidad Educativa Bautista del Cantón Ambato”. Para el proceso de recolección de datos, se asistió a la Institución Educativa Bautista, teniendo un acercamiento con la rectora de dicha institución, con el objetivo de obtener información acerca de las variables de estudio. A continuación se realizó la provisión de instrumentos psicológicos, también se recogió información acerca de la población total, debido al número de la población no fue necesario cálculo de muestreo de bebido que no es extensa. Así se planifico la aplicación de los instrumentos psicológicos en manera grupal; una vez recogidos los datos se diseñó en Microsoft Excel tablas en las que se permitió ingresar y consolidar los datos de forma organizada y sistemática. Para finalizar se obtuvo los resultados y se realizó el estudio estadístico para llegar a la verificación y comprobación de la hipótesis con el método estadístico correcto, siendo este el Chi2.

CAPÍTULO III

ANÁLISIS DE RESULTADOS

Diagnóstico de la situación actual

Análisis de cada Rasgo de Personalidad.

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	18	30%
Medio	38	63%
Alto	4	7%
Total	60	100%

Tabla N° 3 Factor A
Elaborado por: El Investigador
Fuente: Investigación de campo

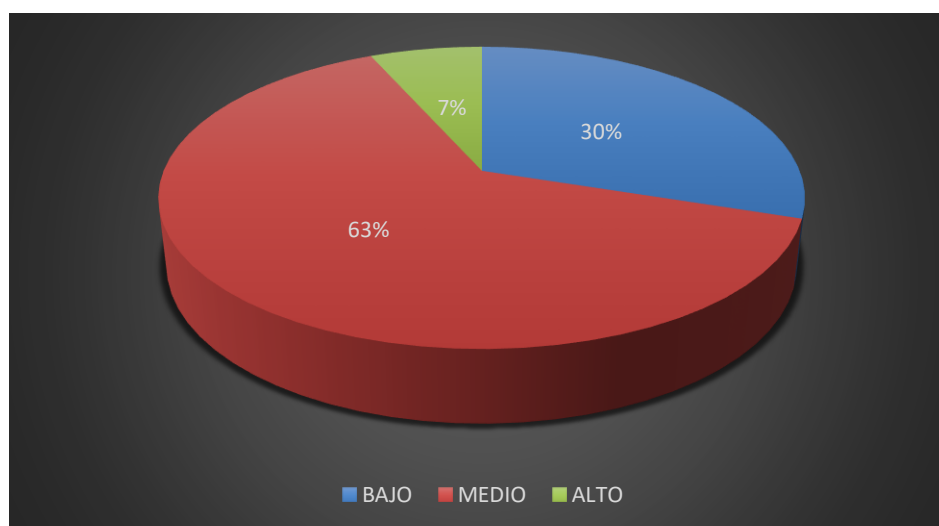


Gráfico N° 2 Factor A
Elaborado por: El Investigador
Fuente: Investigación de campo

Análisis e Interpretación

Respecto al factor A se determinó, que más de la mitad de la población analizada se incluye en el rango de normalidad, lo que indica que el criterio de reservado y abierto se maneja con equilibrio en circunstancias del ámbito escolar, familiar y personal; por otro lado una cuarta parte de la población presenta puntuaciones bajas lo que indica características de ser reservado, alejado y frío, esto quiere decir que estas personas por lo general les gusta trabajar solos, son rígidas, bastante críticos e incluso rudos para sobrellevar una relación social; y menos de una cuarta parte de

la población indicada que presenta puntuaciones altas que refieren a personas con una mayor disposición hacia las relaciones interpersonales, siendo más expresivas, dispuestas a cooperar en grupos, teniendo la facilidad de enseñar o ayudar a otras personas no temiendo a las críticas, abiertas, afectuosas, participativas y sociables.

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	44	30%
Medio	14	63%
Alto	2	7%
Total	60	100%

Tabla N° 4 Factor B
Elaborado por: El Investigador
Fuente: Investigación de campo

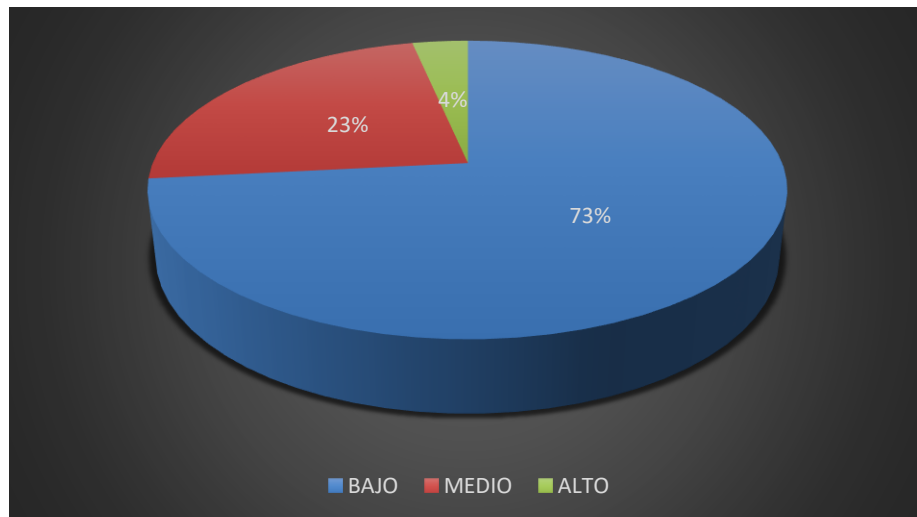


Gráfico N° 3 Factor B
Elaborado por: El Investigador
Fuente: Investigación de campo

Análisis e Interpretación

Con respecto al factor B de la población investigada se determinó que las tres cuartas partes representada por estudiantes presentan puntuaciones decatipos bajos lo que nos indicaría que son personas con un pensamiento concreto y corto; esto quiere decir que estos adolescentes son lentos de aprendizaje y comprensión dado que el nivel lógico de razonamiento se encuentra en proceso de formación. Por otro lado un cuarto de la población nos indican que hay una estabilidad en razonamiento; lo que indicaría que este grupo de estudiantes presenta un maduración respecto a

esta área y menos de la cuarta parte de los encuestados se encuentra ubicadas en un rango alto, explicando que esta parte de los sujetos tiene un pensamiento abstracto capaz de captar, analizar y comprender con mayor facilidad las ideas o conceptos alcanzado los niveles de madures que requiere un adulto para estos procesos de razonamiento.

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	8	13%
Medio	43	82%
Alto	3	5%
Total	60	100%

Tabla N° 5 Factor C
Elaborado por: El Investigador
Fuente: Investigación de campo

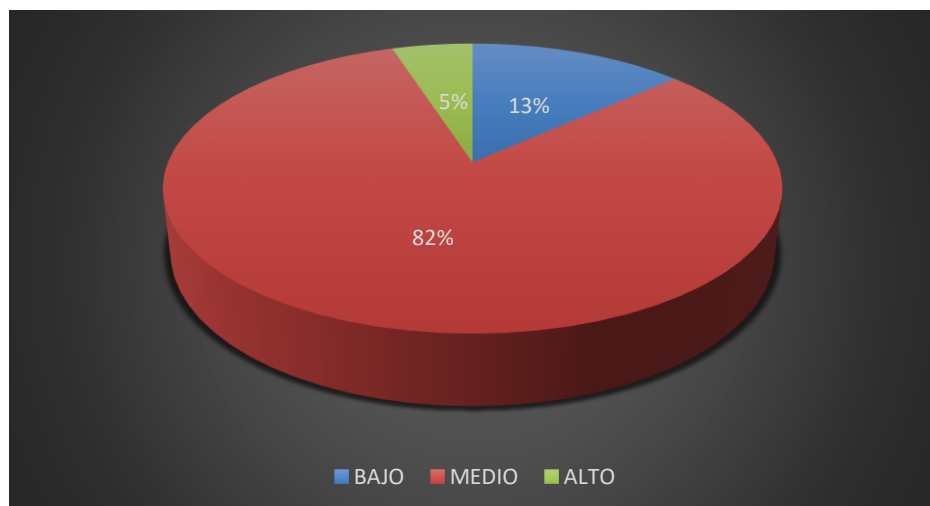


Grafico N° 4 Factor C
Elaborado por: El Investigador
Fuente: Investigación de campo

Análisis e Interpretación

Los resultados arrojados en el Factor C, demostraron que más de las tres cuartas parte de las estudiantes está en un rango medio que indica una estabilidad emocional y una correcta adaptación a las áreas sociales, estudiantiles y familiares, respecto al polo bajo que representa menos de un cuarto de la población total analizada encontramos que se frustran con facilidad, y tienden a mostrar conductas precipitadas por los sentimientos, cuando no consiguen lo que desean, quieren

evadir la realidad y su fortaleza de ego es baja. Considerando la puntuación altas que representan menos de un cuarto de la población encontramos individuos realistas, maduros con una fortaleza de ego y emocionalmente estables.

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	7	12%
Medio	48	80%
Alto	5	8%
Total	60	100%

Tabla N° 6 Factor D
Elaborado por: El Investigador
Fuente: Investigación de campo

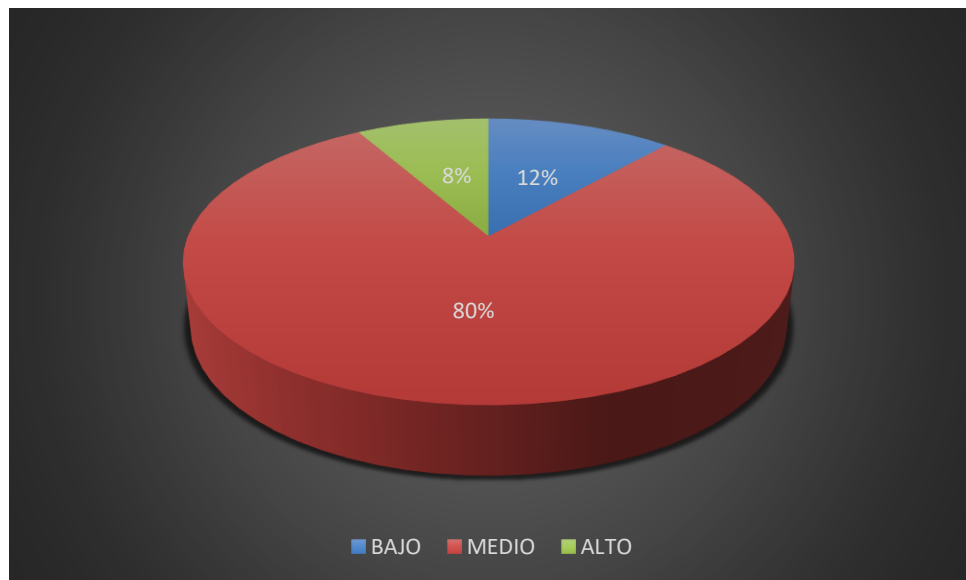


Gráfico N° 5 Factor C
Elaborado por: El Investigador
Fuente: Investigación de campo

Análisis e Interpretación

Más de las tres cuartas partes de la población representan una estabilidad en cuanto los rasgos de calma y excitabilidad, tomando en cuenta que menos de una cuarta parte de la población está ubicada en un el extremo bajo que quiere decir que son personas poco expresivas, poco activo en tareas cotidianas y es cauteloso al hablar y actuar, hablando del polo alto representado por menos de la cuarta parte, se dice que estas personas tiende a exhibir excitación a una pequeña provocación, o una hiperactivación a diferentes tipos de estímulos.

