



UNIVERSIDAD ESPECIALIZADA DE LAS AMÉRICAS

Decanato de Postgrado

**Trabajo de Grado para optar por el título de Magíster en Psicología Clínica
y Psicoterapia Integrativa**

TESIS

Talleres psicoeducativos como herramienta de abordaje clínico para
la adaptación de un grupo de adolescentes

Presentado por:

González, M. Marianela Del C. cédula 9-745-2153

Asesora:

Dra. Lourdes Goicoechea

Panamá, 2025

DEDICATORIA

Dedico este trabajo a la educadora Donata De Gracia, quien en el año 2013 me habló por primera vez sobre la institución UDELAS y su programa de Licenciatura en Psicología. Ella fue una fuente constante de inspiración y apoyo durante mi formación cuando era niña, luego al ser adolescente e incluso en mis primeros años de adultez. Su orientación y consejos han sido fundamentales para mi desarrollo como profesional.

Q.D.E.P.

González, M. Marianela Del C.

AGRADECIMIENTO

Agradezco profundamente a los adolescentes que participaron en los talleres psicoeducativos, por su valiosa colaboración y disposición para aprender y crecer. También quiero expresar mi gratitud a los acudientes por confiar en mí y permitir que sus hijos formaran parte de este estudio. Mi reconocimiento a la Parroquia San Juan Evangelista y su párroco, el sacerdote Abdiel González, por abrirnos las puertas y permitirnos desarrollar los talleres en su institución, lo cual fue de gran utilidad para la comunidad. De igual manera, agradezco a mis profesores de carrera por su dedicación y enseñanzas, que han sido fundamentales para mi formación profesional. Un agradecimiento especial a mi asesora, la Dra. Lourdes Goicoechea, por su supervisión y orientación durante este proceso académico. Finalmente, quiero agradecer a mi familia y seres queridos por su constante apoyo y motivación a lo largo de esta travesía. Su respaldo ha sido esencial para la realización y culminación de este estudio.

González, M. Marianela Del C.

RESUMEN

Esta investigación se centra en describir la inadaptación global en un grupo de 12 adolescentes, de ambos sexos y edades comprendidas entre los 13 y 17 años; utilizando un enfoque de tipo cuantitativo y de diseño experimental. Se aplicó un pretest, seguido de talleres psicoeducativos como intervención de abordaje clínico, y finalmente un postest. Se empleó estadística descriptiva y analítica, presentando los resultados mediante cuadros, tablas y gráficas.

Se muestra una reducción significativa en los puntajes de inadaptación general después de los talleres psicoeducativos, indicando así su efectividad para abordar las dificultades de adaptación en los adolescentes. Logrando observar también mejoras en las áreas de inadaptación personal, escolar y social.

Este estudio contribuye a comprender la eficacia de los Talleres Psicoeducativos en el tratamiento de la inadaptación en adolescentes; proporcionando información valiosa para el diseño de programas de intervención, dirigidos a mejorar el bienestar y la adaptación en esta población.

Palabras Clave: adaptación, adolescentes, psicoeducación, talleres, Veraguas.

ABSTRACT

This research focuses on describing global maladjustment in a group of 12 adolescents, both male and female, aged between 13 and 17 years. It employs a quantitative approach with an experimental design. A pretest was administered, followed by psychoeducational workshops as a clinical intervention, and finally a posttest. Descriptive and analytical statistics were utilized, presenting results through charts, tables, and graphs.

A significant reduction in general maladjustment scores was observed after the psychoeducational workshops, indicating their effectiveness in addressing adaptation difficulties among adolescents. Improvements were also observed in personal, school, and social maladjustment areas.

This study contributes to understanding the effectiveness of psychoeducational workshops in treating maladjustment in adolescents, providing valuable information for designing intervention programs aimed at improving well-being and adaptation within this population. The study underscores the importance of targeted interventions for facilitating better adjustment and adaptation for adolescents, ensuring they receive adequate support for their developmental needs.

Keywords: adaptation, adolescents, psychoeducation, Veraguas, workshops.

CONTENIDO GENERAL

	Página
INTRODUCCIÓN	
CAPÍTULO I: ASPECTOS GENERALES DE LA INVESTIGACIÓN	11
1.1 Planteamiento del problema.....	11
1.1.1 El problema de investigación	21
1.2 Justificación.....	21
1.3 Hipótesis	34
1.4 Objetivos.....	34
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	36
2.1 Psicoeducación	36
2.1.1. Talleres Psicoeducativos para abordar la adaptación en adolescentes.	39
2.2 Adaptación	42
2.2.1. Adaptación personal	44
2.2.2. Adaptación escolar.....	46
2.2.3. Adaptación social	49
2.3 Adolescencia	52
2.3.1. Adolescencia, riesgos y los desafíos en salud mental	54
CAPÍTULO III: MARCO METODOLÓGICO	59
3.1. Diseño de investigación y tipo de estudio	59
3.2 Población o universo	59
3.3 Variables	61
3.4 Instrumentos, técnicas de recolección de datos y/o materiales.....	63

3.5 Procedimiento	65
CAPÍTULO IV: PROPUESTA DE INTERVENCIÓN	69
CAPÍTULO V: ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS	76
CONCLUSIONES.....	84
LIMITACIONES Y RECOMENDACIONES DE LA INVESTIGACIÓN.....	85
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS E INFOGRAFÍA.....	86
ANEXOS	95
ÍNDICE DE CUADROS	108
ÍNDICE DE FIGURAS	109
ÍNDICE DE TABLAS.....	110
ÍNDICE DE GRÁFICAS.....	111

INTRODUCCIÓN

De acuerdo con la Real Academia Española, se define el verbo adaptar como “dicho de un ser vivo: acomodarse a las condiciones de su entorno” Asociación de Academias de la Lengua Española (ASALE, 2023).

Desde una perspectiva psicológica, se entiende la adaptabilidad como aquella capacidad de responder adecuadamente a las exigencias del entorno, regulando el comportamiento para lograr la homeostasis (Mamani, 2017).

En el capítulo I se muestran los aspectos generales de la investigación, desde el planteamiento del problema, incluyendo el problema de investigación, hasta la justificación, hipótesis y los objetivos general y específicos que guiaron la presente investigación.

Luego, en el capítulo II se desarrolla el marco teórico, compuesto por conceptos claves y la base de la temática, que es punta de lanza del trabajo investigativo, como: la psicoeducación, talleres psicoeducativos, adaptación y adolescencia.

En el capítulo III se despliega el marco metodológico, el cual contiene el diseño y tipo de estudio, la población con la cual se trabajó la investigación, las variables tanto dependientes como independientes, los instrumentos y técnicas de recolección de datos y el procedimiento general.

Seguidamente, en el capítulo IV se presenta la propuesta de intervención, la cual describe los talleres psicoeducativos como herramienta de abordaje clínico para la adaptación en adolescentes.

Posteriormente, en el capítulo V se exhibe el análisis y discusión de los resultados, en donde por medio de cuadros y gráficas se concisa la información obtenida de la investigación para la posterior determinación de las conclusiones, limitaciones y/o recomendaciones. Finalmente se muestran las referencias bibliográficas, anexos e índices respectivos.

CAPÍTULO I

CAPÍTULO I: ASPECTOS GENERALES DE LA INVESTIGACIÓN

1.1 Planteamiento del problema

El desarrollo de una persona desde la niñez avanza a un ritmo tan vertiginoso y sorprendente que atraviesa múltiples etapas sin una naturaleza estable. Esto culmina en la adolescencia, una fase marcada por intensos cambios en los aspectos biológicos, psicológicos y sociales (Cordovi et al., 2024).

La adolescencia es un proceso que incita y estimula al individuo a alcanzar importantes hitos psicológicos; es decir, lo empuja a lograr avances cruciales en su desarrollo personal, los cuales están íntimamente ligados a los cambios fisiológicos que experimenta en esta etapa de su vida. Además, el adolescente enfrenta nuevas y complejas tareas, como adaptarse a un nuevo cuerpo, definir su autoconcepto, superar procesos de duelo, y asumir un rol más adulto, entre otras (Bouhid, 2020).

Es una etapa muy curiosa la adolescencia; llena de cambios no solo físicos, sino también, emocionales. Suele ser una constante búsqueda de los cimientos que formarán al adolescente en adulto. Así también, comienzan a aparecer las primeras impresiones respecto a quién se es y cómo se es visto el sujeto en el mundo en el que habita y se desarrolla (Reyes, 2021). En ese mismo sentido, cualquier momento de transición y cambio en la vida brinda oportunidades para el crecimiento personal, pero también conlleva ciertos riesgos.

La adolescencia, en particular, no es ajena a esta realidad; más bien, se destaca como una etapa crucial que ofrece múltiples oportunidades de desarrollo. Estas oportunidades no se limitan únicamente a las dimensiones físicas, sino que se extienden también al fortalecimiento de las competencias cognitivas y sociales, al

desarrollo de la autonomía y la autoestima, y a la capacidad de formar relaciones íntimas y significativas.

En esta etapa, los adolescentes se enfrentan a desafíos que pueden catalizar su crecimiento integral, preparándolos para la vida adulta (Papalia & Martorell, 2017).

En efecto, así lo afirman autores al señalar que la etapa adolescente se caracteriza por ser un momento evolutivo clave en la formación de la identidad y por ser también un momento de crisis fundamental en la evolución y el crecimiento. Desde esta perspectiva, es muy notoria una mayor vulnerabilidad psíquica en dicha etapa (Fandiño & Rodríguez, 2021).

Al mismo tiempo, estos y otros autores destacan que la adolescencia no es, en cualquier caso, un proceso determinado únicamente de forma intrapsíquica, (de dentro afuera), sino, más bien, se concibe como un proceso social determinado por los avatares relacionales del sujeto con cuatro sistemas: el familiar, el escolar, el de los iguales y el macrosistema social Ortega 2011, citado por (Fandiño & Rodríguez, 2021).

Asimismo, el informe de la CEPAL en 2020 sobre infancia y adolescencia en la era digital relaciona el aspecto del autoconocimiento y la formación de la identidad del adolescente, evidenciando el crecimiento exponencial y la gran importancia que ha adquirido el uso de las redes sociales en los adolescentes.

Ello refleja el lugar que ha ocupado el ámbito virtual en los procesos de construcción de la identidad tan relevantes para esta etapa de la vida, así como en las interacciones y relaciones con los demás, los que se refuerzan a través de los tipos de comunicación alternativos que van más allá del ámbito presencial (Trucco & Palma, 2020).

También, suele ser socialmente evidenciado cómo el adolescente presenta comportamientos desafiantes respecto a las normas sociales, manifestando roles decisivos para conformar su propia identidad. Así indican los autores que en el periodo de la adolescencia la formación de grupos permite las relaciones sociales mediante la producción de ideas, los diversos puntos de vista, el enamoramiento y el desarrollo de la amistad Garaigordobil, 2008 citado por (Ramírez-Corone et al., 2020).

Un estudio realizado en España por González, Souto y Fernández, en el cual participaron 1071 adolescentes escolarizados, relacionó niveles altos de inteligencia emocional y conductas sociales positivas y adaptativas, las cuales constituyen habilidades necesarias para el buen funcionamiento del ser humano (Parreño & Martínez, 2023).

En consecuencia, estos autores también afirman que cobra mucho sentido cuando el sujeto opera sus emociones y funda conexiones interpersonales funcionales. A su vez comparten que la adaptación conductual se puede entender como el proceso innato al sujeto, por medio del cual acciona frente a demandas del ambiente o como un proceso de balance que sirve para afrontar los cambios en la adolescencia.

El bienestar psicológico está profundamente relacionado con la idea de florecimiento humano, entendida no solo como la ausencia de problemas mentales, sino como la presencia de elementos positivos que promueven el crecimiento integral de la persona. Autores explican que este bienestar se construye a través de un proceso consciente en el que la persona, mediante resiliencia y adaptación, enfrenta las adversidades sin perder el propósito ni el disfrute de la vida. En este contexto, una vida plena no se define solo por la capacidad de superar retos, sino también por la habilidad de evolucionar y prosperar a partir de ellos, expresando así un proceso natural de florecimiento y

desarrollo personal que descansa en la flexibilidad y la adaptación Cabrera, 2023 citado por (Sánchez-Valtierra, Barajas-flores, Garzón-Moreno & Palacios-Siancas, 2024).

La salud mental, siendo una base esencial e inseparable del bienestar general, impacta profundamente en la calidad de vida y en la capacidad de manejar los desafíos diarios. Cultivar pensamientos positivos y actuar de forma constructiva no solo contribuye a la autoaceptación, sino que también fortalece la habilidad para enfrentar distintas situaciones con una actitud resiliente y optimista. Esto no implica que se eliminen las dificultades, sino que la forma en que cada persona decide abordarlas marca una diferencia fundamental. Acoger una mentalidad adaptativa permite no solo hacer frente a los obstáculos, sino también aprender y desarrollarse a partir de ellos, promoviendo un equilibrio emocional y un crecimiento saludable Maitta, Párraga y Escobar, 2018 citado por (González & Pineda, 2023).

La adaptación consta de un doble proceso: el primero, que es el ajuste de la conducta del individuo a sus propios deseos, preferencias y necesidades; y el segundo, que es el ajuste de tal conducta a las circunstancias del entorno en el que se desenvuelve. Es decir, a las normas, deseos, gustos, preferencias y necesidades de las personas con quienes interactúa habitualmente García y Magaz, 1998 citado por (Cruz, 2023).

Otros autores definen la adaptación personal como aquel ajuste o acomodo con uno mismo, que evidencia nuestros pensamientos, emociones o acciones. Este equilibrio es dinámico y conlleva una continua revisión y/o reajuste (López, 2013).

Ciertamente, el sujeto acomoda sus condiciones internas a su realidad social, estableciendo cuatro etapas concretamente definidas. Se inicia con la primera denominada negación, en la que todo cambio produce ansiedad y en donde el

individuo decide mantenerse en el pasado; se sigue con la segunda, conocida como defensa, en donde se ven inmersas aquellas tradiciones y costumbres para separarse de la realidad, y con las cuales se experimenta la ira o apatía (Parreño & Martínez, 2023).