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	1	2%
Medio	36	60%
Alto	23	38%
Total	60	100%

Tabla N° 7 Factor E
Elaborado por: El Investigador
Fuente: Investigación de campo

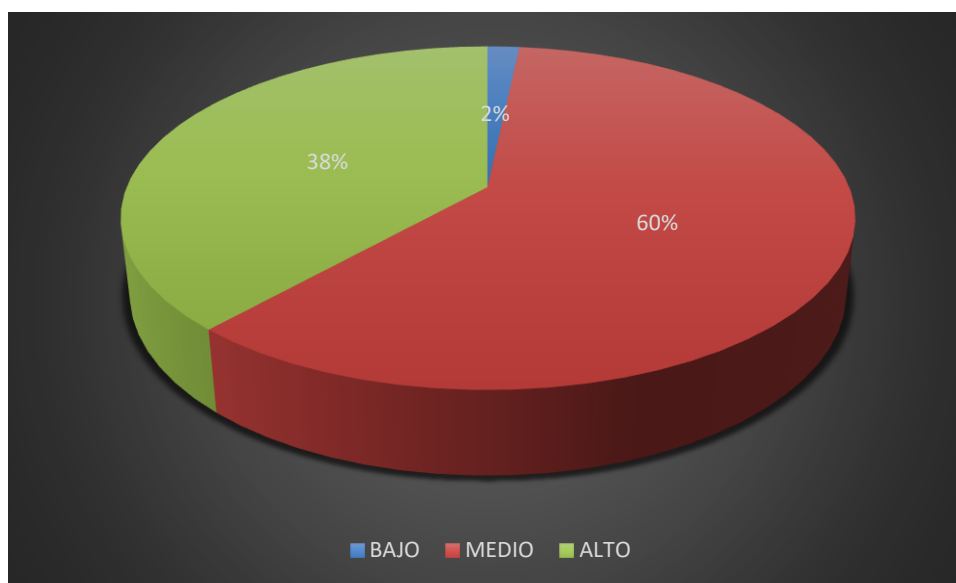


Gráfico N° 6 Factor E
Elaborado por: El Investigador
Fuente: Investigación de campo

Análisis e Interpretación

En cuanto al factor E más de las tres cuartas partes de las estudiantes presentan una estabilidad ante la dominancia y sumisión. En cuanto al rango alto está representado por más de un cuarto de la población, esto quiere decir que por lo general indican que son muy dominantes, este tipo de personas buscan estar en posiciones de poder para controlar a otras personas, suelen ser competitivos, agresivos y muy seguros de sí mismos. En cuanto al polo menor; menos de una cuarta parte se dice que tienden a ser sumisos, pasivos, conformistas, humildes y dóciles; se dejan llevar fácilmente por los demás y no son partidarios de los conflictos en sus relaciones interpersonales, esforzándose por complacer y buscar la aprobación de los demás.

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	8	14%
Medio	41	58%
Alto	11	14%
Total	60	100%

Tabla N° 8 Factor F
Elaborado por: El Investigador
Fuente: Investigación de campo

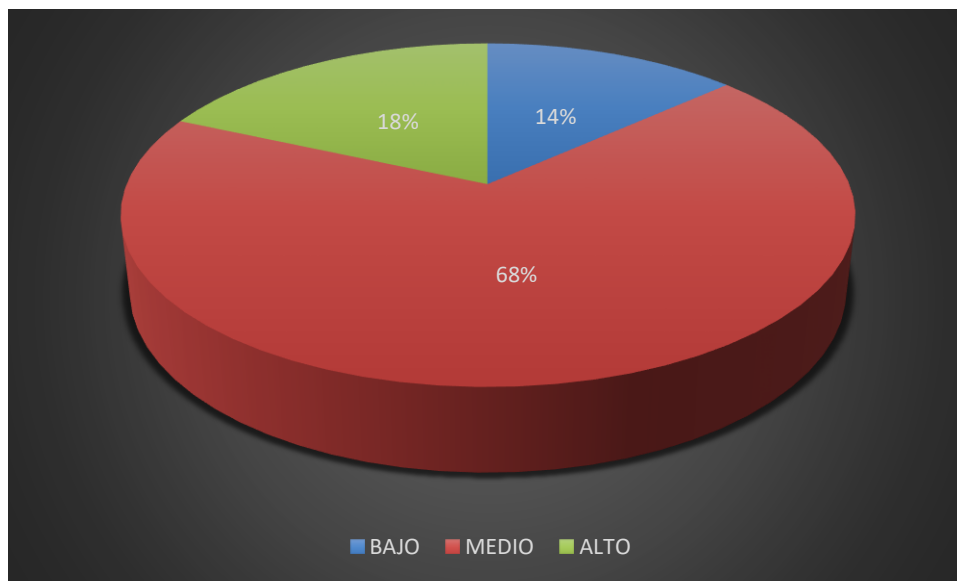


Gráfico N° 7 Factor F
Elaborado por: El Investigador
Fuente: Investigación de campo

Análisis e Interpretación

Para el factor F está representado por más de la mitad de la población una estabilidad en cuando a la impulsividad; en cuanto al criterio bajo se representa por menos de una cuarta parte lo que esto significa que las estudiantes son características por ser prudentes, introspectivas, serias y por lo general pesimistas. En cuanto el rango alto está representado por menos de una cuarta parte teniendo en cuenta que son personas espontaneas, impulsivas, alegres y expresivas.

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	15	25%
Medio	42	70%
Alto	3	5%
Total	60	100%

Tabla N° 9 Factor G
Elaborado por: El Investigador
Fuente: Investigación de campo

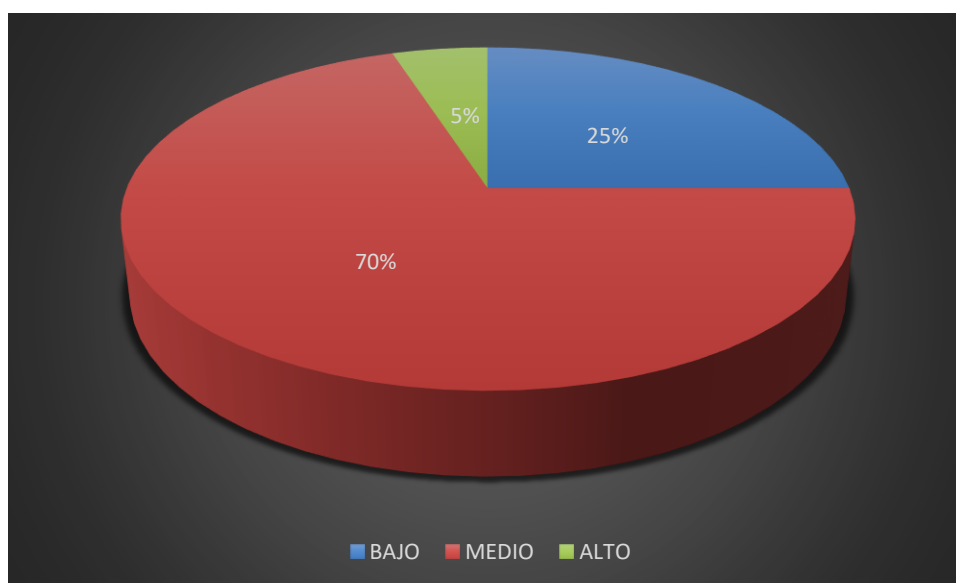


Grafico N° 8 Factor G
Elaborado por: El Investigador
Fuente: Investigación de campo

Análisis e Interpretación

El factor G se determinó que en cuanto a la población, más de la mitad de los estudiados miden y aceptan los valores morales teniendo un equilibrio en cuanto al confort grupal. Para el rango alto se ve representado en menos de una cuarta parte esto representado en personas moralistas, responsables y concienzudas; que tienden a actuar siempre de acuerdo a reglas. Existe una cuarta parte de la población que están representados por características tales como, que no les gusta comportarse de acuerdo a las normas, ni se someten por completo a las costumbres de una sociedad o de una cierta cultura.

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	6	10%
Medio	48	80%
Alto	6	10%
Total	60	100%

Tabla N° 9 Factor H
Elaborado por: El Investigador
Fuente: Investigación de campo

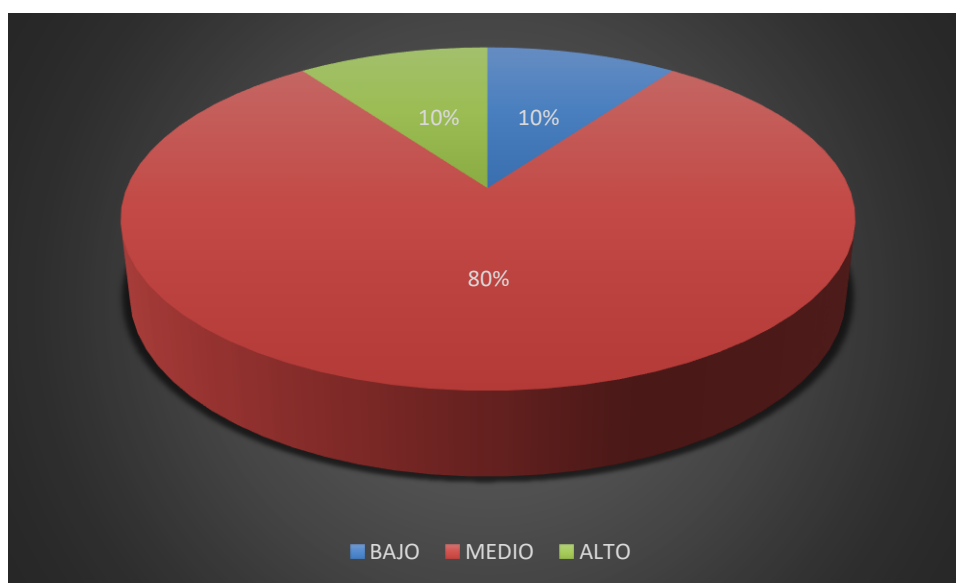


Grafico N° 10 Factor H
Elaborado por: El Investigador
Fuente: Investigación de campo

Análisis e Interpretación

El factor H está representado por más de la mitad de la población, con un balance en cuanto al criterio de cohibido y emprendedor. Por otro lado menos de una cuarta parte de la población indica puntuaciones bajas caracterizadas por bajo dominio del sistema simpático, esto quiere decir que no existe una atracción al riesgo ni la aventura, buscan la seguridad y todo aquello predecible y estable. En cuanto al criterio alto se puede definir en menos de una cuarta parte constituyendo que los estudiantes son capaces de funcionar bajo altos niveles de estrés, les encanta correr riesgos y son grandes aventureros.