Continúan destacando estos autores que, a pesar de ello, en esta etapa existe una apreciación tanto de ventajas como de desventajas sobre el cambio. Luego de estas etapas, corresponde la tercera: aceptación, en donde el cambio en cuestión es percibido como una oportunidad de encontrarse con soluciones y desarrollo de capacidades y habilidades. Por último, se describe la etapa de la adaptación, en donde el individuo, ya habiendo evaluado los pros y el bienestar personal relacionado al cambio, construye una idea nueva de lo que concibe como su vida; aceptando entonces la transformación.

El éxito de la adaptación integra elementos tales como las habilidades, las actitudes y las circunstancias físicas que posee el sujeto para conducirse de acuerdo con lo que su ambiente le exige. Cabe marcar que, los eventos que demandan adaptación de una persona varían con relación al lugar y cultura particular donde reside el mismo (Ramírez, 2022).

Para Coletti, la adaptación contribuye a la construcción de una buena convivencia, en donde adolescentes y jóvenes aprenden a vivir con otros en un marco de respeto y de solidaridad, pudiendo así enfrentar de mejor manera los desafíos que se le puedan llegar a presentar en diferentes situaciones, tanto en el interior del hogar, como en las escuelas y el entorno que lo rodea (Coletti, 2017).

En cuanto a la inadaptación social, Hernández-Guanir la significa como el grado de incapacidad o de problemas que supone la relación social. A su vez, expone que la misma engloba dos grandes factores: factor de auto desajuste social, entendiéndose como la falta de control social o de respeto a los demás y las

normas; y factor de restricción social, definiéndose como la reducción de la relación social, actitudes de recelo o desconfianza social (Hernández-Guanir, 2015).

Las conductas de inadaptación social se evidencian a través de actos como agresiones, impulsividad, abusos, sentimientos de culpa y frustración, entre otros. Estas conductas surgen de la interacción entre estímulos, antecedentes y respuestas. La dificultad de una persona para adaptarse a una situación específica generalmente se origina en un conflicto entre el individuo y su entorno social, ya que estas dificultades suelen estar vinculadas a situaciones que conducen a un estado de marginalidad (Haro & Quilumba, 2024).

También se puede afirmar que la búsqueda del desarrollo a nivel personal que define al adolescente puede involucrar comportamientos inadaptativos y la vulnerabilidad a conductas de riesgo, fundamentalmente en las iniciaciones de la adolescencia (Van, Hawk, Branje, Koot & Meeus, 2016) citado por (Del Águila, 2018).

A modo de ejemplo, autores corroboran que el déficit en habilidades sociales durante esta etapa tan crítica que es la adolescencia infortunadamente representa o trae como consecuencia no solo la parte inadaptativa en el sujeto, sino también, aquellas conductas disruptivas que pueden afectar incluso su aprendizaje Santana, Garcés, y Feliciano, 2018 citado por (González & Molero, 2021).

Así pues, estos autores también destacan que podemos suponer y apreciar el saber actuar de forma adaptativa y ser socialmente funcional como un gran factor protector en la vida del adolescente, ya que a partir del fomento de estas aptitudes se podrían mejorar aspectos como: los niveles de autoeficacia y autoestima, estableciendo así interacciones sociales de calidad.

Se ha de reconocer que los adolescentes en algunas ocasiones se encuentran inmersos en contextos desfavorables, en donde estos ambientes presentan carencias en estrategias socioemocionales, lo cual según autores se podría relacionar con una baja asertividad, la inadaptación social, ciertas conductas agresivas y con el consumo de sustancias psicoactivas Tacca, Cuarez, y Quispe, 2020 citado por (González & Molero, 2021).

Para (Jiménez, 2024):

“En un último orden de cosas, creo que la educación digital de los y las adolescentes es fundamental para su salud mental y correcto desarrollo personal. La etiqueta de nativos digitales que se les impone a las nuevas generaciones se suele malinterpretar: que hayan nacido con conexión a internet no les asegura tener las herramientas para navegar por él de forma segura” (p.8).

Con relación a lo expuesto anteriormente, otros autores comparten que las manifestaciones de inadaptación psicosocial suelen tener su origen en la infancia y/o en la adolescencia; causando entonces consecuencias para la convivencia Kazdin y Buena-Casal, 1994 citado por (Caballero, 2015).

A su vez, el problema de la inadaptación psicosocial es muy complejo y se pone de manifiesto desde muy distintos ámbitos; lo que lleva a considerar una posible naturaleza multicausal.

Para (Parreño & Martínez, 2023):

“El estudio y comprensión de la Inteligencia Emocional (IE) y la Adaptación Conductual (AC) en la última década ha cobrado mayor notoriedad, especialmente en edades tempranas, donde el desarrollo de capacidades y aptitudes se vuelve primordial para las siguientes etapas de la vida” (p.126).

Actualmente, existen más adolescentes que nunca en el mundo: 1,200 millones, cifra que representa una sexta parte de la población mundial. Se prevé que este número aumente hasta el año 2050, particularmente en los países de ingresos bajos y medianos, donde viven cerca del 90% de los que tienen entre 10 y 19 años Organización Mundial de la Salud (OMS, 2023).

En términos generales, nuestra región ha logrado importantes avances en la mejora de la salud de las mujeres, los niños y los adolescentes en los últimos años. Sin embargo, la desigualdad prevalece pues subsisten grandes diferencias entre los países y dentro de ellos.

Los trastornos mentales suelen aparecer junto con otras condiciones de salud, ya que, en el 80% de los casos, la presencia de un trastorno mental está acompañada de alguna complicación adicional. En este sentido, se ha observado que las personas con déficit de atención pueden presentar también trastornos del estado de ánimo, de la conducta o una tendencia al abuso de sustancias. Este contexto resalta la necesidad de que el tratamiento de las enfermedades mentales sea integral y multidisciplinario, y no se limite solo a una visión clínica Ortiz, 2016; Yáñez, 2016 citado por (Romero, 2024).

La mortalidad entre adolescentes, mayormente atribuida a causas evitables, se ha mantenido sin cambios o ha aumentado, lo que indica que las muertes por accidentes, violencia o enfermedades prevenibles no están disminuyendo como se esperaba. Además, la tasa de embarazo en adolescentes sigue siendo inaceptablemente alta, lo que refleja un problema persistente en la salud y el desarrollo juvenil Organización Panamericana de la Salud (OPS, 2022).

La prevalencia y atención de la salud mental en el país están influenciadas por diversos factores, como la desigualdad socioeconómica, la violencia, las restricciones en el acceso a servicios de salud mental y el estigma asociado a los

trastornos mentales y de salud Guendulain et al., 2022; Ponte-González et al., 2023 citado por (Romero, 2024).

Igualmente, se estima que cada año mueren 1,1 millones de adolescentes. Las principales causas son las lesiones por accidentes de tránsito, el suicidio y la violencia interpersonal. Millones de adolescentes también padecen enfermedades y traumatismos. Las causas de mortalidad y morbilidad en los adolescentes difieren según el sexo y la edad, y también por región geográfica.

Es motivo de gran preocupación que, para los adolescentes entre los 15 y 19 años, los riesgos están relacionados más a menudo con comportamientos como el consumo de bebidas alcohólicas y las relaciones sexuales sin protección (OMS, 2023).

El fenómeno del consumo del alcohol se relaciona con múltiples consecuencias negativas que pueden impactar tanto el presente como el futuro del joven. Entre estos efectos se encuentran el deterioro en el desarrollo cerebral, un rendimiento académico reducido, y una mayor probabilidad de involucrarse en prácticas sexuales riesgosas o conductas delictivas. Además, tienen un mayor riesgo de sufrir lesiones, verse involucrados en accidentes, e incluso enfrentarse a problemas como el suicidio. Estos patrones de consumo también pueden predisponerlos a trastornos relacionados con el abuso de alcohol en la adultez, afectando su bienestar a largo plazo (Briones & Molina, 2024).

Para enfrentar estas problemáticas y fomentar un desarrollo saludable, es fundamental que los adolescentes cuenten con información y educación integral. Igualmente, es importante que tengan acceso a servicios de salud eficaces, equitativos y adecuados, y que se promueva la creación de entornos seguros que los respalden. Además, ofrecerles oportunidades para participar en la planificación y ejecución de iniciativas de salud les permite no solo aprender habilidades para

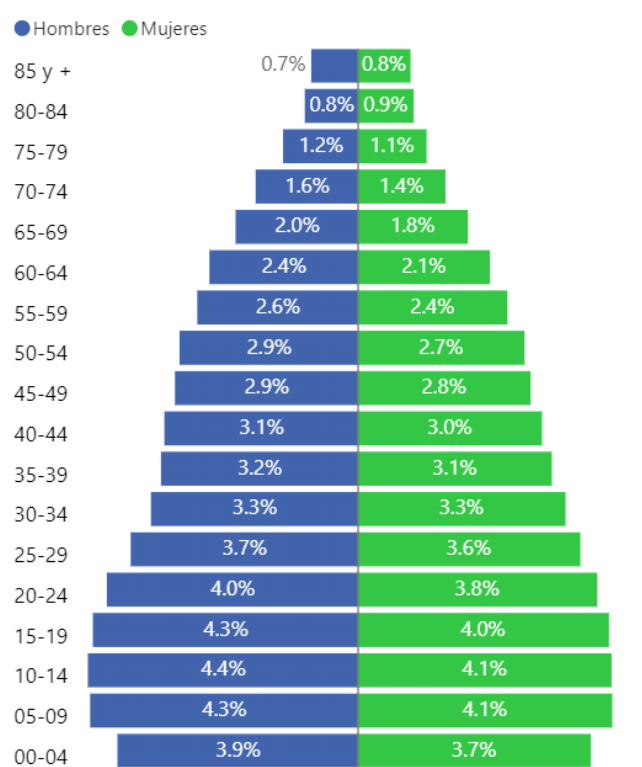
la vida, sino también involucrarse positivamente en su propio bienestar (Sánchez, 2024).

No obstante, en Panamá, los adolescentes enfrentan desafíos adicionales que dificultan su desarrollo, relacionados con la pobreza, la violencia, la discriminación, la educación y el acceso a la salud.

Estas problemáticas, agravadas por la emergencia sanitaria global de 2020, afectan directamente su calidad de vida y bienestar (Testa, 2022).

Testa también indica que en este grupo de la población panameña que suma aproximadamente 1.3 millones de personas y que ansían convertirse en grandes profesionales, como por ejemplo maestros, médicos, músicos o pilotos, se encuentran grandes retos para lograrlo, lo cual es sumamente crítico y lamentable.

Gráfica 1. Pirámide de población.



La Gráfica 1 ha sido extraída por el investigador desde el sitio web oficial del Instituto Nacional de Estadística y Censo (INEC) de Panamá, para mostrar data correspondiente a la división poblacional actual por rango de edad en la provincia de Veraguas.

De forma más contextualizada, según datos del Instituto Nacional de Estadística y Censo, gracias al XII Censo de población y VIII de vivienda, se sabe que se empadronaron a 4,064,780 personas. De esa cifra total, 259,791 residen en Veraguas y aproximadamente el 16.8% son adolescentes con edades entre los 10 y 19 años (INEC, 2023).

Quiere decir que existen aproximadamente 43,644 adolescentes residentes en Veraguas que se encuentran navegando en la etapa temprana, media y tardía de lo que conocemos como adolescencia, lo cual representa una cifra importante a considerar.

1.1.1 El problema de investigación

De acuerdo con lo anterior expuesto sobre la población adolescente y cómo este subgrupo poblacional podría verse vulnerable a nivel adaptativo en diversos contextos como el personal, escolar y social, el problema de investigación busca responder la siguiente pregunta:

¿Cuál será el impacto de los talleres psicoeducativos al abordar la inadaptación de un grupo de adolescentes?

1.2 Justificación

La presente investigación toma en cuenta que los adolescentes siempre han jugado, juegan y seguirán jugando un papel crucial en la sociedad. Estos suelen

ser considerados o percibidos frecuentemente como un subconjunto saludable de la población, lleno de energía y vigor, lo cual, en realidad, más allá de lo que se quisiera reconocer y aceptar, estas afirmaciones suelen ser fantasiosas o incluso ir en contra de la realidad, ya que no se le da al adolescente la prioridad que merece a las necesidades que le aquejan.

El fortalecimiento del desarrollo saludable del adolescente le permite pasar a la vida de adulto con mayores herramientas para ser funcional en el lugar donde se encuentre, ya sea su núcleo familiar o extendido, ambientes comunitarios o regiones geográficas particulares. A pesar de ello, es bien sabido que la transición entre la adolescencia y adultez no se da de una forma tan hermosa y/o adecuada con la que se suele promocionar y recomendar.

Muy por el contrario, al joven le ocurre tal cual narra la historia de la langosta, en donde se puede ver en paralelo los cambios que experimenta este animal y los cambios y experiencias del adolescente promedio. ¿Qué pasa cuando la langosta madura y necesita un cambio de caparazón? Las langostas inician un proceso para cambiarlo. Su proceso de muda es uno de los fenómenos más asombrosos del reino animal.

Cuando una langosta siente que ha crecido lo suficiente y su caparazón actual se ha vuelto demasiado restrictivo, inicia el proceso de preparación para la muda. Algunos lo llaman “etapa de langosta” (Rodríguez Molinero, 2023).

Este fascinante proceso comienza con la absorción de agua, lo que provoca que la langosta se hinche y se separe ligeramente de su caparazón. Una vez que está lista para mudar, la langosta encuentra un lugar seguro y se estira vigorosamente para separar su cuerpo del caparazón.

Figura 1. Muda de la langosta.



Fuente: Google, 2024.

La figura 1, muestra el cambio de muda de una langosta en el Acuario Municipal de Santa Pola, España. Las langostas realizan la muda de su exoesqueleto aproximadamente una vez al año, dependiendo de su edad y alimentación. Este proceso es fundamental para su crecimiento (Antón, 2016).

Lo sorprendente es que, durante dicha muda, la langosta no solo se despoja de su caparazón externo, sino que también pierde sus antenas, patas y otros apéndices. Inicialmente, su cuerpo es blando y vulnerable, lo que la deja expuesta a depredadores y a riesgos ambientales.

Sin embargo, en poco tiempo, su nuevo caparazón comienza a endurecerse, proporcionándole la protección necesaria. Durante este período de vulnerabilidad, la langosta se retira a lugares seguros, como grietas en las rocas o cuevas submarinas, donde espera pacientemente a que su nuevo caparazón se fortalezca.

Una vez que la langosta emerge de su refugio, está completamente transformada, luciendo un caparazón brillante y resistente que le permitirá crecer y prosperar en su entorno marino.

Este proceso de muda no solo es esencial para el crecimiento de la langosta, sino que también, es un recordatorio de la vasta sabiduría que caracteriza a la naturaleza y a la capacidad asombrosa que poseen los seres vivos: adaptación.

Ahora bien, ¿qué pasa con el joven que trata de desarrollarse durante la adolescencia? Cuando el joven atraviesa esta fase, navega un mar desconocido en búsqueda de quién es y hacia dónde quiere ir. En este viaje, desafortunadamente hay peligros en la mira, pues enfrenta a una serie de depredadores en su entorno social y emocional. Estos "depredadores" pueden manifestarse de diversas formas, marcas, tamaños, presentaciones y colores.

Uno de ellos puede ser la presión de grupo, donde el adolescente se siente obligado a conformarse con las normas sociales y expectativas de sus pares, incluso, si van en contra de sus propios valores, deseos o visión de sí mismo.

Cuando esta presión es negativa, impulsa al joven por un camino sumamente peligroso, en donde se ve influenciado a tomar decisiones poco saludables o a participar en comportamientos de riesgo para poder encajar y ser aceptado por una persona o un grupo en especial.

Tal es el caso del consumo de drogas ilícitas, ausentismo escolar, vandalismo y actividad sexual temprana; lo cual desencadena una serie de eventos desafortunados como pueden ser el desarrollo de adicciones, muertes por sobredosis, embarazos adolescentes, aumento de las infecciones de transmisión sexual, entre muchos otros.

Otro depredador puede ser el bullying o acoso escolar, que puede tener un impacto devastador en la autoestima y la salud mental del adolescente. Ser objeto de burlas, chiste, exclusión y/o violencia por parte de sus compañeros puede dejar

cicatrices emocionales profundas y dificultar el proceso de desarrollo y adaptación del adolescente. Teniendo presente que este “depredador” ya no solo existe en el plano presencial, sino que ha logrado también tomar poder en el mundo digital.

Además, las expectativas poco realistas de los adultos ya sean padres, acudientes, maestros o figuras de autoridad, pueden actuar como "depredadores" al generar presión adicional sobre el adolescente para cumplir con estándares inalcanzables (muchas veces idealizados e irreales) que le suelen generar mucha ansiedad y confusión o seguir un camino determinado que puede no ser adecuado para él.

En resumidas cuentas, el adolescente se encuentra rodeado de múltiples "depredadores", tanto sociales como emocionales, los cuales representan desafíos significativos para su bienestar y desarrollo personal.

Como se ha presentado anteriormente, el ser humano experimenta muchos cambios durante la etapa de la adolescencia como, por ejemplo, los hormonales, los cuales pueden afectar su estado de ánimo y comportamiento.

También el joven se siente muy vulnerable y ansioso mientras espera transformarse en tiempo récord en una persona totalmente diferente, con cero acné, ausente de cambios bruscos de ánimo o de constantes distorsiones cognitivas.

El uso de las redes sociales es cada vez más frecuente en la vida cotidiana de los adolescentes. Utilizan este recurso para comunicarse y eso acaba influyendo en la interacción social entre ellos, que puede volverse dañina e incluso adictiva.

A su vez, no podemos pasar por alto las demandas, expectativas y autoexigencias que surgen dentro del propio adolescente en su día a día; predominando la

constante comparación con otros adolescentes en distintos aspectos: desde lo físico y corporal, pasando por el rendimiento académico, hasta las interacciones sociales y otros ámbitos de su vida.

En ese sentido, es común que el adolescente se vea inmerso en un interminable ritual de escaneo y severo escrutinio personal, tanto externo como interno, donde se mide con una barra imaginaria con sus amigos, compañeros de clase e incluso con figuras de referencia como los ahora llamados influencers y famosos de las redes sociales.

Esta constante comparación y presión pueden llevar al adolescente a sentirse como el "rarito" o el inadaptado dentro de su entorno. Cuando percibe que no cumple con los estándares establecidos o que no se ajusta a las expectativas de sus pares o de la sociedad, puede experimentar sentimientos de alienación y exclusión.

Cuando esto ocurre, el chico se siente diferente o incomprendido y el impacto en su bienestar emocional puede ser significativo. Esta sensación de inadaptación puede conducirlo a aislarse socialmente o a adoptar comportamientos que no reflejan su verdadera identidad; todo con el fin de encajar en su entorno, utilizando las comúnmente denominadas "máscaras".

Así como la langosta busca refugio seguro hasta que su nuevo caparazón se fortalezca, el adolescente también busca muchas veces con pena y temor, guía y orientación durante este período de vulnerabilidad.

Por consiguiente, es importante que tenga acceso a herramientas y personas con recursos saludables, valores y principios que le ayuden a navegar por este camino de crecimiento y autodescubrimiento.

Es importante recordar que la inadaptación o la difícil transición del adolescente hacia una vida adulta, a pesar de tener una raíz multicausal que depende de diversos factores, variables y oportunidades, no recae únicamente en ellos mismos.

Seguramente así, fuese más fácil o quizá así, lo deseara parte de la sociedad; mas no es una fase en que se navega por arte de magia, o en la que se deba ignorar al joven mientras se mira a otro lado; por el contrario, debería considerarse una responsabilidad socialmente compartida.

Es importante destacar el creciente número de adolescentes a nivel global que no duerme lo suficiente, en parte debido a la exposición prolongada a pantallas hasta altas horas de la noche y a una mayor autonomía en la programación de sus rutinas y actividades.

Esta combinación de factores ha dado lugar a una serie de efectos negativos durante la adolescencia, tales como somnolencia excesiva, alteraciones en el estado de ánimo, dificultades de concentración, bajo rendimiento académico, problemas de conducta, aumento del riesgo de abuso de sustancias, accidentes de tráfico, obesidad y debilitamiento del sistema inmunológico.

A pesar de todos estos desafíos, no cabe la duda en que los jóvenes son digitales meramente nativos en contraste con sus padres quienes son digitales emigrantes; dicho esto, las redes sociales juegan un papel actual de agentes de socialización; teniendo un gran poder de complementar, promover e incluso eliminar o anular la influencia de otros agentes tan fundamentales como lo son la familia o el colegio.

Ciertamente, tanto la familia, la escuela, la iglesia, los servidores públicos y privados, los agentes de salud, como los amigos, los vecinos, el conductor de autobús o el vendedor de frutas, todos comparten en algún momento la

oportunidad de ofrecer apoyo, educación y contención a los adolescentes que necesiten guía y orientación en ese viaje lleno de retos y posibles inadaptaciones llamado adolescencia.

Retomando la historia de la langosta, si se tuviese la oportunidad de entrevistar a este animal sobre su fascinante proceso de cambio que realiza desde el silencio y el retraimiento, probablemente se descubriría un relato intrigante sobre su proceso de muda.

Como ya se ha mencionado anteriormente, en esta etapa, la langosta experimenta una transformación que guarda similitudes sorprendentes con la adolescencia humana; enfrentando así sus propias vulnerabilidades y desafíos únicos. Explorar los detalles de cómo afronta sus temores, inseguridades y los mayores obstáculos durante este periodo de cambio, revelaría una perspectiva profunda sobre la naturaleza de la adaptación y la resiliencia en el reino animal.

Al igual que los adolescentes humanos, las langostas atraviesan momentos de vulnerabilidad y crecimiento mientras se desprenden de su antigua piel para ajustarse a una nueva.

Se les podría hacer estas preguntas: ¿Cómo enfrentan la incertidumbre y el miedo a lo desconocido? ¿Qué estrategias emplean para superar los desafíos que surgen durante esta fase crucial de su vida?

Estas interrogantes podrían arrojar luz sobre la complejidad del proceso de desarrollo en las criaturas no humanas y, tal vez, incluso inspirar reflexiones sobre nuestras propias experiencias de transformación y cambio.

Ahora bien, las langostas no pueden hablar en realidad. Mientras que ellas enfrentan su transformación en silencio, los adolescentes tienen la capacidad de expresar sus inquietudes y necesidades.

Es vital reconocer que, durante esta etapa crucial de desarrollo, los adolescentes requieren apoyo y orientación para navegar ante los desafíos que enfrentan. Necesitan pues, que se les escuche y se les atienda.

Es así como la psicoeducación emerge como una herramienta fundamental en este contexto. Este enfoque no solo se centra en proporcionar información, sino que también busca capacitar a los adolescentes con las habilidades necesarias para navegar por los desafíos emocionales y sociales que son inherentes a la adolescencia.

En este sentido, la psicoeducación actúa como un puente entre el conocimiento teórico y la aplicación práctica en la vida cotidiana de los jóvenes, permitiéndoles comprender mejor sus propias emociones, relaciones interpersonales y los cambios físicos que experimentan.

Además, la psicoeducación contribuye de manera significativa al desarrollo de una autoeficacia saludable, ya que, al brindar a los jóvenes conocimientos y habilidades para comprender y gestionar sus emociones, relaciones y cambios físicos, se les dota de las herramientas necesarias para enfrentar situaciones difíciles con mayor confianza y resiliencia.

Esto es crucial en una etapa de la vida donde la incertidumbre y los cambios rápidos pueden generar ansiedad y confusión. La capacidad de identificar, comprender y gestionar estas emociones no solo mejora el bienestar emocional y mental de los adolescentes, sino que también les permite tomar decisiones más informadas y responsables en todos los aspectos de sus vidas.

Al dotar a los adolescentes con recursos para enfrentar los desafíos de la adolescencia de manera saludable, no solo se les empodera para tomar decisiones informadas, sino que también, se cimentan las bases para su crecimiento y desarrollo continuo.

Este empoderamiento es esencial, ya que les permite no solo reaccionar ante las dificultades, sino también anticiparse a ellas y manejarlas de manera proactiva. De este modo, los adolescentes aprenden a ser agentes activos en su propio desarrollo, lo que, a su vez, les ayuda a establecer una base sólida para el éxito futuro en diversos aspectos de la vida, incluyendo el ámbito académico, social y personal.

Dicho esto, se reafirma el objetivo ideal de este estudio, el cual busca mejorar significativamente la práctica de la psicoeducación en la región, al abordar de manera específica los desafíos únicos de inadaptación que enfrentan los adolescentes participantes. Estos desafíos, que pueden variar desde dificultades académicas hasta problemas de integración social, requieren un enfoque personalizado que tome en cuenta las particularidades del entorno social y cultural de los adolescentes.

Al personalizar la intervención psicoeducativa, se asegura que las estrategias y técnicas utilizadas sean relevantes y efectivas para los adolescentes en su contexto específico, aumentando así las probabilidades de éxito en la mejora de su adaptación y bienestar.

Ciertamente, este estudio, dentro de su particularidad, delimitación e incluso limitantes, identificó y atendió las necesidades personales, escolares y sociales de este grupo de edad a través de los talleres psicoeducativos; desarrollando estrategias que pudiesen ser implementadas y/o adaptadas en otros contextos por otros profesionales de la salud mental.

La adaptabilidad de estas estrategias es un aspecto clave, ya que permite que los aprendizajes y métodos desarrollados puedan ser replicados y ajustados según las necesidades de otras poblaciones de adolescentes que enfrenten desafíos similares. Esto no solo amplía el alcance y la relevancia del estudio, sino que también contribuye a la construcción de un conocimiento colectivo que puede beneficiar a un mayor número de jóvenes a nivel regional e incluso global.

Al tener como norte tanto la intervención como la prevención y la promoción de la salud mental desde una edad temprana, se tuvo presente la reducción de la prevalencia de problemas adaptativos en la población adolescente a largo plazo.

Este enfoque preventivo es crucial, ya que al abordar los problemas de adaptación antes de que se conviertan en crisis mayores, se puede prevenir el desarrollo de trastornos emocionales y conductuales más graves en la adultez.

Además, la promoción de la salud mental desde una edad temprana no solo mejora la calidad de vida de los adolescentes, sino que también tiene un impacto positivo en su rendimiento académico y en su capacidad para establecer relaciones interpersonales saludables, lo que, en conjunto, contribuye a su éxito a largo plazo.

Quiere decir entonces que, por medio de dicha reducción de incidencias de complicaciones de salud mental en los jóvenes, se aportó también a una posible disminución en los costos asociados con la atención médica y la intervención en crisis. Esta reducción en la necesidad de intervenciones costosas y a menudo traumáticas no solo alivia la carga sobre los sistemas de salud, sino que también permite a los recursos ser redirigidos hacia programas preventivos y de promoción del bienestar, creando un ciclo positivo de mejora continua en la salud mental comunitaria.

Además, al minimizar la necesidad de atención médica intensiva, se reduce la carga financiera sobre las familias, lo que puede tener un impacto positivo en su bienestar general y en la cohesión social.

Conjuntamente, al fortalecer la capacidad de los adolescentes para enfrentar los desafíos de la vida diaria, se aumentó la probabilidad de participación en la educación superior y la vida laboral; lo que podría traducirse en beneficios económicos a largo plazo para la comunidad. Una población adolescente más sana y mejor adaptada está en una posición más fuerte para aprovechar las oportunidades educativas y laborales, lo que a su vez contribuye al desarrollo económico y social de la comunidad en general.