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	12	20%
Medio	44	73%
Alto	4	7%
Total	60	100%

Tabla N° 11 Factor I
Elaborado por: El Investigador
Fuente: Investigación de campo

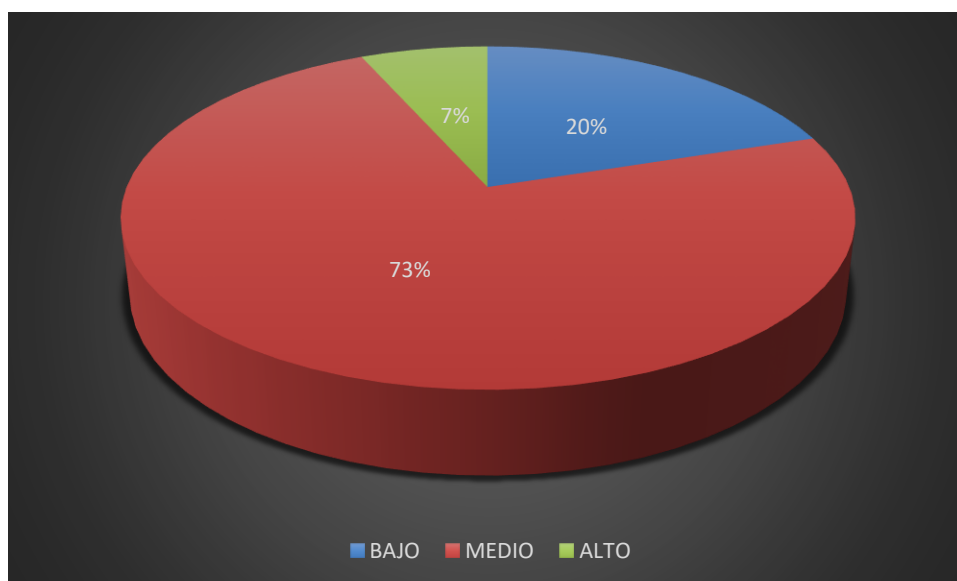


Gráfico N° 10 Factor I
Elaborado por: El Investigador
Fuente: Investigación de campo

Análisis e Interpretación

El factor I está simbolizado por más de la mitad de la población existiendo un equilibrio entre una estabilidad blanda y dura; de tal manera casi un cuarto de las estudiantes está representada por los criterios bajos; que por lo general tienden a un pensamiento racional, no son prácticos, realistas, responsables e independientes. Y menos de una cuarta parte de las personas analizadas están dominados por sus sentimientos, son muy emotivos, poseen una gran sensibilidad y a veces poco realistas.

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	1	1%
Medio	16	27%
Alto	43	72%
Total	60	100%

Tabla N° 12 Factor J
Elaborado por: El Investigador
Fuente: Investigación de campo

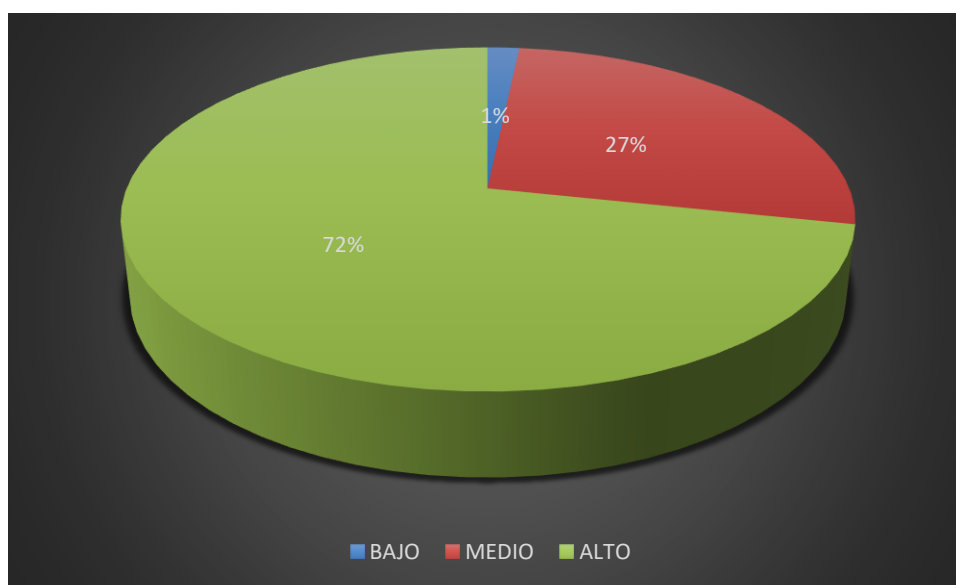


Gráfico N° 11 Factor J
Elaborado por: El Investigador
Fuente: Investigación de campo

Análisis e Interpretación

En este factor más de la mitad de los estudiantes se encuentran en un criterio alto lo que representa características dubitativas, reservadas, individualistas que no le gusta actuar en grupo, crítico y despreciativo con los demás que lo rodean. Mientras que más de una cuarta parte se sitúa en una estabilidad de ser seguro y dubitativo. Así mismo menos de una cuarta parte se registra en un criterio bajo representado por ser seguros, les gusta la actividad en grupo, activo, vigoroso, poco crítico, libremente expresivo.

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	1	1%
Medio	16	27%
Alto	43	72%
Total	60	100%

Tabla N° 13 Factor Q
Elaborado por: El Investigador
Fuente: Investigación de campo

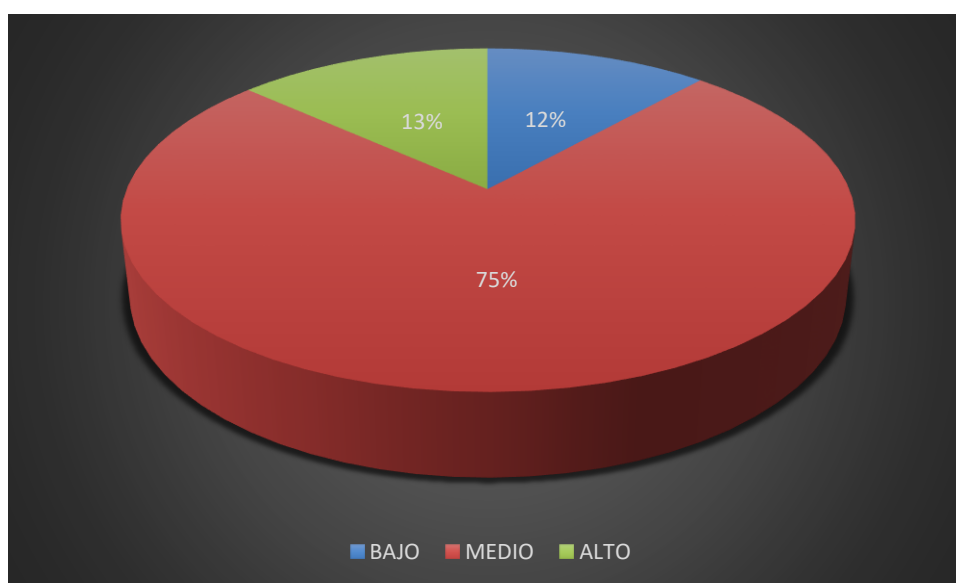


Gráfico N° 12 Factor Q
Elaborado por: El Investigador
Fuente: Investigación de campo

Análisis e Interpretación

En este factor la predominancia se encuentra en un criterio medio por más de la mitad de la población que está representada por una estabilidad en ser aprensivo y sereno ante situaciones sociales, familiares y estudiantiles. Por otro lado menos de una cuarta parte de la población analizadas representan el criterio alto son serenas, apacibles, confiados, seguros de sí mismos. En el rango bajo esta plasmado en menos de una cuarta parte de los estudiantes que son consideradas como aprensivas, con sensación de culpabilidad, inseguras, preocupadas, turbables y con autorreprochables.

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	0	0%
Medio	43	72%
Alto	17	28%
Total	60	100%

Tabla N° 14 Factor Q2
Elaborado por: El Investigador
Fuente: Investigación de campo

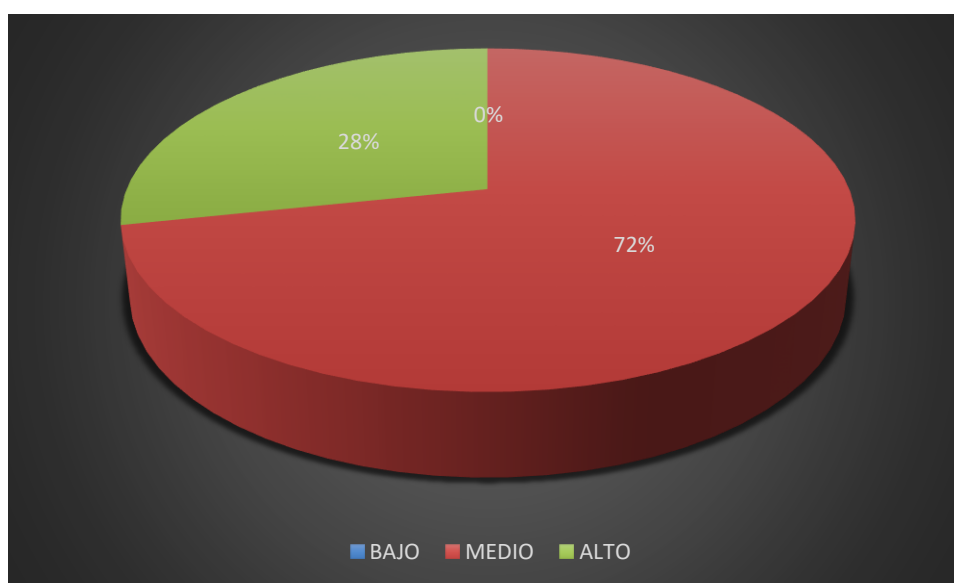


Gráfico N° 13 Factor Q2
Elaborado por: El Investigador
Fuente: Investigación de campo

Análisis e Interpretación

En el factor Q2 existe más de una cuarta parte consta en un criterio alto lo que define a un individuo como autosuficiente, que toman decisiones sin importarles las opiniones ajenas, prefieren estar solos la mayoría de tiempo y hacen sus cosas sin pedir ayuda a los demás. También más de la mitad de la población está representada por un criterio medio en el cual hay un equilibrio en la autosuficiencia. En cuanto al criterio bajo no existe población.