Este ciclo de mejora continua no solo beneficia a los individuos directamente involucrados, sino que también tiene el potencial de generar un efecto dominó positivo en toda la sociedad, promoviendo una mayor estabilidad y prosperidad a largo plazo.

Teniendo muy presente todos los aspectos anteriores detallados, la investigación en cuestión se alineó a los deseos de la responsabilidad compartida de psicoeducar por medio de talleres a los adolescentes veragüenses interesados; ayudándoles a ser más funcionales para que puedan realizar esa transición entre etapas, de una forma mucho más adaptativa y con herramientas saludables para la vida; por lo cual se justifica la relevancia del estudio.

Esta responsabilidad compartida no solo involucra a los profesionales de la salud mental, sino también a educadores, familias y la comunidad en general, quienes todos juegan un papel crucial en el apoyo al desarrollo saludable de los adolescentes. Al trabajar juntos, estos grupos pueden crear un entorno de apoyo que fomente el crecimiento personal y la resiliencia, asegurando que los

adolescentes tengan acceso a los recursos y el apoyo que necesitan para prosperar.

De esta manera, se justifica que el presente estudio representó una acción valiosa para impactar positivamente a la comunidad adolescente de Veraguas, ya que buscó abordar directamente las necesidades y desafíos que enfrentan los adolescentes en cuanto a la inadaptación. Al enfocar los esfuerzos en este grupo de edad, se logra no solo una mejora en su calidad de vida inmediata, sino también un impacto duradero que puede influir positivamente en su futuro.

Al proporcionar talleres psicoeducativos diseñados específicamente para este grupo de edad, se procuró no únicamente mejorar la inadaptación de los adolescentes, sino también fortalecer su capacidad para enfrentar futuros desafíos vitales.

Por consiguiente, al proporcionar apoyo psicoeducativo a los adolescentes, no solo les ofrecemos herramientas para su bienestar individual, sino que también, contribuimos a la creación de una sociedad más comprensiva y solidaria. Esta sociedad no solo se beneficia del bienestar y la estabilidad de sus jóvenes, sino que también se enriquece con su capacidad para contribuir de manera significativa a la comunidad.

Al invertir en el desarrollo integral de los jóvenes, estamos sembrando las semillas para un futuro donde cada adolescente pueda florecer y alcanzar su máximo potencial. Este potencial no solo se mide en términos de éxito individual, sino también en la capacidad de estos jóvenes para generar un impacto positivo en su entorno, actuando como agentes de cambio y líderes en sus comunidades.

1.3 Hipótesis

H1: Los talleres psicoeducativos mejoran la inadaptación general de un grupo de adolescentes.

Ho: Los talleres psicoeducativos no mejoran la inadaptación general de un grupo de adolescentes.

1.4 Objetivos

Esta propuesta tuvo como finalidad alcanzar los siguientes objetivos:

1.4.1 Objetivo general

Describir el impacto de talleres psicoeducativos al abordar la inadaptación en un grupo de adolescentes.

1.4.2. Objetivos específicos

- Conocer el puntaje de la inadaptación general de la muestra.
- Identificar el puntaje de la inadaptación personal y escolar.
- Determinar el puntaje de la inadaptación social.

CAPÍTULO II

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2.1 Psicoeducación

La Psicoeducación, remontándonos a sus inicios, encuentra su fundamento en las contribuciones de George Brown, quien la definió como una aproximación precisa sobre la patología, su tratamiento y diagnóstico. Este enfoque se apoya en evidencia científica relevante para el abordaje terapéutico (Duchi & Galarza, 2023).

Esta puede ser concebida como una herramienta educativa y terapéutica. En este marco, se brinda a los individuos afectados y a la comunidad en general información detallada sobre temas de salud mental, basada en evidencia científica actual y relevante para abordar la problemática en cuestión (Matías & Gallo, 2023).

Este enfoque educativo tiene como objetivo potenciar los recursos mentales de las personas, tanto si presentan enfermedades como si no; atendiendo a sus necesidades individuales. Se busca explorar aprendizajes que fomenten un compromiso genuino con el cuidado de la salud. Además, debe ser considerado un proceso organizado y bien planificado, que se desarrolla en fases, de manera escalonada, bilateral y activa, con una perspectiva hacia el futuro Fernández-Castillo et al. 2020 citado por (Bouhid, 2020).

Con el fin de ofrecer una comprensión profunda sobre la enfermedad, esta herramienta facilita que tanto pacientes como sus familias adquieran información valiosa. Su propósito es fomentar la autonomía, el empoderamiento y la reintegración social de los individuos, apoyando así su bienestar general (Godoy, Eberhard, Abarca, Acuña & Muñoz, 2020).

Ampliando su función, cabe resaltar que se enfoca en aportar el conocimiento disponible sobre la patología, su organización y presentación de forma clara y concisa; lo que aporta es una disminución del malestar del paciente, como también una mejoría en sus funciones cognitivas y motivacionales; tomando en cuenta el valor funcional al adquirir este conocimiento, es decir, adquirir habilidades que ayudan en la adaptación y mejor la calidad de vida de los pacientes y familiares (Duchi & Galarza, 2023).

La psicoeducación no solo hace referencia a la definición o explicación de una condición o de un diagnóstico, sino que también precisa abordar cotidianidades en la vida de los individuos, las que se vuelven muchas veces más complejas por la ignorancia de conocimiento. De esta forma, ciertamente se concibe la misma como una herramienta de cambio porque integra procesos tanto cognitivos, como biológicos y sociales muy particulares de cada persona, garantizando de esta manera la independencia, autonomía y mejora de la calidad de vida (Godoy, Eberhard, Abarca, Acuña & Muñoz, 2020).

Entre las características destacadas de la psicoeducación se encuentran:

- Actúa como un recurso para reconocer y abordar contextos problemáticos.
- Emplea una técnicas interactivas y experienciales, involucrando los elementos a nivel mental, emocional y conductual de los partícipes.
- Facilita la incorporación de nuevas habilidades y capacidades para alcanzar los objetivos establecidos.
- Se enfoca en crear un entorno seguro que fomente la comunicación, el respeto y el compañerismo (Aizcorbe & Gallo, 2023).

Si bien es cierto, todo proceso psicoterapéutico se puede concebir como un proceso psicoeducativo para el paciente, en donde es satisfactorio ser testigo de cómo este pasa de ser meramente receptor de técnicas, a convertirse en actor y

protagonista esencial de su propio cambio personal y clínico (Tena-Hernández, 2020).

La psicoeducación no ha de desarrollarse pobremente, o a la ligera, debido a que es un proceso realmente eficaz, pero para serlo, debe siempre abarcar mucho más, que simplemente el difundir información; pues se tiene que plantear siempre el enfoque y objetivo de modificar conductas y/o actitudes que promuevan en el paciente la adaptación a la “x” o “y” situación que afronta; alcanzando así, cambios reales tanto en sus pensamientos, como hábitos, manejo de desencadenantes e incluso en muchos casos, se impacta positivamente en mantener la adherencia al tratamiento (Acosta & Amador, 2021).

Otro aspecto por considerar son los antecedentes. Esto quiere decir que durante el proceso psicoeducativo se deben revisar las concepciones y/o creencias previas que se tengan relacionadas a la temática a intervenir, con el objetivo de desmarañar creencias fantasiosas o irracionales. El prejuicio asociado con las patologías o trastornos mentales es un indicador social significativo. Se entiende también como mitos o creencias erróneas relacionadas con el diagnóstico. Para que la psicoeducación sea recibida de manera adecuada, es crucial abordar y revisar estas creencias previamente (Aizcorbe & Gallo, 2023).

En relación con sus métodos, es evidente que los diseños de intervenciones psicoeducativas pueden variar considerablemente. Estos diseños pueden diferir en aspectos como el entorno en el que se llevan a cabo, los facilitadores que participan, la cantidad de sesiones, y si se realizan de manera individual o grupal, entre otros factores relevantes. Lo que no ha de perderse nunca de vista es la importante decisión sobre cuál metodología utilizar muy de la mano; y respondiendo directamente a las necesidades individuales del paciente, de los recursos clínicos y comunitarios y de los objetivos iniciales que se pretenden alcanzar (Godoy, Eberhard, Abarca, Acuña & Muñoz, 2020).

En este contexto, la psicoeducación ofrecería al entorno educativo, social y familiar recursos valiosos para la gestión y apoyo de situaciones complejas. Esto ayudaría a mitigar el estrés y las variadas respuestas emocionales que pueden surgir en tales circunstancias. Al proporcionar estas herramientas, se reduciría la sensación de impotencia y se facilitaría un ambiente seguro donde las personas puedan expresar sus emociones libremente, dentro de un entorno de apoyo y contención. Además, al empoderar a los individuos con conocimientos y estrategias adecuadas, la psicoeducación contribuye a fortalecer la capacidad de los grupos y familias para enfrentar desafíos y promover el bienestar emocional (Aizcorbe & Gallo, 2023).

2.1.1. Talleres Psicoeducativos para abordar la adaptación en adolescentes.

Los talleres psicoeducativos representan una herramienta esencial en el transcurso de la adaptación de los adolescentes. La Psicoeducación, como proceso, brinda la oportunidad de desarrollar sus potencialidades intrínsecas al descubrir sus fortalezas. Este enfoque les capacita para analizar y afrontar las situaciones cotidianas de manera más adaptativa que antes (Tena-Hernández, 2020).

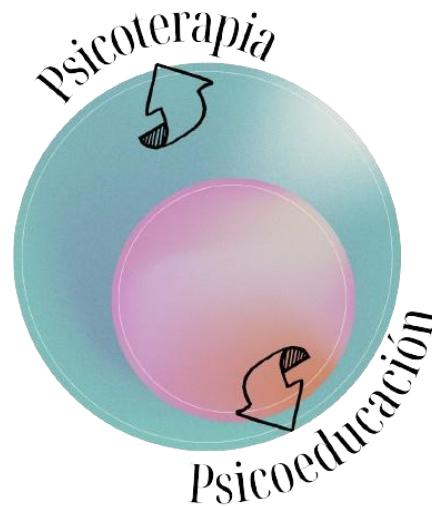
Se debe tener presente que, como indica Bulacio, la psicoeducación como herramienta terapéutica es viable para utilizar en variados tipos de abordajes, en donde permite brindar a los pacientes la posibilidad de desarrollar y fortalecer sus capacidades, para afrontar las diversas situaciones de un modo más adaptativo Bulacio, 2003 citado por (Ortega, 2022).

La psicoeducación busca proporcionar una formación integral en el adolescente mediante el uso de materiales diseñados para cada sesión y vídeos de concienciación. Incluye momentos de reflexión, debates y actividades participativas que les permiten a ellos y a sus familias aprender diversas

estrategias. Este enfoque no solo informa a los jóvenes sobre su bienestar emocional y mental, ya que también fomenta su participación activa y la reflexión crítica sobre su desarrollo personal (Lloret, 2024).

Esta herramienta de abordaje clínica es clave en la terapia, ya que proporciona la base técnica necesaria para apoyar el progreso del individuo. Además, es crucial reconocer la importancia del apoyo familiar, dado que la presencia y el respaldo de la familia juegan un papel fundamental en el desarrollo y bienestar del adolescente (Rugel, 2023).

Figura 2. Psicoeducación



La figura 2 ha sido elaborada por la investigadora para resaltar de forma visual el papel fundamental que juega la psicoeducación dentro del proceso terapéutico.

Mediante talleres psicoeducativos, los adolescentes pueden desarrollar una mayor autoconciencia y asumir un papel activo en su bienestar emocional. Estos talleres les enseñan a comprender y gestionar sus emociones, a tomar decisiones saludables y a utilizar mecanismos de afrontamiento efectivos. Además, la

psicoeducación es fundamental para prevenir problemas de salud mental, ya que les proporciona estrategias para enfrentar desafíos como el estrés y la ansiedad. (Vera-Chevez & González-Loor, 2021).

Un estudio indica que las intervenciones psicoeducativas son más efectivas cuando se dirigen a personas con síntomas leves, ya que suelen conducir a una mejor recuperación de los síntomas a corto y largo plazo. Por el contrario, estas intervenciones parecen ser menos efectivas en términos de mejora de la calidad de vida para quienes presentan síntomas moderados (Godoy, Eberhard, Abarca, Acuña, & Muñoz, 2020).

Se ha evidenciado que los programas psicoeducativos centrados en el aprendizaje social y emocional proporcionan un apoyo notable a los adolescentes en varias áreas clave. Estos programas no solo favorecen el desarrollo de habilidades sociales y reducen el comportamiento antisocial y el abuso de sustancias, sino que también, mejoran la autoimagen positiva. Además, tienen un impacto positivo en el rendimiento académico, fortalecen la salud mental y promueven comportamientos prosociales Sklad et al., 2012 citado por (Samaniego & González, 2024).

A nivel más específico, se comparte un estudio realizado por Sagaseta y Capote con 56 adolescentes, entre los 14 y 23 años, provenientes de familias desestructuradas, en donde utilizó cuestionarios de adaptación y de estructura de la personalidad como pre y post test, junto a una intervención psicoeducativa.

El estudio en cuestión reveló una reducción significativa en la indisciplina y la culpabilidad, así como una percepción disminuida de restricción y hostilidad en las actitudes educativas de los padres. Observaron mejoras en la adaptación personal, social y familiar, lo que respalda la eficacia de este tipo de programas educativos (Sagaseta & Capote, 2002).

2.2 Adaptación

La adaptación es un proceso gradual en el que los seres vivos se ajustan con el tiempo, experimentando cambios y transformaciones tanto psicológicos como sociales. Este proceso requiere ajustarse a normas, respetar preferencias y atender las necesidades de las personas con las que se convive López, 2013 citado por (Díaz & Narro, 2022).