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	8	13%
Medio	46	77%
Alto	6	10%
Total	60	100%

Tabla N° 15 Factor Q3
Elaborado por: El Investigador
Fuente: Investigación de campo

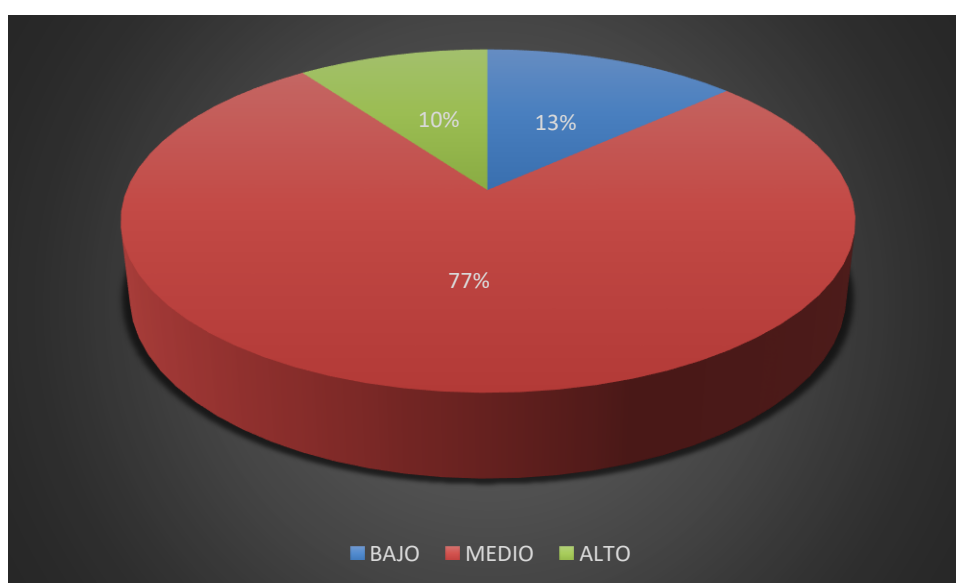


Gráfico N° 14 Factor Q3
Elaborado por: El Investigador
Fuente: Investigación de campo

Análisis e Interpretación

En este factor Q3 la población representa más de la mitad en el criterio medio el que indica equilibrio en el autocontrol basado en el comportamiento y la emoción. Además menos de una cuarta parte de las estudiantes se identifican con un criterio alto, estos se esfuerzan por mostrar un perfil ideal y ser aprobado por una cultura o sociedad, tiende a controlar sus emociones, son muy auto-consientes, compulsivos y perfeccionistas. Y el criterio bajo está representado por menos de una cuarta parte que por lo general estas personas no trabajan por controlar los ideales con conductas sociales, llevan una rutina relajada, sin estrés y tienden a ser personas menos exitosas y reconocidas.

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	13	22%
Medio	43	72%
Alto	4	6%
Total	60	100%

Tabla N° 16 Factor Q4
Elaborado por: El Investigador
Fuente: Investigación de campo

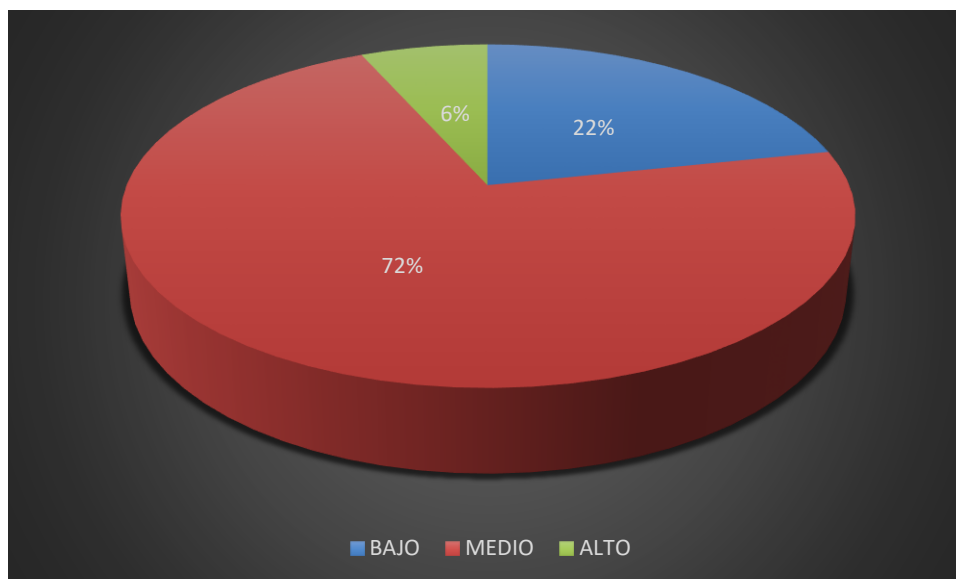


Gráfico N° 15 Factor Q4
Elaborado por: El Investigador
Fuente: Investigación de campo

Análisis e Interpretación

Este factor tiene como mayor población en el criterio medio con más de la mitad de los analizados dando como resultado una existencia un equilibrio en los niveles de tensión o ansiedad del sujeto. Así como el criterio bajo representa casi un cuarto de la población caracterizado por una baja presencia de tensión nerviosa, esto conlleva una existencia relajada y tranquila, regida por la calma, la paciencia y una gran cantidad de satisfacción general. Y menos de un cuarto de la población está representado por el criterio alto dando a notar niveles excesivos de tensión nerviosa como personas impacientes que se distinguen por su capacidad de mantenerse inactivos debido a su alto grado de nerviosismo, también suelen frustrarse fácilmente, pues su conducta resulta de un exceso impulso que a menudo se expresa inadecuadamente.

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Actitudes Correctas	46	77%
Actitudes Incorrectas	14	23%
Total	60	100%

Tabla N° 17 Actitudes hacia la Alimentación

Elaborado por: El Investigador

Fuente: Investigación de campo

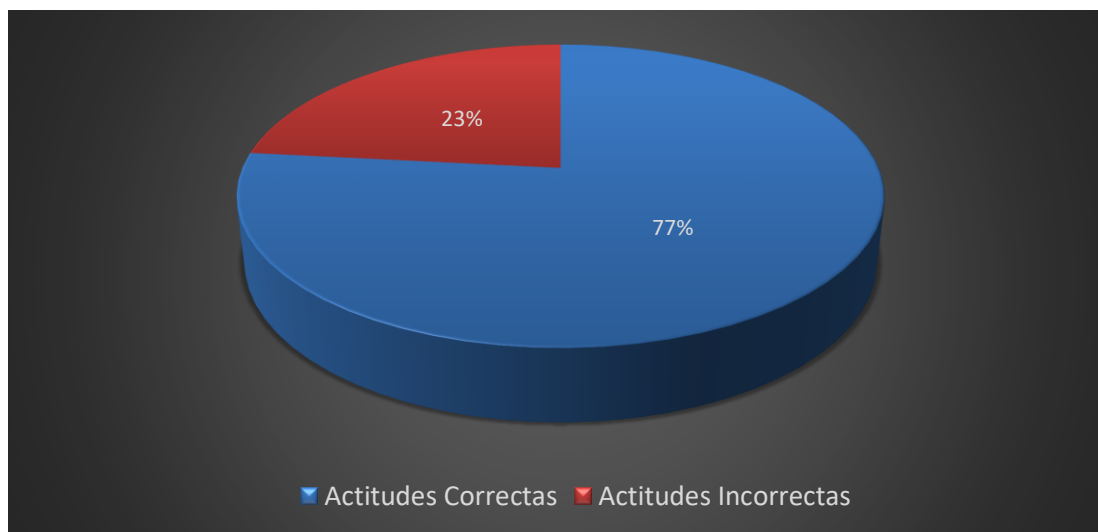


Gráfico N° 16 Actitudes hacia la Alimentación

Elaborado por: El Investigador

Fuente: Investigación de campo

Análisis e Interpretación

A partir de los datos estadísticos se observó que a partir de un punto de corte de 20 puntos se encontró que más de las tres cuartas partes no tiene problemas alimentarios ya que tienen una adecuada dieta, no hay una preocupación por la comida, saben sobrellevar la presión social, no se indica malestar en la alimentación y no se presenta rasgos de posibles trastornos psicobiológicos. Y existe menos de una cuarta parte de la población presentan indicadores de actitudes incorrectas, una inadecuada dieta, excesiva preocupación por la comida también perciben una gran presión social y un gran malestar con la alimentación llevando a un posible caso de trastornos psicobiológicos.

Comprobación de hipótesis

Verificación de hipótesis

Los rasgos de personalidad y su influencia en las actitudes hacia la alimentación de las estudiantes de Bachillerato de la Unidad Educativa Bautista del Cantón Ambato

Modelo Lógico

HI (Hipótesis alterna)

Los rasgos de personalidad si influyen en las actitudes hacia la alimentación en las estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Bautista.

HO (Hipótesis Nula)

Los rasgos de personalidad no influyen en las actitudes hacia la alimentación en las estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Bautista.

Definición del nivel de significación

Permite determinar la zona de aceptación o rechazo de la hipótesis nula, con la cual se puede asumir la hipótesis alterna.

Se recomienda o trabajar con el 5 % o 0,05.

El nivel de significación escogido para la investigación fue el 0,05.

Elección de la prueba estadística del Chi Cuadrado.

Para la verificación de la hipótesis se escogió la prueba Chi cuadrado, cuya fórmula es la siguiente:

$$X^2 = \frac{\sum(O - E)^2}{E}$$

Simbología:

O = Datos observados (Frecuencia Observada).

E = Datos esperados (Frecuencia Esperada).

Mediante el cruce de los resultados de las dos herramientas psicológicas, se pudo establecer los cuadros de frecuencia observada (O), que resulta de la sumatoria de los resultados cruzados, los resultados de estos dan paso a los valores marginales; y al cuadro de frecuencia esperada (E), que se obtiene de la multiplicación de los valores marginales dividido para el total de los valores marginales.

FRECUENCIAS OBSERVADAS

FACTOR A

	BAJO	MEDIO	ALTO	FRECUENCIA MARGINAL
ACTITUDES CORRECTAS	15	27	4	46
ACTITUDES INCORRECTAS	3	11	0	14
	18	38	4	60

FRECUENCIA ESPERADA

	BAJO	MEDIO	ALTO
ACTITUDES CORRECTAS	13,8	29,1	3,07
ACTITUDES INCORRECTAS	4,2	8,9	0,9

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(15 - 13,8)^2}{13,8} = \frac{1,44}{13,8} = 0,10$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(3 - 4,2)^2}{4,2} = \frac{1,44}{4,2} = 0,34$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(27 - 29,1)^2}{29,1} = \frac{4,41}{29,1} = 0,15$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(11 - 8,9)^2}{8,9} = \frac{4,41}{8,9} = 0,49$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(4 - 3,07)^2}{3,07} = \frac{0,86}{3,07} = 0,28$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(0 - 0,9)^2}{0,9} = \frac{0,81}{0,9} = 0,9$$

Total= 2,26

FACTOR B

	BAJO	MEDIO	ALTO	FRECUENCIA MARGINAL
ACTITUDES CORRECTAS	34	11	1	46
ACTITUDES INCORRECTAS	10	3	1	14
	44	14	2	60

	BAJO	MEDIO	ALTO
ACTITUDES CORRECTAS	33,7	10,7	1,53
ACTITUDES INCORRECTAS	10,3	3,3	0,5

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(34 - 33,7)^2}{33,7} = \frac{0,09}{33,7} = 0,002$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(10 - 10,3)^2}{10,3} = \frac{0,09}{10,3} = 0,008$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(11 - 10,7)^2}{10,7} = \frac{0,09}{10,7} = 0,008$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(3 - 3,3)^2}{3,3} = \frac{0,09}{3,3} = 0,02$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(1 - 1,53)^2}{1,53} = \frac{0,28}{1,53} = 0,18$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(1 - 0,5)^2}{0,5} = \frac{0,25}{0,5} = 0,5$$

Total= 0,71

FACTOR C

	BAJO	MEDIO	ALTO	FRECUENCIA MARGINAL
ACTITUDES CORRECTAS	4	40	2	46
ACTITUDES INCORRECTAS	4	9	1	14
	8	49	3	60

FRECUENCIA ESPERADA

	BAJO	MEDIO	ALTO
ACTITUDES CORRECTAS	6,1	37,6	2,30
ACTITUDES INCORRECTAS	1,9	11,4	0,7

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(4 - 6,1)^2}{6,1} = 0,72$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(4 - 1,9)^2}{1,9} = 2,32$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(40 - 37,6)^2}{37,6} = 0,15$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(9 - 11,4)^2}{11,4} = 0,50$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(2 - 2,30)^2}{2,30} = 0,03$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(1 - 0,7)^2}{0,7} = 0,12$$

Total= 3,84

FACTOR D

	BAJO	MEDIO	ALTO	FRECUENCIA MARGINAL
ACTITUDES CORRECTAS	6	36	4	46
ACTITUDES INCORRECTAS	1	12	1	14
	7	48	5	60

FRECUENCIA ESPERADA

	BAJO	MEDIO	ALTO
ACTITUDES CORRECTAS	5,4	36,8	3,83
ACTITUDES INCORRECTAS	1,6	11,2	1,2

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(6 - 5,4)^2}{5,4} = 0,06$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(1 - 1,6)^2}{1,6} = 0,22$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(36 - 36,8)^2}{36,8} = 0,01$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(12 - 11,2)^2}{11,2} = 0,05$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(4 - 3,83)^2}{3,83} = 0,007$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(1 - 1,2)^2}{1,2} = 0,03$$

Total= 0,37

FACTOR E

	BAJO	MEDIO	ALTO	FRECUENCIA MARGINAL
ACTITUDES CORRECTAS	0	25	21	46
ACTITUDES INCORRECTAS	1	11	2	14
	1	36	23	60

FRECUENCIA ESPERADA

	BAJO	MEDIO	ALTO
ACTITUDES CORRECTAS	0,8	27,6	17,63
ACTITUDES INCORRECTAS	0,2	8,4	5,4

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(0 - 0,8)^2}{0,8} = 0,8$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(1 - 0,2)^2}{0,2} = 3,2$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(25 - 27,6)^2}{27,6} = 0,24$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(11 - 8,4)^2}{8,4} = 0,80$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(21 - 17,63)^2}{17,63} = 0,64$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(2 - 5,4)^2}{5,4} = 2,14$$

Total= 7,82

FACTOR F

	BAJO	MEDIO	ALTO	FRECUENCIA MARGINAL
ACTITUDES CORRECTAS	6	31	9	46
ACTITUDES INCORRECTAS	2	10	2	14
	8	41	11	60

FRECUENCIA ESPERADA

	BAJO	MEDIO	ALTO
ACTITUDES CORRECTAS	6,1	31,4	8,43
ACTITUDES INCORRECTAS	1,9	9,6	2,6

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(6 - 6,1)^2}{6,1} = 0,001$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(2 - 1,9)^2}{1,9} = 0,005$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(31 - 31,4)^2}{31,4} = 0,005$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(10 - 9,6)^2}{9,6} = 0,01$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(9 - 8,43)^2}{8,43} = 0,03$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(2 - 2,6)^2}{2,6} = 0,13$$

Total= 0,18

FACTOR G

	BAJO	MEDIO	ALTO	FRECUENCIA MARGINAL
ACTITUDES CORRECTAS	10	34	2	46
ACTITUDES INCORRECTAS	5	8	1	14
	15	42	3	60

FRECUENCIA ESPERADA

	BAJO	MEDIO	ALTO
ACTITUDES CORRECTAS	11,5	32,2	2,30
ACTITUDES INCORRECTAS	3,5	9,8	0,7

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(10 - 11,5)^2}{11,5} = 0,19$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(5 - 3,5)^2}{3,5} = 0,64$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(34 - 32,2)^2}{32,2} = 0,10$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(8 - 9,8)^2}{9,8} = 0,33$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(2 - 2,30)^2}{2,30} = 0,03$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(1 - 0,7)^2}{0,7} = 0,12$$

Total= 1,41

FACTOR H

	BAJO	MEDIO	ALTO	FRECUENCIA MARGINAL
ACTITUDES CORRECTAS	2	40	4	46
ACTITUDES INCORRECTAS	4	8	2	14
	6	48	6	60

FRECUENCIA ESPERADA

	BAJO	MEDIO	ALTO
ACTITUDES CORRECTAS	4,6	36,8	4,60
ACTITUDES INCORRECTAS	1,4	11,2	1,4

$$X^2 = \frac{(f_o - F_e)^2}{f_e} = \frac{(2 - 4,6)^2}{4,6} = 1,46$$

$$X^2 = \frac{(f_o - F_e)^2}{f_e} = \frac{(4 - 1,4)^2}{1,4} = 4,8$$

$$X^2 = \frac{(f_o - F_e)^2}{f_e} = \frac{(40 - 36,8)^2}{36,8} = 0,27$$

$$X^2 = \frac{(f_o - F_e)^2}{f_e} = \frac{(8 - 11,2)^2}{11,2} = 0,91$$

$$X^2 = \frac{(f_o - F_e)^2}{f_e} = \frac{(4 - 4,60)^2}{4,60} = 0,07$$

$$X^2 = \frac{(f_o - F_e)^2}{f_e} = \frac{(2 - 1,4)^2}{1,4} = 0,25$$

Total= 7,76

FACTOR I

	BAJO	MEDIO	ALTO	FRECUENCIA MARGINAL
ACTITUDES CORRECTAS	9	34	3	46
ACTITUDES INCORRECTAS	3	10	1	14
	12	44	4	60

FRECUENCIA ESPERADA

	BAJO	MEDIO	ALTO
ACTITUDES CORRECTAS	9,2	33,7	3,07
ACTITUDES INCORRECTAS	2,8	10,3	0,9

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(9 - 9,2)^2}{9,2} = 0,004$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(3 - 2,8)^2}{2,8} = 0,01$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(34 - 33,7)^2}{33,7} = 0,002$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(10 - 10,3)^2}{10,3} = 0,008$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(3 - 3,07)^2}{3,07} = 0,001$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(1 - 0,9)^2}{0,9} = 0,01$$

Total= 0,035

FACTOR J

	BAJO	MEDIO	ALTO	FRECUENCIA MARGINAL
ACTITUDES CORRECTAS	0	14	32	46
ACTITUDES INCORRECTAS	1	2	11	14
	1	16	43	60

FRECUENCIA ESPERADA

	BAJO	MEDIO	ALTO
ACTITUDES CORRECTAS	0,8	12,3	32,97
ACTITUDES INCORRECTAS	0,2	3,7	10,03

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(0 - 0,8)^2}{0,8} = 0,8$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(1 - 0,2)^2}{0,2} = 3,2$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(14 - 12,3)^2}{12,3} = 0,13$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(2 - 3,7)^2}{3,7} = 0,78$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(32 - 32,97)^2}{32,97} = 0,02$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(11 - 10,03)^2}{10,03} = 0,09$$

Total= 5,02

FACTOR Q

	BAJO	MEDIO	ALTO	FRECUENCIA MARGINAL
ACTITUDES CORRECTAS	7	34	5	46
ACTITUDES INCORRECTAS	0	11	3	14
	7	45	8	60

FRECUENCIA ESPERADA

	BAJO	MEDIO	ALTO
ACTITUDES CORRECTAS	5,4	34,5	6,13
ACTITUDES INCORRECTAS	1,6	10,5	1,9

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(7 - 5,4)^2}{5,4} = 0,47$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(0 - 1,6)^2}{1,6} = 1$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(34 - 34,5)^2}{34,5} = 0,007$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(11 - 10,5)^2}{10,5} = 0,02$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(5 - 6,13)^2}{6,13} = 0,20$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(3 - 1,9)^2}{1,9} = 0,63$$

Total= 2,32

FACTOR Q2

	BAJO	MEDIO	ALTO	FRECUENCIA MARGINAL
ACTITUDES CORRECTAS	0	35	11	46
ACTITUDES INCORRECTAS	0	8	6	14
	0	43	17	60

FRECUENCIA ESPERADA

	BAJO	MEDIO	ALTO
ACTITUDES CORRECTAS	0,0	32,97	13,03
ACTITUDES INCORRECTAS	0,0	10,03	3,97

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(0 - 0,0)^2}{0,0} = 0$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(0 - 0,0)^2}{0,0} = 0$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(35 - 32,97)^2}{32,97} = 0,12$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(8 - 10,03)^2}{10,03} = 0,41$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(11 - 13,03)^2}{13,03} = 0,31$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(6 - 3,97)^2}{3,97} = 1,03$$

Total= 1,87

FACTOR Q3

	BAJO	MEDIO	ALTO	FRECUENCIA MARGINAL
ACTITUDES CORRECTAS	4	37	5	46
ACTITUDES INCORRECTAS	4	9	1	14
	8	46	6	60

FRECUENCIA ESPERADA

	BAJO	MEDIO	ALTO
ACTITUDES CORRECTAS	6,1	35,3	4,60
ACTITUDES INCORRECTAS	1,9	10,7	1,4

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(4 - 6,1)^2}{6,1} = 0,72$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(4 - 1,9)^2}{1,9} = 2,32$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(37 - 35,3)^2}{35,3} = 0,08$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(9 - 10,7)^2}{10,7} = 0,27$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(5 - 4,60)^2}{4,60} = 0,03$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(1 - 1,4)^2}{1,4} = 0,11$$

Total= 3,53

FACTOR Q4

	BAJO	MEDIO	ALTO	FRECUENCIA MARGINAL
ACTITUDES CORRECTAS	11	33	2	46
ACTITUDES INCORRECTAS	2	10	2	14
	13	43	4	60

FRECUENCIA ESPERADA

	BAJO	MEDIO	ALTO
ACTITUDES CORRECTAS	9,97	32,97	3,07
ACTITUDES INCORRECTAS	3,03	10,03	0,9

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(11 - 9,97)^2}{9,97} = 0,10$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(2 - 3,03)^2}{3,03} = 0,35$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(33 - 32,97)^2}{32,97} = 0,00002$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(10 - 10,03)^2}{10,03} = 0,00008$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(2 - 3,07)^2}{3,07} = 0,37$$

$$X^2 = \frac{(fo - Fe)^2}{fe} = \frac{(2 - 0,9)^2}{0,9} = 1,34$$

Total= 2,16

Grados de Libertad

$$gl= K-L$$

$$gl= (f-1) (k-1)$$

$$gl= (2-1) (3-1)$$

$$gl= (1) (2)$$

$$gl= 2$$

A nivel de significancia de 0,05 y 2 grados de libertad (gl) el valor de Chi – cuadrado tabular es $X^2_t = 5,99$

Decisión

Si el valor calculado es mayor que el valor tabulado se rechaza la hipótesis nula y se acepta la alterna $X_c^2 > X_t^2$

Aquellos valores estadísticos calculados, Factor E con un valor 7,82 y Factor H con un valor 7,76 son mayores al valor crítico 5,99 se acepta la Hipótesis Alterna.