La adaptación y su estudio parte de las contribuciones de Darwin, los cuales establecen que el comportamiento, la forma y el temperamento acumulan un emparentado de ajustes que proporcionan al sujeto subsistir y multiplicarse en el ambiente al que corresponden. Probablemente desde ese instante a nociones del siglo XX, a la psicología le atañó en gran medida, cómo un ente vivo conserva y despliega su vida en relación con su entorno (Paredes, 2020).

Por lo que el término de adaptación es comprendido desde los estudios realizados en la antigüedad al narrar que los organismos mejor adaptados tendrán más prevalencia de vida, refiriéndose a la adaptación como método de supervivencia (Parreño & Martínez, 2023).

La adaptación es apreciada como un conjunto de situaciones sociales, relaciones nuevas, diferentes modelos de trabajos y estilos de vida Quevedo et al., 2021 citado por (Ocas, 2023).

Entender qué es un proceso de adaptación, básicamente implica reconocer en inicio el concepto de ajuste, el cual se refiere al grado de relación entre las capacidades, motivaciones o carácter de las personas y las demandas y oportunidades del contexto (Ruales, Lucero & Gómez, 2022).

Algunas de las características que una persona adaptada presenta pueden ser competencias y sentimientos positivos de sí mismo, presencia de un sentido de independencia al participar con dinamismo e interés en lo que se considera interesante y relación con los demás de forma apropiada y armoniosa, disfrutando de la vida con satisfacción y sin abrumarse con los problemas (Díaz & Narro, 2022).

En ese sentido, Davidoff sugiere que el joven correctamente adecuado cumple con las siguientes medidas:

- Posee sentimientos auténticos acerca de sí mismo, y se considera competente y con triunfo en la vida.
- Exponen un sentido de independencia y libertad.
- Son trabajadores, hacendosos y enérgicos en la obtención de sus intereses.
- Se relacionan de forma armónica con los otros.
- Se sienten orgullosos de su existencia, se complacen de ella y no les abruma las dificultades (Pallo, 2020).

Saldaña clasifica a los factores de la adaptación conductual en el personal, social, familiar y escolar. El primero destaca la relación del menor con su cuerpo, proyectando una estima saludable de sí mismo; el segundo trata sobre la conformidad que siente el adolescente respecto con su escuela, docentes y pares; el tercero refiere si el menor goza de la presencia de sus progenitores y familia en general, cómo estos resuelven conflictos y si se valoran las reglas y normativas (Parreño & Martínez, 2023).

Esto coincide con lo expuesto por Saavedra, quien instaure cuatro áreas para el desarrollo de la Adaptación Conductual: personal, familiar, social y escolar. También describe que la adaptación está inmersa en el proceso de desarrollo del

individuo en sí, y que, a su vez, especialmente en la etapa de la adolescencia, es importante educar, en cuanto a las conductas adaptativas aceptables sobre todo en aquellos menores a los que desafortunadamente sus derechos han sido vulnerados o que provienen de ambientes dificultosos y retadores (Parreño & Martínez, 2023).

2.2.1. Adaptación personal

Esta área trata mayormente en cómo el joven descubre la intranquilidad por el progreso del cuerpo que le pertenece, su persona, sentimientos de sumisión y ausencia de aprobación hacia los cambios corporales y psíquicos. Se evidencia cómo este logra tener una perspectiva verdadera de su pasado, cómo afronta desafíos, problemas y si exhibe aprensión a lo que está por delante (Pallo, 2020).

La adaptación para Blanco y González es aquel ajuste a la conducta humana, sus agrados, aspiraciones, preferencias, necesidades y conciliaciones a las circunstancias del ambiente en el que vive, es decir, a las necesidades de las personas con las que se relaciona y en donde están inmersos varios factores que determinan la misma (Núñez-Naranjo, Galar-Lema & Paredes-Guevara, 2020).

A nivel global, una parte significativa de los adolescentes enfrenta dificultades físicas, emocionales y psicológicas que impactan su estabilidad emocional; reflejándose en su desarrollo personal, social y educativo. Este último aspecto es especialmente relevante, ya que influye en el bienestar psicológico a largo plazo y en la capacidad para mantener condiciones básicas para el futuro (Jiménez & Alejo, 2022).

El concepto de inadaptación personal está estrechamente ligado al desajuste emocional; manifestándose en aspectos como el autoconcepto, la autoestima y la autoeficacia. Se caracteriza por vivencias de inseguridad, insatisfacción,

desequilibrio emocional, inoperancia y autoengaño. Este desajuste se incrementa cuando las vivencias internas o el comportamiento externo de una persona muestran una mayor discrepancia con los criterios de bienestar psicológico, como la seguridad, la satisfacción, el equilibrio emocional, la eficiencia y la autenticidad en las relaciones (Hernández-Guanir, 2015).

El mismo autor destaca que la insatisfacción personal se manifiesta en una actitud de disgusto hacia uno mismo, sintiéndose extraño o infravalorado, y mostrando una falta de autoaceptación. Por otro lado, el desajuste afectivo se traduce en una carencia de autoconfianza, fluctuaciones emocionales y una falta de motivación y entusiasmo por la vida.

La insatisfacción con la vida misma y la ausencia de adaptación pueden aparecer cuando los adolescentes tienen problemas para construir y moldear una identidad coherente y saludable (Ocas, 2023).

La autonomía personal es un aspecto crucial en la adaptación individual y está íntimamente vinculada con los cambios positivos o negativos en el entorno familiar. Las manifestaciones de afecto y la gravedad de los conflictos entre padres e hijos adolescentes tienen un impacto significativo en la adaptación y en el grado de independencia de los jóvenes Pichardo et. al, 2002 citado por (Díaz & Narro, 2022).

Los autores también señalan que la depresión puede estar vinculada a una baja adaptación personal, la cual puede surgir de la percepción de una falta de apoyo familiar. Esto puede llevar, en casos extremos, a intentos sensitivos de suicidio, los cuales pueden ser el resultado de una adaptación personal inadecuada dentro de un entorno familiar caracterizado por múltiples conflictos, desorganización, poca cohesión familiar y escasas demostraciones de afecto entre los miembros.

Otros estudiosos destacan que a los adolescentes les resulta muy complejo todo este tema de adaptación a ciertas circunstancias o ambientes por la razón de encontrarse en este punto medio que no es ni la niñez, ni la adultez, sino la pubertad; lo cual representa una gran crisis existencial de su identidad. Tal es el caso común de la escuela en donde los profesores encuentran en sus aulas a jóvenes que parecen encajar perfectamente en la clase, o en otras palabras “chicos normales” provenientes de “familias normales”, pero que se salen del molde, no comprenden o no encuentran interés en lo que les ofrece el sistema educativo tradicional; es por ello que surgen eventos o sucesos displacenteros desagradables en el salón en relación a los pares y docentes (Pallo, 2020).

2.2.2. Adaptación escolar

La adolescencia se caracteriza por ser un periodo de cambios significativos en el ámbito escolar, tanto en las demandas académicas como en el rendimiento estudiantil. Durante esta etapa, la corteza prefrontal, responsable de las funciones ejecutivas, experimenta un desarrollo madurativo fundamental. Este proceso culmina en la adquisición de los recursos cognitivos necesarios para la transición exitosa a la vida adulta (Mas et al., 2022).

La adaptación escolar se refiere comúnmente a la habilidad de ajustarse a las demandas y características específicas del entorno educativo. Este proceso implica no solo cumplir con los requisitos académicos y normativos del sistema escolar, sino porque también debe integrarse adecuadamente en el entorno social de la escuela. Incluye la capacidad para gestionar el trabajo académico, interactuar de manera efectiva con compañeros y docentes, y adaptarse a las normas y expectativas del centro educativo. La adaptación escolar es fundamental para el éxito académico y el bienestar general del estudiante en su vida escolar Tomás, 2020 citado por (Jarrín-García & Moreta-Herrera, 2024).

La adaptación en el área escolar acontece de las prácticas durante la niñez y se exteriorizan en la pubertad por medio de muestras de bienestar o de aprensiones y angustias. Es así como dicho proceso de acomodación a un nuevo entorno, para ciertos individuos, simboliza un reto, al no contar con los recursos necesarios para funcionar; mientras que para algunos es un escenario sencillo de abordar (Pallo, 2020).

Cuando se trata de adaptarse a un entorno alejado de los padres o cuidadores, es crucial tener en cuenta la confianza en uno mismo y en los demás. Esta confianza es esencial para gestionar la actitud en las interacciones con los miembros de la escuela (estudiantes, profesores, directivos) tanto en el trabajo individual como en el grupal De la Cruz y Cordero, 2015 citado por (Martínez, 2024).

Por consiguiente, al abordar la adaptación escolar, es crucial considerar la integración del adolescente en su entorno educativo. Una integración armoniosa en el aula, en el grupo ordinario o en otras actividades escolares puede favorecer su aprendizaje y promover su inclusión social Ascencia, 2015 citado por (Romero, 2017).

Además, es importante reconocer que un adolescente enfrenta dificultades "escolares" cuando surgen problemas que afectan su desempeño académico. La persistencia de estas dificultades puede desembocar en el fracaso escolar, con consecuencias significativas para la mejora a nivel biopsicosocial del sujeto y el contexto de este (Ruiz, 2013).

El concepto de inadaptación escolar abarca diversos aspectos relacionados con el ámbito educativo, como el rendimiento académico, la motivación y la relación con los profesores y el entorno escolar (Hernández-Guanir, 2015). Este concepto

se manifiesta tanto en la falta de esfuerzo y aplicación, como en un bajo rendimiento escolar y una actitud negativa hacia la educación.

Asimismo, el autor señala dos áreas claves dentro de la inadaptación escolar: la aversión a la instrucción y la indisciplina. La aversión a la instrucción se refiere a una actitud negativa hacia el trabajo académico, las asignaturas y los profesores; mientras que la indisciplina se relaciona con comportamientos disruptivos o inadecuados en el aula (Hernández-Guanir, 2015).

Durante un estudio realizado en España por Borja en el año 2015, focalizado en la adaptación escolar y la conexión del adolescente con sus modelos parentales, 500 jóvenes entre los 11 y 17 años de edad fueron partícipes. Es muy interesante que este estudio concluyó que el ajuste estudiantil tiene alta correlación con la forma en que el menor se vincula con su figura materna desde la niñez, ya que supone una época esencial para la estimulación y crecimiento a nivel individual, colectivo, nuclear y de aquellos elementos básicos como: destrezas, prácticas, expresión, movimiento e independencia (Pallo, 2020).

Otro estudio español relacionado con la adaptación escolar fue dirigido por Orantes en el año 2012, en el cual se trabajó con 1,093 adolescentes de 45 colegios de bachillerato a nivel nacional. Los participantes provenían tanto de áreas urbanas como rurales. Finalmente, de manera comparativa, el estudio estableció que las jóvenes se adaptan mejor a la escuela en comparación con los varones, ya que presentan mejores calificaciones académicas, una integración escolar más saludable y altas expectativas académicas (Pallo, 2020).

Ciertamente, la adaptación escolar es un tema de gran importancia. Los autores afirman que la transición entre etapas educativas es un proceso que preocupa considerablemente, no solo a los estudiantes, sino también a los padres de familia y docentes.

Esto significa que el proceso de adaptación en este contexto implica retos, esfuerzos y constancia, especialmente al considerar que se trata de un cambio significativo en la vida (Núñez-Naranjo, Galear-Lema, & Paredes-Guevara, 2020).

2.2.3. Adaptación social

En cuanto a la adaptación social, se puede decir que es una característica interna e inherente del individuo. Esto sugiere que es un proceso mediante el cual la persona debe ajustarse al entorno y mantener cierta estabilidad, identificando y satisfaciendo sus necesidades de manera adecuada Lascano, 2017 citado por (Ocas, 2023).

Otros expertos también la describen como el proceso mediante el cual el adolescente asume determinados patrones de conducta para adaptarse a las normas del entorno en el que se encuentra. En términos generales, se trata de la capacidad de responder de manera adecuada y coherente a las demandas del ambiente OMS, 2020 citado por (Ocas, 2023).

Hablar de adaptación social, también es referirse a las tan importantes habilidades sociales. Estas se desarrollan desde el nacimiento, porque están inmersas en las interacciones dentro de un contexto cultural y social específico. En otras palabras, están influenciadas por el entorno que rodea al individuo. Según Vygotsky, para comprender realmente el desarrollo humano, debemos considerar la cultura en la que la persona vive. Por tanto, los patrones de pensamiento y comportamiento no se deben solo a factores innatos; en cambio, a medida que una persona interactúa más socialmente, también aumenta su capacidad para manejar su entorno Linares, 2009 citado por (León, Cuevas, Arbeláez & Loja, 2024).

El desarrollo de habilidades sociales durante la adolescencia no solo es importante en esos años, sino que también tiene implicaciones profundas para el desarrollo futuro. Al participar activamente en actividades sociales, los adolescentes pueden construir relaciones interpersonales saludables y cultivar habilidades de liderazgo, resolución de problemas y espíritu de trabajo en equipo. Estas habilidades sociales contribuyen al éxito académico y profesional, al mismo tiempo mejoran la salud mental y la felicidad personal (Yang, 2024).

En este ámbito, se destaca que el joven prácticamente experimenta su primer contacto significativo a nivel externo e intenta acomodarse a él. Se resalta que el menor se percibe como habilidoso en situaciones sociales: inicia conversaciones, forja amistades de forma natural, se involucra en grupos, se divierte en círculos sociales con muchas personas, crea juegos, alcanza notoriedad y es reconocido en su entorno. Es solidario, habla en público, representa a su grupo y desea que se sepa que pueden contar con él; todo esto le permite sentirse parte de algo, encontrando mayor disfrute en lo social que en la soledad (Pallo, 2020).

Lo anterior sería el ideal o lo que se desea que ocurriera con todo adolescente, mas no es lo común o la norma. En realidad, los problemas de salud que afectan con mayor frecuencia a los adolescentes y jóvenes en Latinoamérica se relacionan principalmente con aspectos psicosociales. Un tema que genera cada vez más preocupación es el incremento de la violencia (como asaltos, robos a mano armada, daños a la propiedad, peleas, homicidios y suicidios) particularmente en las grandes ciudades, lo que constituye una situación que necesita atención urgente Serfaty & otros, 2001 citado por (Carrasco-Bravo & Mayo-Parra, 2019).