HI = Los rasgos de personalidad SI influyen en las actitudes hacia la alimentación en las estudiantes de bachillerato de la unidad educativa Bautista.

CAPÍTULO IV

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

1. Luego de la investigación, después de haber realizado los respectivos cálculos estadísticos mediante el método Chi-Cuadrado, donde se tomó en cuenta el valor de la tabla del Chi-Cuadrado 5.99. Dando como resultado la aprobación de la hipótesis alterna donde dice que los rasgos de personalidad SI influyen en las actitudes hacia la alimentación de las estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Bautista del cantón Ambato. Se llegó al cumplimiento de que en la población se obtuvo un valor en el Factor E de 7.82 y en el Factor H 7.76, queriendo decir que existió un valor elevado en referencia al valor crítico de 5.99.
2. Para determinar los rasgos de personalidad se utilizó el instrumento HSPQ el cual nos facilitó observar los factores de cada estudiante. Sobre todo se permitió saber cuáles son los factores que van tener una influencia con la variable independiente expuesta en la problemática de la investigación. Lo cual no indica que los Factores E (sumiso–dominante) y Factor H (cohibido–emprendedor) influyen en las actitudes hacia la alimentación.
3. Para definir las actitudes hacia la alimentación se identificó que más de las tres cuartas partes la población representada por 77% de la totalidad simbolizan *actitudes correctas* hacia la alimentación esto quiere decir, que no tienen problemas alimentarios, no presentan dificultades en su dieta diaria, ya que a través de algún problema son capaces de sobrellevar una presión social, además no presentan malestar con la alimentación, sin conllevar a un posible trastorno psicobiológico. De igual forma se logró identificar que casi una cuarta parte de las estudiantes con el 23% representan *actitudes incorrectas* esto quiere decir que la población

analizada puede llegar a un TCA (Trastorno de Conducta Alimentaria) si no hay un control.

4. En base a los rasgos que afectan a los rasgos de personalidad influyentes se pudo diseñar una propuestas con talleres para el mejoramiento de habilidades sociales vinculadas a buscar cambios en el esquema mental de los rasgos de personalidad que prevengan sus actitudes hacia la alimentación.

Recomendaciones

1. Con los resultados obtenidos se aceptó la hipótesis alterna, donde se demostró que si hay una influencia de los rasgos de personalidad con las actitudes alimenticias, se recomienda realizar más investigaciones sobre las variables con el fin de obtener mayor conocimiento para las personas, en relación a rasgos de personalidad y su influencia actitudes hacia la alimentación.
2. Según los resultados obtenidos en los rasgos de personalidad se encontró que en la investigación hubo un porcentaje elevado en el polo alto del Factor J (Seguro-Dubitativo) donde las personas desarrollan un ser individualista, por lo que se recomienda intervención grupal y la convivencia social.
3. A partir de los datos conseguidos se recomienda realizar entrevistas individuales para identificar posibles rasgos de TCA (Trastornos de Conducta Alimentaria) y así discriminar una bulimia nerviosa o anorexia nerviosa, también es necesario realizar campañas de prevención con énfasis en una correcta educación alimenticia y correcta nutrición para una equilibrada nutrición y un saludable estado de ánimo.

DISCUSIÓN

Los rasgos de personalidad son suficientes para determinar conductas alimentarias de una persona, con frecuencia se observó determinados rasgos los cuales ven con insistencia a pacientes con TCA (Trastornos de Conducta Alimentaria). Los rasgos de personalidad que manifiestan con más periodicidad son los pacientes con anorexia nerviosa y bulimia nerviosa son de tipo ansioso, obsesivo y dependientes; estos presentan un elevado perfeccionismo tanto interpersonal como intrapersonal como lo menciona (González, 2017) en su estudio sobre la anorexia y bulimia: rasgos de personalidad y trastornos de la conducta alimentaria se evidencia que se ha hallado con mayor reiteración asociados a un TCA son como Trastorno de evitación, obsesivo compulsivo, esquizoide y el trastorno límite de personalidad, siendo así que en la investigación existen características comunes como dificultades en la expresión emocional, obsesividad, rigidez, necesidad de aprobación, persistencia y evitación social.

En la investigación que se realizó de los rasgos de personalidad y actitudes hacia la alimentación usando herramientas psicológicas como el HSPQ y EAT-40, mediante los resultados estadísticos se pudo identificar los rasgos precisos donde afecta directamente a un posible TCA, dando lugar a una afirmación de la hipótesis alterna, donde hubo una relación entre dichas variables. Así también con la investigación de (Camarillo, 2015) sobre los rasgos de personalidad en trastornos de la conducta alimentaria, evolución y gravedad de los síntomas; se dice que los rasgos patológicos de personalidad permite distinguir los diferentes diagnósticos dentro de los TCA, son histriónico y el limite ya que estos rasgos son asociados a la bulimia nerviosa por contraposición a la anorexia nerviosa, la autora sostiene que la personalidad cercana a un aspecto psicótico tiende a una alteración de la realidad y con tendencia al aislamiento en torno a sus pensamientos, a ser personas acomplejadas, ansiosas, temerosas a críticas con sentimientos de inferioridad, propias de personalidades neuróticas. Es evidente que para que se dé un TCA existe una relación con los rasgos de personalidad, en los adolescentes son más fáciles de influenciar debido a que su personalidad fluctúa por el hecho de que su identidad como persona lo va tejiendo desde la niñez mediante procesos en los que se buscan sus semejantes en su círculo social emparejando gustos; de igual forma muestran

una confusión interviniendo de manera irresponsable ante conflictos, actuando de manera impulsiva y sin sentido llevando a un pensamiento concreto ante una situación determinada dando lugar a un posible TCA, dejándose llevar por una presión social, por influencias de los medios de comunicación, la publicidad y la moda; al plantear la belleza de una perspectiva solamente física dado culto al cuerpo dejando de lado la esencia de la persona desde un punto de vista interno.

CAPÍTULO V

PROPUESTA

TEMA:

“TALLERES PARA MEJORAR LAS HABILIDADES SOCIALES EN LAS ESTUDIANTES DE BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA BAUTISTA DEL CANTÓN AMBATO”

JUSTIFICACIÓN

Existen factores psicológicos que si influyen en la población, donde nos basaremos en las habilidades sociales los cuales pueden ayudar a modificar conductas en los adolescentes para que de esa manera puedan tener conductas apropiadas ante situaciones cotidianas y así puedan tomar decisiones correctas. La propuesta está dirigida al mejoramiento de habilidades sociales para las estudiantes de la Unidad Educativa Bautista del cantón Ambato.

Los beneficiarios son los estudiantes de la Unidad Educativa Bautista, los cuales conocerán sobre el mejoramiento de las habilidades sociales.

Es significativo plasmar el mejoramiento de habilidades y relaciones sociales, puesto que las personas por medio de talleres, a partir de cierta información ya establecida, le proporcionaran el aprendizaje debido para la resolución de problemas.

Factibilidad de esta propuesta está en que se fundamenta en principios y conocimientos, al tener en cuenta que cada persona es consciente de sus conductas ante una situación determinada siendo social, familiar y escolar; en conclusión será un sustento al estudiante a poder mantener una buena salud física y psíquica.

OBJETIVOS

GENERAL

Diseñar talleres para mejorar habilidades sociales en las estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Bautista del cantón Ambato.

ESPECÍFICOS

- Desarrollar talleres fundados para el mejoramiento de habilidades sociales.
- Proponer actividades planificadas que faciliten los procesos para el mejoramiento de habilidades sociales.

ESTRUCTURA TÉCNICA DE LA PROPUESTA

Argumentación Teórica

Habilidades Sociales

Las habilidades sociales son fundamentales en los vínculos de adquisiciones evolutivas, siendo la capacidad para desempeñarse en una sociedad a partir de conductas aprendidas ayudando a una correcta interacción con los demás. Como mencionan (Dongil & Cano , 2014) “las habilidades sociales se pueden definir como un conjunto de capacidades y destrezas interpersonales que nos permiten relacionarnos con otras personas de forma adecuada, siendo capaces de expresar nuestros sentimientos, opiniones, deseos o necesidades en diferentes contextos o situaciones, sin experimentar tensión, ansiedad u otras emociones negativas” (párr. 1). Para poseer adecuadas habilidades sociales un individuo debe ser capaz de aprenden a expresarse de forma abierta sus necesidades, deseos, opinios, entre otros; con la finalidad de así poder encajar en un circulo social.

Las habilidades sociales son manifestaciones que consisten en ayudar a la persona en sus comportamientos durante una interacción con sus pares, ayudando asimilar las normas sociales.

Como da a conocer (Campaña, 2017) que:

Cuando se habla de destrezas interpersonales, se refiere a cuando un individuo tiene la capacidad de poder manejar las habilidades en situaciones sociales, por ejemplo hay, personas que tiene dificultades para decir no, o para enfrentarse eficazmente a las críticas, hacer que los derechos como personas sean válidos, habrán individuos que tienen la capacidad para poder relacionarse fácilmente con otros, buscar sus pares, presentarse en una fiesta, facilidad para hacer cumplidos o pedir favores, pero a su vez no ser capaces de manejar de forma adecuadamente sus habilidades sociales y expresar lo que le molesta o permitir que sus sentimientos y pensamientos sean respetados (p.25).

Es considerable dentro de un marco cultural y los estilos de comunicación que los individuos presentan, muchas de las veces dependen de algunos factores la edad, sexo, educación, clase social, entre otros; demostrando que la efectividad de una persona dependería de la situación en la que se encuentre.

Técnicas para habilidades sociales

Consiste en un procedimiento de intervención que engloba un conjunto de técnicas originarias de teorías de aprendizaje social, que ayuda a la modificación de la conducta y que se aplica para que adquieran habilidades en las cuales le permitirán mantener interacciones satisfactorias en diferentes áreas sociales.

Instrucción verbal

Esta técnica se aplica en la enseñanza de las habilidades sociales que interviene en el lenguaje hablado para describir, definir, preguntar o pedir comportamientos interpersonales, donde se puede incluir peticiones o preguntas, a través del dialogo. Como menciona (Rivera, 2013) la instrucción verbal incluye descripciones como peticiones, preguntas e incitaciones respecto a la habilidad, lo cual puede ser a través del dialogo, discusiones o puesta en común (p. 12). En la enseñanza práctica la forma más común es mediante instrucciones, consta de dar indicaciones principales contribuyendo a la actividad individual en el trabajo del estudiante.

Aserción positiva

En cuanto a la asertividad se encuentra varias técnicas que ayudan a llevar un mensaje asertivo haciendo respetar los derechos personales sin menospreciar a los demás, siendo la aserción positiva una técnica que facilita llegar a dar una petición incluyendo una valoración positiva viendo como una característica favorable de la persona que envía el mensaje o petición.

Campaña (2017) señala que:

Consiste en expresar, con frases adecuadas y en el momento preciso es obtener algo positivo de otro individuo. Frecuentemente nos olvidamos de expresa halagos y elogios hacia las personas que se encuentran alrededor, porque se da por hecho que lo positivo es lo normal, sin embargo, a la hora de criticar, ya sea interna como la autocrítica o externamente (p.95).

La aserción positiva es una conducta que el sujeto puede aplicar directamente ante una situación determinada teniendo la iniciativa de decir algo que no afecte o critique al emisor haciendo valorar su punto de vista y sin sobre pasar a la otra persona.

FASE O ETAPA	OBJETIVO	ACTIVIDAD	RECURSOS	RESPONSABLE	TIEMPO
Planificación	Estructurar sesiones de trabajo sistematizadas para el mejoramiento de las habilidades sociales.	Realizar un cronograma con los talleres.	Internet Recursos Humanos Recursos económicos	Josué Barrera	1 semana
Logística	Gestionar con las autoridades correspondientes la ejecución de los talleres para mejorar las habilidades sociales.	Bienvenida de las personas oyentes de los talleres. Ubicación en el espacio físico determinado. Diseño de los materiales preparados con tal finalidad.	Espacio físico Recursos Humanos Materiales	Josué Barrera	2 horas
Socialización	Planificar estrategias psicológicas acordes a los talleres de trabajo.	Realizar dinámicas para crear empatía expositor–estudiante.	Recursos Humanos Materiales de oficina	Josué Barrera	1 hora
Ejecución	Aplicar las estrategias correspondientes para mejorar las habilidades y relaciones sociales.	Exposición de las técnicas	Proyector Computador Espacio Físico	Josué Barrera	3 semanas

Taller 1	Desarrollar comunicación interpersonal	Estrategias para expresar y escuchar activamente	Recursos Humanos Bibliográficos Materiales de oficina	Josué Barrera	1 horas
Taller 2	Desarrollar la asertividad Desarrollar habilidades de afrontamiento de problemas interpersonales	Manejo de la conducta pasiva, conducta asertiva, conducta agresiva.	Recursos Humanos Bibliográficos Materiales de oficina		1 horas
Taller 3		Expresar y Recibir emociones.	Recursos Humanos Bibliográficos Materiales de oficina		
Evaluación	Evaluar a los estudiantes al final de los temas tratados en cada sesión programada.	Feedback	Papel Esferos Recursos Humanos	Josué Barrera	40 minutos
Finalización	Verificar el cumplimiento de los objetivos planteados.	Socializar los resultados	Recursos humanos	Josué Barrera	30 minutos

Elaborado por: El Investigador

Fuente: Investigación Bibliográfica

PRIMER TALLER

Tema: Comunicación Interpersonal

TECNICA	FASE	ACTIVIDADES	OBJETIVOS	RECURSOS	DURACIÓN
Instrucción Verbal	INICIAL	-Dinámica telaraña	-Integrar a los estudiantes con el trabajo del expositor.	-Recursos humanos -Herramientas tecnológicas Espacio físico	20 minutos
	MEDIA	-Presentación de los temas a tratar -Blogging	-Fomentar conocimientos de la temática. -Desarrollar una forma de comunicar y estrechar las relaciones entre estudiantes.	-Recursos humanos: expositor, estudiantes. -Computador, proyector.	50 minutos
	FINAL	-Retroalimentación. -Tarea	-Validar conocimientos a través de tarea	-Expositor y estudiantes. -Espacio físico	20 minutos

Fase inicial

La fase se iniciará con una bienvenida y una dinámica permitiendo crear un rapport entre el expositor y los estudiantes, donde se dará comienzo con el primer taller, en este caso se realizará la dinámica llamada la telaraña.

La telaraña (Dinámica)

La telaraña consiste en que los estudiantes se reúnan en un espacio físico con el fin de crear un círculo en el que un estudiante determinado tendrá en sus manos un ovillo de hilo; la primera persona con el ovillo dirá su nombre en voz alta para que el círculo entero lo escuche, seguido de una actividad que le guste hacer en su tiempo libre. A continuación inesperadamente se lanzará el ovillo al azar a otro compañero y repetirá la misma función; de tal manera que el hilo vaya repartiéndose hasta la última persona, formando dicha telaraña. Finalmente la última persona que obtuvo el ovillo devolverá de manera simultánea al penúltimo y este repetirá el nombre del último y así sucesivamente, y así para finalizar el ovillo deberá llegar a la primera persona sin equivocaciones para que no exista una enredadera del hilo. Después de la dinámica realizada el expositor dará una retroalimentación, preguntando a los estudiantes como se sintieron al ser primeros y al ser últimos cogiendo el ovillo.

Fase Media

A continuación en este punto se hará una pequeña introducción de todo aquello que se va a tratar en los distintos talleres, dando a conocer el temario programado mediante diapositivas. (VER ANEXO 1)

Modelamiento

Técnica: Instrucción verbal.

Actividad: “Blogging”

Objetivo: Desarrollar una forma de comunicar y estrechar las relaciones entre estudiantes.

Instrucciones: Para esta actividad cada estudiante se le facilitará un papelote para que escriba con libertad sobre cosas de su interés como su música favorita, películas que le gusta ver, pasatiempos; entre otros. Tendrán un tiempo de 15 minutos para entregar el papelote, pasado el tiempo el expositor entregará a cada estudiante un papelote al azar con el objetivo de que cada una de las personas lea a todo el grupo y así puedan identificar al dueño de ese papelote.

De esta manera los estudiantes crearan una relación con el resto de la clase, ayudando a un intercambio de información que permita el contacto e intercambio de aficiones en común con otras personas, donde esta técnica se incluye las opiniones personales permitiendo que conozcan la forma de ver las cosas, gustos y opiniones.

Modelado

El expositor al finalizar la técnica hará una retroalimentación preguntando a cada estudiante como se sintió al saber las aficiones del otro compañero y si se le hizo fácil iniciar una conversación y cuáles fueron las dificultades para hacer y si fue fácil lograra una conversación que hicieron para que se lo hiciera fácil. Para poder saber la dificultad para realizar iniciar una conversación se hará una escala del 1-10 sabiendo que el 1 es difícil y 10 fácil iniciar la conversación. A partir de estas ideas de cada estudiante se determinara la precisión y la utilidad de sus ideas para iniciar una conversación, mediante la revisión cuidadosa de los datos de la escala se analiza el pensamiento y buscando una respuesta adaptativa, destruyendo el pensamiento negativo utilizando la objetividad y la razón cuestionando la veracidad de los pensamientos mediante preguntas concretas. Sabiendo esto el expositor proporcionará pautas para mejorar la comunicación interpersonal, estas pueden ser; “nunca olvidar el objetivo real mostrándose como alguien sociable”, viendo puntos en común con la otra persona, prepararse el terreno con frases sencillas como “¿hola, que tal tu día?”, “¿hola como estas?”; también hacer comentarios o preguntas relacionadas a la situación o lugar donde se encuentren y así demostrar curiosidad e interese por la conversación. Todas estas pautas facilitaran a las personas a llevar a cabo una conversación interpersonal.

Fase final**Finalización**

El expositor enviará una tarea donde los estudiantes realizaran una pequeña entrevista a una persona desconocida con el objetivo de que mejoren las estrategias para expresar y escuchar activamente.

SEGUNDO TALLER				
Tema: Asertividad				
TECNICA	ACTIVIDADES	OBJETIVOS	RECURSOS	DURACIÓN
Aserción Positiva	-La cebolla	-Potenciar el trabajo en grupo	-Recursos humanos -Herramientas tecnológicas -Espacio físico	20 minutos
	-Presentación de la temática con una breve exposición -Construyendo la aserción positiva.	- Dar a conocer sobre la asertividad - Implantar un mejor manejo de la asertividad.	-Expositor -Estudiantes -Proyecto -Computador	60 minutos
	-Retroalimentación. -Prueba Oral	-Reforzar información con preguntas	-Expositor y estudiantes. -Espacio físico	20 minutos

Fase Inicial

Para iniciar con el segundo taller se realizará una retroalimentación acerca de la tarea enviada buscando experiencias, reacciones personales y sentimiento acerca de la tarea del taller anterior, en donde se analizan los datos recabados en la entrevista, las estrategias para expresar y escuchar activamente.

El segundo taller inicia con la dinámica llamada la cebolla y así entrar a la presentación introductoria sobre la aserción positiva.

Dinámica: La Cebolla

- 1) Se elegirá una persona al azar de entre el grupo que será el granjero mientras el resto de los estudiantes serán la cebolla.
- 2) Los estudiantes que formen la cebolla deben agruparse de forma concéntrica, dando la apariencia de las capas de la cebolla donde el granjero debe intentar separarlos para ir pelando la cebolla.
- 3) Cada vez que un estudiante sea separado del grupo se convertirá en granjero y ayudara a pelar la cebolla.
- 4) Una vez terminado la dinámica debe darse un tiempo a los estudiantes para que expresen que les pareció y como se sintieron mientras la realizaron.
- 5) La dinámica ayudará a la confianza y conexión grupal.

Después de haber acabado la dinámica se realizará una retroalimentación, permitiendo al expositor saber cómo se sintieron al hacer la dinámica sabiendo que el objetivo de la actividad es poder afianzar la relación de la clase.

Fase Media

A continuación se hará una presentación de la temática con una breve exposición mediante diapositivas. (VER ANEXO 1)

Modelamiento

Técnica: Aserción Positiva

Actividad: Construyendo la aserción positiva

Objetivo: Implantar un mejor manejo de la asertividad.

Instrucciones: El expositor dará situaciones cotidianas (VER ANEXO 2) a los estudiantes para que ellos elaboren un guión de respuestas asertivas y agresivas, el expositor facilitará las hojas con los cuadros para plasmar los guiones de respuestas (VER ANEXO 3). Después de haber completado los guiones de respuestas el

expositor elegirá al azar 5 estudiantes para que compartan su actividad y así poder identificar las reacciones antes las situaciones.