El concepto de inadaptación social se relaciona con el ámbito de las relaciones interpersonales. Puede expresarse tanto por el choque o conflicto con las

personas y las normas, como por la disposición a limitar las propias relaciones sociales o a mantener actitudes suspicaces u hostiles (Hernández-Guanir, 2015).

Se ha observado que el auto desajuste social conlleva una falta de respeto hacia los demás; a ser desconsiderado (a), agresivo (a), irritante o desafiante, así como a ir en contra de las reglas establecidas. La restricción social o comunitaria tiende a asociarse con la falta de relaciones sociales, el aislamiento, la desconfianza hacia los demás y la percepción de hostilidad por parte de otros (Hernández-Guanir, 2015).

Las habilidades emocionales y conductuales se desarrollan a través de la cimentación de las relaciones interpersonales; en otras palabras, se construyen cuando el sujeto sabe gestionar sus emociones y conductas (Lechner et al., 2022), citado por (Parreño & Martínez, 2023).

El clima social familiar impacta directamente en la adaptación de la conducta. Esto significa que, cuando un adolescente experimenta un ambiente familiar desfavorable, la adaptación de su comportamiento puede variar, resultando en niveles más bajos de ajuste. Esto, a su vez, puede dar lugar a la aparición de comportamientos de riesgo que afectan negativamente la convivencia saludable y armoniosa (Díaz & Narro, 2022).

En un contexto específico, un estudio llevado a cabo en Perú se centró en evaluar la eficacia de un programa psicoeducativo diseñado para mejorar las habilidades sociales en adolescentes. Los participantes fueron estudiantes del quinto grado de educación secundaria en una institución pública, quienes participaron en 16 sesiones del programa. Los resultados indicaron que el mismo fue efectivo en el desarrollo de habilidades sociales entre los adolescentes (Gustavo, Mamani, & Mamani, 2022).

2.3 Adolescencia

La adolescencia es un periodo en el que nos dirigimos hacia la independencia, probamos nuevas actividades y empezamos a buscar objetivos importantes en nuestra vida. El aprendizaje orientado a metas, que implica aprender a llevar a cabo acciones que nos ayudan a lograr los resultados que deseamos, es crucial para estos procesos (Wilbrecht & Davidow, 2024).

Esta transición desde la niñez a la adultez es un curso fundamental en el desarrollo. Es una etapa marcada por transformaciones significativas y, a veces, confusión. Durante este tiempo, los adolescentes experimentan cambios biológicos importantes al alcanzar la madurez sexual y física. Al mismo tiempo, se enfrentan a grandes cambios sociales, emocionales y cognitivos mientras buscan su independencia y se preparan para la vida adulta (Feldman, 2010).

Investigadores resaltan que la adolescencia se puede considerar como la segunda etapa de crecimiento acelerado, en la que el cuerpo y el cerebro atraviesan transformaciones simultáneas que colaboran en el desarrollo. Estos ajustes en los circuitos cerebrales fundamentan los deseos de crecimiento personal, la fijación de objetivos y la motivación para las interacciones sociales. Debido a que es un periodo de desarrollo físico, social, emocional y cognitivo, los hábitos adquiridos durante esta etapa suelen mantenerse en la adultez (Nakayama, Hashimoto, Kusumoto & Ueno, 2024).

Durante la adolescencia, la búsqueda de la identidad se convierte en una tarea central, marcada por un cambio en la comprensión de uno mismo, de los demás y del mundo que nos rodea, como destaca Erickson. Esta fase, conocida como “identidad frente a confusión de papeles”, encapsula la complejidad de esta etapa de la vida. Los adolescentes se enfrentan al desafío de definir sus singularidades,

explorar sus fortalezas y determinar qué roles desempeñan en el futuro, en última instancia, definiendo su identidad (Papalia & Martorell, 2017).

Con el objetivo de desentrañar la complejidad de la adolescencia, diversos autores y asociaciones han establecido fases de la etapa de la adolescencia. Tal es el caso de la Academia Americana de Pediatría que divide la adolescencia en tres fases: la primera, denominada adolescencia temprana, abarca de los 11 a los 14 años; la segunda, adolescencia media, va de los 14 a los 18 años; y la tercera, adolescencia tardía, cubre de los 18 a los 21 años. De manera similar, Steinberg define la adolescencia temprana entre los 10 y 13 años, la media entre los 14 y 18 años, y la tardía entre los 19 y 22 años. En ese sentido, UNICEF coincidió en segmentar la adolescencia en tres períodos: la adolescencia temprana, que ocurre entre los 10 y 13 años; la adolescencia media, que se extiende de los 14 a los 16 años; y la adolescencia tardía, que abarca de los 17 a los 19 años (Coronel Santos, 2023).

Independientemente de lo variable que son los estadios de la adolescencia descritos por diversos autores, algo en lo que sí se coincide es en lo crítico que este período representa en la vida, incluyendo inmensas probabilidades para crear y sostener estilos de vida saludables y proyectarse en la vida posterior adulta. De ahí lo fundamental de dirigir esfuerzos en todas las dimensiones para trabajar en ella. En otras palabras, la adolescencia ciertamente es una época de descubrimientos, en donde se pueden fortalecer aquellos factores de protección de la salud, multiplicando así, el gran potencial de desarrollo y crecimiento del adolescente (Leiva et al., 2023).

Al atravesar esta etapa, el adolescente se encuentra desorientado y adolece de la guía necesaria para afrontar inquietudes y resolver problemas de manera adecuada. En este sentido, se hace evidente la necesidad de políticas de salud mental dirigidas específicamente a esta población; de tal forma que puedan

intervenir y proporcionar apoyo tanto a los adolescentes como a quienes los rodean Jiménez, 2010 citado por (Flores, 2016).

2.3.1. Adolescencia, riesgos y los desafíos en salud mental

La Organización Mundial de la Salud (OMS) describe la salud mental como un estado de bienestar en el que la persona tiene un buen conocimiento de sus habilidades, es capaz de manejar las presiones habituales de la vida, trabaja de manera productiva y contribuye a su comunidad. Otras definiciones sugieren una visión más integral de la salud mental, enfocándose en el bienestar general, la interacción social y los aspectos emocionales y psicosociales apoyando enfoques que integren diversas disciplinas y sectores (Darío, Matute-Uloa, Morales-Pin, & Zambrano-Arauz, 2023).

La salud mental se puede definir también como aquellos mecanismos de bienestar mental directos o indirectos que promueven en la persona un estado propio de aptitudes que le sirven para afrontar problemas de la vida diaria de manera productiva, y a su vez, de estados completos; haciendo referencia a todos los ambientes que componen e impactan a una persona, como lo son: la salud mental, física y social OMS, 2004; OMS, 2014 citado por (Silva, 2021).

Casi la mitad de las personas con trastornos mentales reportan que sus problemas comenzaron antes de los catorce años. Además, aquellos que enfrentan dificultades mentales durante la infancia y la adolescencia tienen una mayor probabilidad de desarrollar trastornos más severos y de involucrarse en conductas riesgosas, como el consumo de drogas o intentos de suicidio en la adultez Wu, Kirk, Ohinmaa & Veugelers, 2017 citado por (Genise & Crocamo, 2019).

Asimismo, estos autores señalan que los niños y adolescentes con psicopatologías concurrentes enfrentan un riesgo elevado de desarrollar problemas relacionados con el consumo de alcohol y otras sustancias en el futuro.

También indican que es más probable que exhiban conductas antisociales, enfrenten arrestos, se involucren en comportamientos sexuales promiscuos, tengan pensamientos suicidas, requieran múltiples ingresos a servicios de salud y experimenten psicopatologías en la adultez.

Según la teoría, las personas que presentan características de personalidad como una baja empatía, poca tolerancia a la frustración y conductas impulsivas están en mayor riesgo de exhibir comportamientos antisociales y delictivos. Se subraya la relevancia de factores sociales, como el entorno familiar, la educación y la influencia de los amigos en el desarrollo de comportamientos antisociales y criminales. También, se sostiene que aquellos que crecen en ambientes familiares disfuncionales, caracterizados por una falta de supervisión y apoyo emocional, tienen una probabilidad más alta de manifestar dichas conductas Seisdedos, 2001 citado por (Pardave & Zeña, 2024).

En este sentido, se ha observado una relación inversa entre la participación de comportamientos antisociales y delictivos y el nivel de satisfacción con la vida entre los adolescentes estudiados. Esta correlación indica que los adolescentes que exhiben tales conductas suelen reportar una menor satisfacción con su vida en comparación con aquellos que no participan en estos comportamientos. Este hallazgo es significativo para entender cómo el comportamiento antisocial y delictivo puede afectar el bienestar subjetivo durante la adolescencia (Pardave & Zeña, 2024).

Autores destacan que los adolescentes con ansiedad social enfrentan un mayor estrés psicológico en su vida; a menudo prefieren pasar tiempo realizando

actividades en solitario, como navegar por Internet, y tienden a interactuar con otros en línea en lugar de hacerlo en persona (Dong et al., 2024).

Se ha argumentado que el uso de la tecnología puede permitir la continuidad en las tareas relacionadas con las relaciones sociales. Sin embargo, no está claro si esto puede satisfacer todas las necesidades sociales de los adolescentes. Aunque el valor del uso de las redes sociales varía entre las personas, quienes son sociables suelen estar activas tanto en línea como fuera de línea. Algunas personas se benefician de las oportunidades que ofrecen las redes sociales para fomentar la colaboración y la tolerancia, mientras que otras experimentan efectos más negativos (Lamash, Fogel & Hen-Herbst, 2023).

Sin embargo, un problema importante que surge es cómo el uso intensivo de las mismas afecta la salud mental y el desarrollo de habilidades sociales. La tendencia a pasar un tiempo excesivo en línea puede reducir las oportunidades de interacciones cara a cara, las cuales son cruciales para el aprendizaje social y cognitivo. La falta de contacto en persona puede dificultar que los adolescentes desarrollen empatía y habilidades de comunicación no verbal (Sulistiani, Sulaiman, Depriyani & Al-Amin, 2024).

Estudiosos también prestan atención a la afectación de la salud mental de los adolescentes, originada por lo que se conoce como la adicción a Internet. Estudios muestran que esta adicción puede conducir a hábitos perjudiciales, como trastornos alimentarios, problemas con el trabajo y el descanso, y hábitos como fumar. También se relaciona con un desempeño académico disminuido, incluyendo reducción en la atención y la memoria, así como con ansiedad y depresión en algunos trastornos mentales. Con el tiempo, los adolescentes con adicción a Internet también muestran un aumento en la tendencia hacia el autolesionarse sin intención y la ideación suicida (Dong et al., 2024).

Dicho esto, se puede destacar que el bienestar emocional y mental de los adolescentes está influenciado por diversos factores, incluidos el tipo de crianza que reciben, el entorno social y el uso de redes sociales. La crianza autoritaria, permisiva o democrática impacta su salud mental, al igual que un entorno social deficiente, que puede llevar a problemas emocionales. Además, el ambiente en el que viven, junto con el uso excesivo de redes sociales previamente mencionado, puede afectar negativamente su comportamiento y salud mental; contribuyendo a actitudes antisociales y otros trastornos mentales (Akbar, Anissa, Fitri & Fitria, 2024).

CAPÍTULO III

CAPÍTULO III: MARCO METODOLÓGICO

3.1. Diseño de investigación y tipo de estudio

El diseño de esta investigación fue experimental, debido a que se manipuló de forma intencional una variable independiente; se midieron también variables dependientes y se asignaron participantes al azar (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018).

Esta investigación fue de tipo descriptiva, especificando propiedades y características importantes de las variables pertinentes a la investigación. Así también, se definieron tendencias de un grupo o población estudiantil específica (Hernández-Sampieri; Fernández & Baptista, 2014).

3.2 Población o universo

El estudio se enfocó en trabajar con la población adolescente, residentes en la provincia de Veraguas.

Sujetos o grupo de estudio:

El grupo de estudio estuvo conformado por 12 adolescentes con edades entre los 13 y 17 años.

Tabla 1. Población

Características	Categoría/unidad	Total	Porcentaje
Sexo	masculino	4	33%
	femenino	8	67%

La tabla 1, ha sido creada por el investigador en base a las características particulares de la población que formó parte del estudio de investigación.

Tipo de la muestra estadística:

La muestra fue de carácter probabilístico, ya que representó a un subgrupo de la población en el que todos los individuos tuvieron la misma oportunidad de ser seleccionados a través de una invitación abierta en redes sociales (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018).

El proceso de selección de participantes fue meticuloso y consideró diversos aspectos. Se incluyeron adolescentes de ambos sexos, con edades comprendidas entre los 13 y los 17 años, residentes específicamente en la provincia de Veraguas. Esta elección geográfica se basó en la proximidad y accesibilidad en cuanto a medios de transporte, con el fin de garantizar la viabilidad de la intervención presencial. Se excluyeron individuos que no estaban dentro de este rango de edad o que residían en otras provincias.

Esta exclusión se debió a la comprensión de que la mentalidad y las necesidades de los adolescentes pueden variar significativamente según su edad; evitando mezclar adolescentes menores de edad con aquellos en una etapa más avanzada de la adolescencia. También se reconoció que la dinámica de los talleres psicoeducativos requería una participación presencial en la provincia de Veraguas.

Es importante destacar que la modalidad presencial fue elegida por parte de la investigadora, quien también tomó en cuenta la disponibilidad y la opinión de la mayoría de los adolescentes interesados en participar. Esto evidencia que estas decisiones, aunque puedan parecer triviales, no fueron tomadas a la ligera, sino

que se consideraron cuidadosamente diversos factores para garantizar la efectividad y el compromiso de los participantes.

Se consideró crucial el obtener el consentimiento y asentimiento informado de los adolescentes y sus padres o tutores legales, para garantizar su participación voluntaria y plenamente informada en el estudio.