Gracias a esta técnica se ganará conocimientos acerca de cómo reaccionar ante una situación difícil, donde se tendrá pautas para saber responder asertivamente y disminuir las reacciones agresivas.

Modelado

A partir de esta actividad se logrará identificar la distorsión cognitiva, por medio de las respuestas emitidas en las hojas de las actividades, de este modo se construirá una alternativa racional lógica, tratando de cambiar el esquema mental, cuestionando la interpretación de la persona para que reaccione de una manera asertiva. Por medio de la actividad se construirá sentimientos y pensamientos de una forma adecuada, sin sentir culpa y dando respeto a los demás. A partir de esto el expositor dará pautas para una aserción positiva con frases como; “estos son mis sentimientos sobre este tema”, “esto es lo que yo pienso”, “estos son mis derechos”.

Fase final

Finalización

En base a la presentación se realizará unas preguntas para analizar el tema con los estudiantes, formando un círculo en el aula y así saber el punto de vista de cada persona (VER ANEXO 4).

TERCER TALLER

Tema: Habilidades de afrontamiento de problemas interpersonales.

TECNICA	FASE	ACTIVIDADES	OBJETIVOS	RECURSOS	DURACIÓN
Práctica	INICIAL	-Dinámica adivina la palabra	-Utilizar comunicación no verbal.	-Recursos humanos -Herramientas tecnológicas Espacio físico	20 minutos
	MEDIA	- Presentación de la temática -Control de impulsos	-Fomentar conocimientos de la temática. -Solucionar problemas interpersonales.	-Recursos humanos: expositor, estudiantes. -Computador, proyector.	50 minutos
	FINAL	-Cierre de talleres.	-Promover la unidad de grupo	-Expositor y estudiantes. -Espacio físico	20 minutos

Fase Inicial

Para iniciar con el último taller el expositor dará unas breves palabras enfatizando lo importante de las habilidades sociales en la vida cotidiana y un agradecimiento por el apoyo y la colaboración durante la jornada de los talleres, después se comenzará con la dinámica.

Dinámica: “Adivina la palabra”

Objetivo: Utilizar comunicación no verbal.

Instrucciones: Se formaran grupos de 5 personas máximo, el expositor dará las siguientes instrucciones después de haber creado los grupos donde se descargará la aplicación “adivina la palabra” en un celular; se elige un representante él deberá colocarse el celular en la frente para que no tenga visibilidad de las palabras que adivinara siendo que el resto del grupo le comunicará por medio de mímicas solamente, el equipo con mayor palabras acertadas ganará la dinámica.

Fase Media

El expositor comenzará con el tema propuesto explicando por medio de diapositivas (VER ANEXO 1).

Modelamiento

Técnica: Práctica

Actividad: Control de impulsos

Objetivo: Solucionar problemas interpersonales

Instrucciones: Para poder controlar los impulsos el expositor dará por medio de un cartel pautas para identificar y definir el problema con las siguientes interrogantes: ¿Cuál es el problema?; ¿Qué ocurrió? motivos; ¿Qué piensa cada uno?; ¿Qué siente cada uno? emociones, estado de ánimo; definir objetivos: lo que se quiere conseguir ante la situación conflictiva. A partir de esto el expositor ayudará a buscar posibles alternativas, así mismo posibles consecuencias sean estas positivas o negativas y a partir de esto seleccionar la mejor solución la cual sea justa para las personas implicadas, razonable, que resuelva definitivamente el conflicto y que beneficie a todos.

Modelado

Para ello el expositor integrará de dos personas para que realicen un rol-playing con situaciones que el expositor mismo les dará a cada pareja, con la finalidad que los estudiantes pongan en práctica lo enseñado. Después de la dramatización se realizará una retroalimentación donde el expositor dará información de lo que han hecho bien en la dramatización, dando refuerzos positivos diciendo algo agradable al estudiante y centrarse el expositor en los que haya hecho bien. Con esto se podrá manejar de mejor manera los conflictos, para de esta manera poder crear tolerancia, respeto, saber escuchar y así reaccionar de manera constructiva; buscando una mejor relación con el prójimo rompiendo con la reacción negativa.

Fase Final

Para dar por culminado con los talleres se realizará un ritual en el cual los estudiantes con las mismas parejas en dos columnas viéndose frente a frente y se dirán elogios destacando sus cualidades y aspectos positivos durante los talleres promoviendo la unidad del grupo y la mejor relación entre los estudiantes.

BIBLIOGRAFÍA

- Aguilar Reynoso , P. C. (2016). *Rasgos De Personalidad En Adolescentes Huerfanos* . México, Quetzaltenango.
- Gifre Monreal, M., & Guitart, M. E. (2012). *Consideraciones Educativas De La Perspectiva Ecologica De Urie Bronfenbrenner*. España,Girona .
- Arango Ramírez, A. J. (2015). *Rasgos De Personalidad Según Orden De Nacimiento*. México,Quetzal Tenango .
- Association, A. P. (2014). *DSM 5*.
- Calcedo Giraldo., J. G. (2016). *Prevención en Trastornos de la Conducta Alimentaria en estudiantes de Educación Secundaria en Cantabria*. España,Santander.
- Camarillo Gutiérrez , L. (2015). *Rasgos De Personalidad En Trastornos De La Conducta*. Universidad Complutense De Madrid, Facultad De Filosofia. España,Madrid.
- Campaña Mero, A. (2017). *La inteligencia y su Influencia en las Habilidades Sociales en los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Hermano Miguel*. Ecuador, Latacunga .
- Casas, M. V. (2013). *Imagen Corporal: Programa Preventivo Sobre Los Trastornos De Conducta Alimentaria* .
- Corchado Castillo, A. (2012). *Conductas De Riesgo En La Adolescencia*. Madrid.
- Díaz Rodríguez, C. L., & González Ramírez, M. T. (2014). *Conductas Problema En Adolescentes En La Ciudad De Monterrey, Mexico*. Monterrey.
- Dongil Collado, E., & Cano Vindel , A. (2014). *Habilidades Sociales* . España: Seas.
- González Pita, M. (2017). *Anorexia Bulimia: Personalidad Y trastornos De La Conducta Alimentaria* . San Cristobal De La Laguna .
- Gutierrez, J. M. (2012). “*Trastornos Y Desordenes De Alimentacion (Anorexia Y Bulimia) En La Juventud Valduparense, Analizado Desde Los Jovenes De Los Grados 10° Y 11° Del Colegio Alfonso Lopez Pumarejo Y Gimnasio Del Norte*”. Valledupar.
- Gutiérrez, L. C. (2015). *Rasgos De Personalidad En Trastornos De La Conducta Alimentaria, Evolucion Y Gravedad De Los Sintomas* . Madrid.
- Labrador Encinas, F. (2008). *Tecnicas De Modificacion De Conductas* . Madrid: Ediciones Pramide.

- Luciano Soriano, C., & Sonsoles Valdivi, M. (2012). *La Terapia De Aceptación Y Compromiso (Act)*. Almería.
- Martínez. (2013). Estudio Epidemiológico De Los Trastornos Alimentarios Y Factores Asociados En Lima Metropolitana.
- Mejía Gutierrez , J. (2012). *Trastornos Y Desordenes De Alimentacion (Anorexia Y Bulimia) En La Juventud Valduparense, Analizado Desde Los Jovenes De Los Grados 10° Y 11° Del Colegio Alfonso Lopez Pumarejo Y Gimnasio Del Norte* . Valledupar.
- Miñano Pérez, P. (2013). *Predicción Del Rendimiento Académico Desde Las Variables Cognitivo Motivacionales De Un Modelo De Expectativa-Valor*. Alicante .
- Miranda Común, L. M. (2016). *Prevalencia De Riesgo De Trastornos De Conducta Alimentaria En Estudiantes Preuniversitarios De La Academia Aduni-Cesar Vallejo En Enero Del 2016*. Lima.
- Rivera , M. (2013). *Desarrollando Habilidades Sociales En Los Niños Y Niñas A Traves Del Juego*. Mexico.
- Romero Garcia , O. (2014). *Motivación Intrínseca, Motivación De Logro Y Valor Incentivo De Los Estudios Superiores*. Mérida.
- Sandoval, R. (2017). *Estudio Del Consumo De Alcohol Y Su Influencia En Lamemoria De Los Estudiantes De Primero Y Segundosemestre De La Carrera De Ciencias Psicologicas De Launiversidad Tecnológica Indoamérica*. Ambato.
- Saravia Mata, M. I. (2013). *Rasgos De Personalidad En Adolescentes Entre 14-18 Años, Agresoras De Bullying, Estudiantes De 4to. Bachillerato, De Un Colegio Privado De Guatemala*. Guatemala .
- Suárez Riquelme , C. (2012). *Entre Ciencia Y Experiencia: Un Estudio Cualitativo Del Consumo De Alcohol En Adolescentes* .
- Torres Gualoto , K. M. (2016). *Aprendizaje Social O Condicionamiento Por Modelosen El Desarrollo Conductual De La Personalidad En Los Niños De Cinco Años*. Machala.
- Unikel Santoncini, C. (2017). *Conduas Alimentarias De Riesgo Y Factores De Riesgo Asociados: Desarrollo Y Validación De Instrumentos De Medición*. Mexico : Casa Abierta Al Tiempo.
- Villamarin Rivera , O. W. (2017). *Rasgos De Personalidad Y Su Influencia En Lasatisfacción Del Cliente Interno En Los Trabajadores De La Empresa Ecuapollo De La Ciudad De Salcedo*. Universidad Tecnologica Indoamerica, Ambato.

Viteri. (2016). *Rasgos De Personalidad Y Estrategias De Afrontamiento En Los Adolescentes Estudiantes Del Bachillerato General Unificado De La Unidad Educativa Particular Bautista De La Ciudad De Ambato*. Ecuador, Ambato.

ANEXOS

Anexo 1

Diapositivas “Habilidades Sociales”

Anexo 2

Situaciones	
Situación 1	Al pagar la cuenta en un restaurante le dan el cambio mal menos 3 dólares.
Situación 2	Paga por que laven su auto y no lo lavan como Ud. dejo explicando.
Situación 3	Está en el cine y comienzan a patear la parte trasera de su asiento en plena película.
Situación 4	Un amigo le pide prestado dinero y ya pasan varios meses y aun no le cancelan la deuda.

Anexo 3

	Respuesta Asertiva	Respuesta Agresiva
Situación 1		
Situación 2		
Situación 3		
Situación 4		

Anexo 4

Preguntas

¿De qué manera ayudara el ser asertivo en situaciones difíciles?

¿Con estas pautas para ser asertivo se le hace más fácil evitar reacciones agresivas?

¿Cómo se sitio al usar esta técnica de aserción positiva?