Cabe resaltar que se consideró también un criterio de inclusión a sujetos pertenecientes a la población de condición neurotípica, por ejemplo, sujetos que no padecían algún trastorno o déficit.

Pero es importante indicar que un adolescente neurodivergente con rasgos de discapacidad cognitiva entre leves a moderados, sí se aceptó como parte del estudio, por ende, fue incluido en el mismo.

Este enfoque global de criterios de exclusión e inclusión se adoptó para asegurar que todos los participantes pudieran beneficiarse de manera óptima con la intervención psicoeducativa y contribuir así, a un ambiente de aprendizaje inclusivo y enriquecedor.

3.3 Variables

Variable independiente:

Talleres Psicoeducativos/Psicoeducación

- Definición conceptual: Este enfoque de intervención integra aspectos tanto de la educación como de la psicología, brindando a las personas la oportunidad de desarrollar su potencial mediante el reconocimiento de sus propias fortalezas. Los talleres y las sesiones grupales facilitan una interacción directa entre los participantes y el facilitador. Mediante

actividades dinámicas, ejercicios prácticos y discusiones en grupo, los asistentes no solo adquieren nuevas habilidades, sino que también comparten vivencias, promoviendo un ambiente de apoyo y crecimiento conjunto (Céspedes, 2023).

- Definición operacional: se operacionaliza mediante la implementación de cuatro talleres que siguen una estructura y contenido presentados en la propuesta de intervención (pretest, intervención, post test).

Variables dependientes:

Variable 1: Inadaptación general

- Definición conceptual: se refiere a la incapacidad de una persona para ajustarse y sentirse a gusto consigo misma o en el entorno en el que vive (Hernández-Guanir, 2015).
- Definición operacional: se trata de una variable cuantitativa, obtenida mediante la calificación de la prueba TAMAI – Escala Inadaptación general.

Variable 2: Inadaptación personal

- Definición conceptual: desajuste emocional que está asociado con el autoconcepto, la autoestima y la autoeficacia, y se manifiesta a través de experiencias de inseguridad, insatisfacción, inestabilidad emocional, ineptitud y autoengaño (Hernández-Guanir, 2015).
- Definición operacional: se trata de una variable cuantitativa, obtenida mediante la calificación de la prueba TAMAI – Escala Inadaptación personal.

Variable 3: Inadaptación escolar

- Definición conceptual: insatisfacción y comportamiento inapropiado de un estudiante hacia el entorno educativo, vinculada a la inadaptación personal y social. Se manifiesta externamente mediante bajo rendimiento y conductas disruptivas, e internamente a través de actitudes negativas hacia el aprendizaje, docentes y la institución (Hernández-Guanir, 2015).
- Definición operacional: se trata de una variable cuantitativa, obtenida mediante la calificación de la prueba TAMAI – Escala Inadaptación escolar.

Variable 4: Inadaptación social

- Definición conceptual: la inadaptación social está vinculada con las interacciones personales. Se manifiesta a través de conflictos con otras personas y las normas sociales, o bien por la tendencia a restringir las propias relaciones y mantener actitudes desconfiadas y hostiles (Hernández-Guanir, 2015).
- Definición operacional: se trata de una variable cuantitativa, obtenida mediante la calificación de la prueba TAMAI – Escala Inadaptación social.

3.4 Instrumentos, técnicas de recolección de datos y/o materiales

La evaluación de la adaptación se realizó a través de la prueba TAMAI. La misma es de tipo autoevaluativa; aplicable de forma individual o colectiva a partir de los 8 años. Evalúa distintas áreas de inadaptación y en esta ocasión permitió la obtención de información progresivamente específica, hasta el nivel que se deseó analizar en base a los objetivos previamente establecidos en la investigación (Hernández-Guanir, 2015).

Sentido de la prueba

Este instrumento de autoevaluación abarca las distintas áreas de adaptación previamente mencionadas a través del análisis de correspondencia y la clasificación automática de clústeres, ofrece información que puede desglosarse de manera progresiva hasta el nivel de detalle que se desee.

Esto implica que se puede obtener un dato general de inadaptación o, por otro lado, explorar el factor general de inadaptación en un área específica, como el ámbito social; además, dentro de este ámbito, la prueba también permite identificar factores complejos que contribuyen a la inadaptación, como el descontrol y la restricción en las relaciones sociales.

La organización de las escalas y subescalas del TAMAI facilita un análisis detallado y funcional que se centra en las esferas o situaciones concretas en las que se desenvuelven los adolescentes.

De este modo, se puede acceder a información tanto a un nivel básico y general, utilizando pocos factores, como a un nivel más complejo y detallado que incluye hasta una treintena de factores específicos.

Generalidades de la aplicación

Se entregó a cada adolescente un conjunto de materiales necesarios para la prueba, incluyendo un ejemplar del cuestionario, un lápiz, un borrador y un sacapuntas. La organización de los participantes se llevó a cabo de tal manera que se minimizara cualquier posibilidad de que se supervisaran entre sí.

Luego, se les solicitó que completaran los datos generales de identificación. Una vez hecho esto, la investigadora procedió a explicar las instrucciones que se encuentran en la portada del cuestionario. Esta explicación fue realizada en voz

alta, de manera clara y pausada, y se hizo énfasis en preguntar si había dudas en los apartados principales, siguiendo las recomendaciones del manual.

Los adolescentes respondieron un total de 175 ítems en el cuestionario. Finalmente, la investigadora recogió todos los ejemplares, verificando cuidadosamente que todos los ítems hubiesen sido respondidos de manera correcta y completa. Esta revisión aseguró que los datos obtenidos fueran válidos para el análisis posterior.

Sistema de corrección del TAMAI

La corrección del TAMAI se realizó con procedimientos informáticos automatizados. La corrección informática permitió reducir el tiempo empleado en tareas mecánicas y el número de errores que se cometen en este tipo de labores.

3.5 Procedimiento

Etapas de la investigación

Etapa 1: correspondió a la elaboración y consecuente aprobación del anteproyecto de tesis, estableciendo la estructura metodológica a seguir.

Etapa 2: se procedió a obtener los permisos institucionales necesarios para el desarrollo oficial del experimento.

Etapa 3: se procedió a solicitar los consentimientos a cada uno de los acudientes y los asentimientos de los adolescentes, permitiéndoles así confirmar su interés en participar del estudio. Es importante señalar que cada uno de estos documentos fueron debidamente presentados y explicados, para que tanto el adolescente como el acudiente de éste, tuviesen de forma clara todas las pautas y consideraciones éticas inherentes a la investigación.

Etapa 4: se aplicó la prueba TAMAI. Se calificaron cada uno de los pretest, y se tabularon resultados.

Etapa 5: representó el desarrollo de los Talleres Psicoeducativos (Intervención).

Etapa 6: se aplicó nuevamente la prueba TAMAI, se calificaron cada uno de los post test y se tabularon resultados.

Etapa 7, la cual consistió en el análisis y presentación de resultados.

Consideraciones éticas

El sistema actual de Buenas Prácticas Clínicas ha evolucionado, en parte, en respuesta a revelaciones de episodios pasados en los que los participantes de algunas investigaciones sufrieron lamentablemente, graves abusos.

Teniendo esto muy en cuenta, el mantener la ética fue crucial en cada una de las etapas de la presente investigación, debido a que garantizó la protección de los derechos, la seguridad, el bienestar y la confidencialidad de cada uno de los participantes del experimento.

Los principios de la Buena Práctica Clínica están codificados en varias secciones o títulos del CFR (Código de regulaciones federales de los E.E.U.U.). El incumplimiento de estas normas puede resultar en la suspensión de un estudio de investigación, así como en multas y sanciones.

Los países, estados, ciudades e instituciones implementan políticas adicionales para la protección de los participantes humanos. Estas políticas pueden imponer requisitos más estrictos que los establecidos en las regulaciones federales.

En Panamá, el 28 de mayo de 2021, se promulgó la Ley 81 de Protección de Datos Personales, una normativa que establece un marco legal específico para garantizar la protección de la información personal. Esta ley detalla principios fundamentales, derechos de los ciudadanos, obligaciones de las entidades que manejan datos y procedimientos claros, para regular el uso y la protección de la información personal en el país.

La implementación de esta ley representó un avance crucial, ya que otorgó a los ciudadanos panameños un mayor control y autonomía sobre cómo se utiliza, almacena y comparte su información personal por terceros; fortaleciendo así, su derecho a la privacidad en un contexto cada vez más digitalizado y globalizado.

Por lo tanto, cabe reafirmar que este estudio tomó muy en cuenta tanto las directrices y regulaciones internacionales, como aquellas por las cuales se rige el psicólogo y psicóloga panameños en nuestro territorio.

En términos generales, las buenas prácticas clínicas, representaron un marco saludable para la realización justa y científicamente sólida de este estudio de investigación, con participantes adolescentes menores de edad.

CAPÍTULO IV

CAPÍTULO IV: PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

Talleres Psicoeducativos

“Promoviendo la adaptación en la adolescencia”

4.1 Introducción

Una adaptación saludable en la adolescencia no solo es fundamental para el bienestar actual del individuo, sino que también sienta las bases para un desarrollo físico, emocional y social sólido, a lo largo de la vida.

Al establecer patrones de comportamiento positivos durante esta etapa crucial, se fomenta un camino hacia el bienestar general y la capacidad de afrontar los desafíos que surgen en la adultez.

Es importante reconocer que las expectativas culturales y sociales pueden ejercer una influencia significativa en la adaptación de los adolescentes. En algunos casos, las presiones sociales pueden conducir a comportamientos no saludables o a la falta de aceptación de la diversidad; lo que puede obstaculizar el proceso de adaptación.

Además, en nuestro contexto nacional, la falta de programas efectivos de transición y oportunidades adecuadas puede plantear desafíos adicionales para la adaptación exitosa en la vida adulta.

Por lo tanto, la presente propuesta de intervención se enfoca en abordar estas dificultades mediante talleres psicoeducativos, diseñados específicamente para promover una adaptación saludable en los adolescentes.

Estos talleres tienen como objetivo proporcionar a los participantes las herramientas necesarias para enfrentar los desafíos de la adolescencia y desarrollar habilidades que les permitan prosperar en su transición hacia la vida adulta.

4.2 Objetivos

4.2.1 Objetivo general:

Facilitar el desarrollo de habilidades de adaptación saludables en adolescentes; promoviendo un proceso de transición exitoso hacia la adultez.

4.2.2 Objetivos específicos:

- Fomentar la adaptación personal por medio de la autoexploración y el autoconocimiento, fortaleciendo así, la propia identidad del adolescente.
- Fortalecer la adaptación escolar al proporcionar estrategias y recursos para el manejo del estrés académico.
- Reforzar la adaptación social por medio de las habilidades sociales, como la empatía, la comunicación efectiva y la resolución de conflictos, para mejorar las relaciones interpersonales.

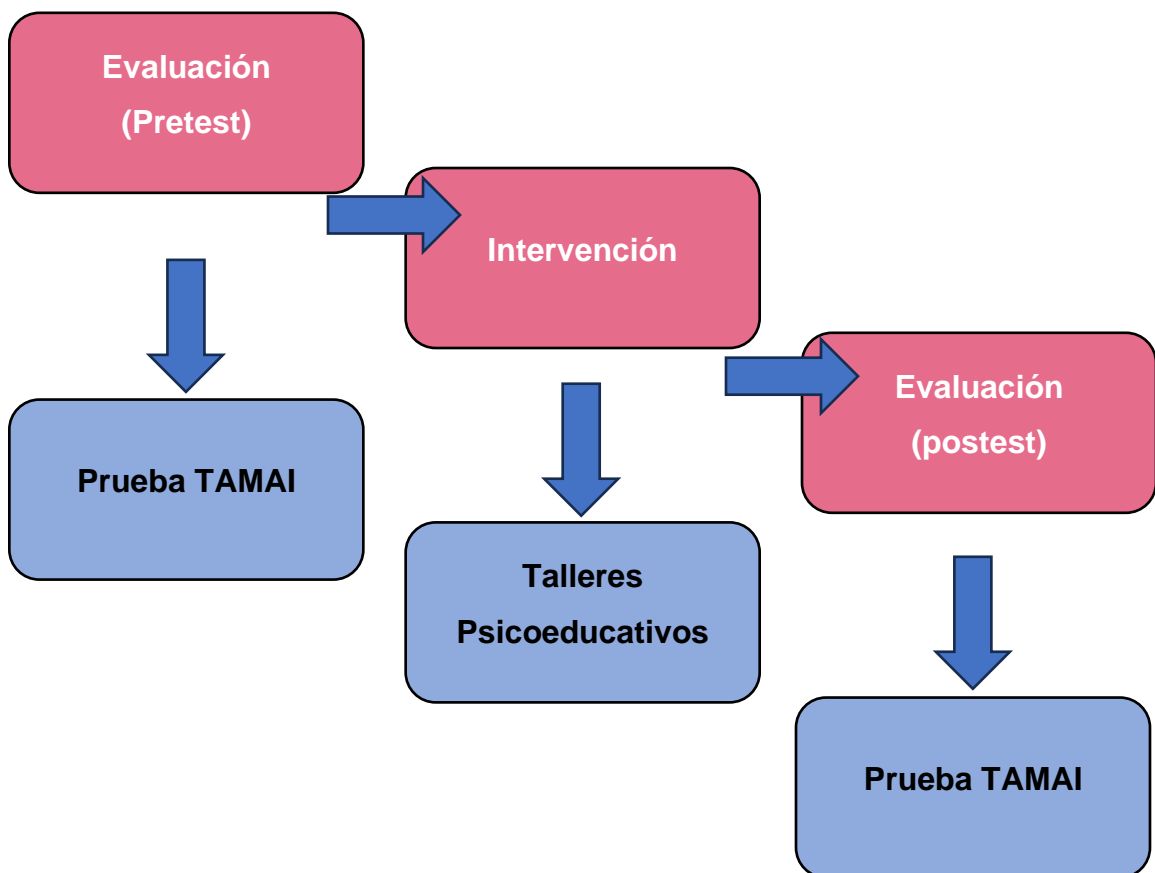
4.3 Metodología

Para abordar la adaptación en un grupo de adolescentes, se desarrollaron cuatro talleres psicoeducativos que abarcaron tres áreas de abordaje específicas: área personal, escolar y social.

4.4 Componentes y actividades

La propuesta estuvo compuesta por pre y post test y los talleres psicoeducativos, los cuales se desarrollaron de forma semanal, en un contexto comunitario, en un salón de reuniones de una iglesia católica de la localidad.

Figura 3: Propuesta de intervención



La figura 3 fue elaborada por la investigadora para representar un resumen visual de la propuesta desarrollada.

4.4.1 Evaluación

Compuesta por un pretest (evaluación diagnóstica) y posttest (evaluación final) utilizando la prueba psicológica TAMAI.

4.4.2 Intervención

A continuación, se describen las sesiones de los talleres psicoeducativos.

Cuadro 1. Descripción general de la propuesta

Sesión	Taller	Objetivos	Herramientas psicoeducativas por desarrollar
1	Introducción/ "Empezando a brillar"	Explicar el significado y objetivo de los talleres psicoeducativos, establecer las normas y <i>rapport</i> e introducir la relevancia del abordaje de la adaptación en general.	<ul style="list-style-type: none">• Dinámica de presentación e integración de grupo.• Psicoeducación sobre el propósito de los talleres psicoeducativos.
2	"Descubriendo mi brillo único"	Fomentar la adaptación personal de los adolescentes mediante la exploración y comprensión de su identidad, desarrollando una autoimagen positiva y promoviendo la	<ul style="list-style-type: none">• Actividades de autoexploración para reflexionar sobre la identidad personal.• Psicoeducación sobre la autoimagen positiva y la autoaceptación.

		aceptación de sí mismos.	
3	“Encontrando mi paz interior”	Promover la adaptación escolar de los adolescentes a través de la psicoeducación en habilidades y técnicas de identificación emocional, manejo del estrés y la autorregulación emocional.	<ul style="list-style-type: none"> • Técnicas de identificación emocional, como ejercicios de mindfulness y listas de emociones. • Estrategias de manejo del estrés, como la respiración profunda y la relajación muscular progresiva.
4	“Creando relaciones saludables y vínculos fuertes”	Potenciar la adaptación social de los adolescentes mediante el fomento de relaciones interpersonales saludables, promoviendo la empatía y el respeto mutuo, así como el fortalecimiento de sus habilidades de comunicación y resolución de conflictos con sus compañeros y pares.	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Role-playing</i> para practicar habilidades de comunicación y resolución de conflictos. • Discusiones grupales sobre la importancia de las relaciones saludables. • Psicoeducación sobre cómo establecer límites sanos en las relaciones interpersonales.

El Cuadro 1 fue elaborado por el investigador para representar un resumen del contenido de la propuesta desarrollada.

CAPÍTULO V

CAPÍTULO V: ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

En este capítulo, se presentan y analizan los resultados obtenidos en el estudio, en consonancia con los objetivos de investigación establecidos previamente.

Se emplearon técnicas de estadística descriptiva y analítica, utilizando cuadros, tablas y gráficos, para una mejor visualización de los datos.

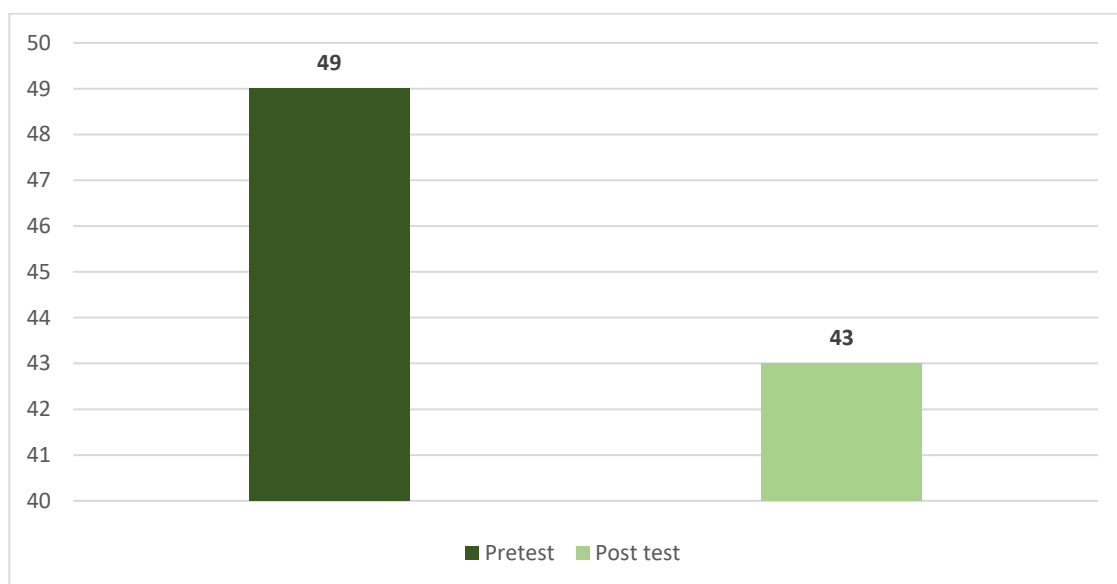
Resultados y Análisis

Inicialmente se examinan las hipótesis planteadas en la investigación y se presentan los hallazgos correspondientes:

H1: Los Talleres Psicoeducativos mejoran la inadaptación general de un grupo de adolescentes.

Ho: Los Talleres Psicoeducativos no mejoran la inadaptación general de un grupo de adolescentes.

Gráfica 2. Comprobación de hipótesis



La Gráfica 2 presenta los puntajes promedio obtenidos de la población del estudio en el instrumento TAMAI, tanto en el pretest como en el post test.

Consecuentemente, se responde la pregunta de investigación: ¿Cuál será el impacto de los Talleres Psicoeducativos al abordar la inadaptación de un grupo de adolescentes?

Los Talleres Psicoeducativos han demostrado tener un impacto significativo en la inadaptación general de la muestra. Esta observación es clave para responder al objetivo general de este estudio, el cual se centró en describir el efecto de los Talleres Psicoeducativos en el abordaje de la inadaptación en un grupo de adolescentes.

Al inicio de la intervención, la muestra exhibía un puntaje promedio de Inadaptación global de 49, lo que indica un nivel considerable de dificultades en diversos aspectos de la vida. Sin embargo, tras la culminación de los talleres, se observó una disminución notable en este puntaje, con un 43 como promedio total. Esta reducción significativa se interpreta como un resultado efectivo y relevante para el estudio en cuestión, ya que indica una mejora palpable en la adaptación y el bienestar general de los participantes.

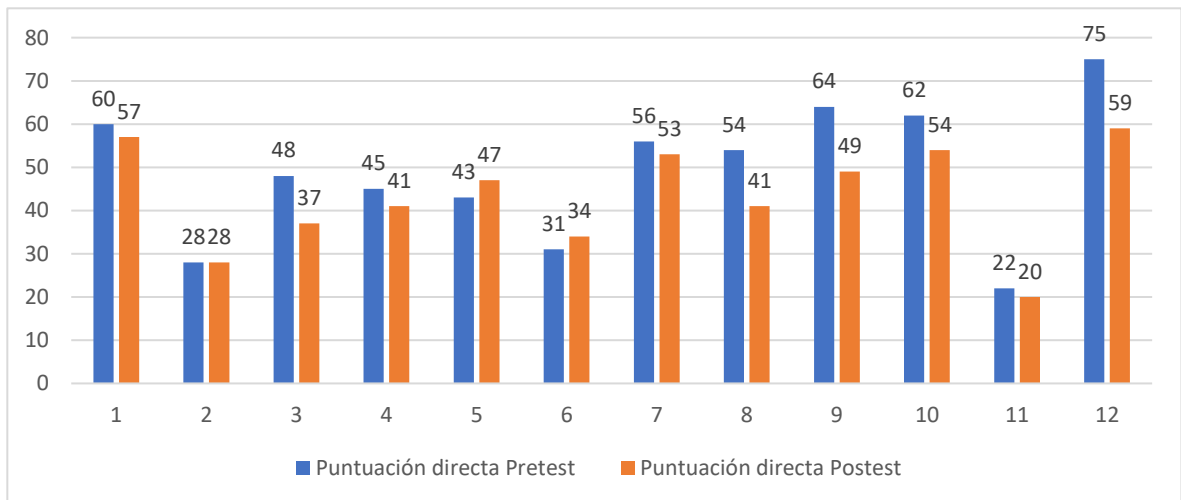
Estos hallazgos se alinean con los resultados de un estudio reciente que se enfocó en revisar de manera sistemática intervenciones psicoeducativas dirigidas a la prevención y promoción de la salud mental en adolescentes.

De los 11 estudios revisados, la mayoría determinó que estas intervenciones resultaron efectivas en aumentar la comprensión sobre la salud mental, disminuir el estigma relacionado con los problemas de salud mental, y promover la adquisición de estrategias y habilidades para enfrentar estos desafíos en los adolescentes (López-Villegas & Sánchez-Sandoval, 2024).

Estos resultados respaldan la efectividad de las intervenciones psicoeducativas, en mejorar el bienestar mental de los adolescentes; destacando la importancia de continuar implementando y evaluando programas de intervención psicoeducativa, dirigidos a esta población para asegurar su efectividad y relevancia en contextos específicos.

Gráfica 3. Inadaptación general

Objetivo específico 1: Conocer el puntaje de la inadaptación general de la muestra.



La Gráfica 3 presenta los puntajes de inadaptación general directos, obtenidos de la población del estudio en el instrumento TAMAI.

Al analizar con mayor detalle las puntuaciones directas obtenidas por la muestra en el pretest (indicadas en color azul) y en el post test (marcadas en color naranja), se observa que el 75% de los participantes (9 de 12) experimentaron una disminución en su puntaje de Inadaptación global, después de la intervención. Además, es importante destacar que el 17% de la muestra (2 de 12) mostró un aumento en su puntaje de Inadaptación general; mientras que el 8% restante (1

de 12) obtuvo exactamente el mismo puntaje, tanto en la evaluación inicial como en la final.

Estos datos proporcionan una visión más detallada de cómo la intervención afectó individualmente a cada participante; subrayando la variedad de respuestas y destacando la importancia de considerar los resultados de manera individualizada en futuros análisis y diseños de intervención.

En este sentido, son múltiples las explicaciones y/o razones por las cuales los resultados varían entre los adolescentes participantes. Es posible que aquellos adolescentes que mostraron una mayor disposición para participar activamente en los talleres y comprometerse con las actividades propuestas, hayan experimentado mayores mejoras en su adaptación.

El grado de involucramiento puede influir en la asimilación y aplicación de las habilidades y estrategias aprendidas durante la intervención. Las circunstancias individuales de cada adolescente pueden desempeñar un papel significativo en su adaptación. Aquellos que enfrentan desafíos adicionales en su entorno, como problemas familiares, estrés socioeconómico o falta de apoyo emocional, pueden encontrar más difícil aplicar las habilidades aprendidas en los talleres en su vida diaria.

Cada adolescente tiene sus propias necesidades y características únicas. El nivel de apoyo continuo y seguimiento después de la intervención también puede influir en los resultados a largo plazo.

Los adolescentes que reciben un seguimiento adecuado y continuo, practicando las habilidades aprendidas, pueden experimentar mejoras más duraderas en su adaptación, en comparación con aquellos que carecen de este apoyo adicional.

Objetivo específico 2: Identificar el puntaje de la inadaptación personal y escolar. Se examina el impacto de los talleres en la inadaptación personal de los participantes como se muestra en la siguiente tabla.

Tabla 2. Inadaptación personal

Dimensión media	Pretest	Postest
Inadaptación personal	18.4	14.5

La Tabla 2 muestra los puntajes promedio de inadaptación personal obtenidos por la población del estudio en el instrumento TAMAI.

La evaluación de la **inadaptación personal** reveló una reducción significativa en los puntajes promedio, **disminuyendo de 18.4 en el pretest a 14.5 en el postest.**

Dicha disminución indica una mejora notable en la adaptación personal después de la intervención. La inadaptación personal abarca una serie de aspectos intrínsecos, como el autoconcepto, la autoestima, la autoeficacia, la seguridad en uno mismo, la satisfacción personal, el equilibrio emocional, la eficiencia y la autenticidad en la realización personal.

Por consiguiente, los puntajes promedio obtenidos sugieren que la intervención ha tenido un impacto positivo en uno o varios de estos aspectos cruciales. La reducción en los niveles de inadaptación personal refleja un progreso significativo hacia una mayor autoaceptación, seguridad emocional y competencia personal entre los participantes.

Estos hallazgos resultan alentadores y confirman la efectividad de los talleres psicoeducativos en la mejora de la adaptación personal de los adolescentes. Los datos destacan la importancia de abordar de manera integral y exhaustiva los

múltiples factores que impactan su bienestar emocional y psicosocial. Al centrarse en diversas áreas del desarrollo personal y social, estos talleres no solo ayudan a los adolescentes a adaptarse mejor a su entorno, sino que también fortalecen su capacidad para enfrentar desafíos y gestionar sus emociones de manera más efectiva.

Tabla 3. Inadaptación escolar

Dimensión media	Pretest	Posttest
Inadaptación escolar	14.6	13.2

La Tabla 3 exhibe los puntajes promedio de inadaptación escolar obtenidos de la población del estudio en el instrumento TAMAI.

En el contexto del análisis del segundo objetivo específico, se observa una disminución en la inadaptación escolar promedio, que pasó de 14.6 en el pretest a 13.2 en el posttest. Aunque la disminución puede parecer mínima, sugiere una posible mejora en la actitud negativa hacia las tareas académicas, los temas de estudio y la interacción con los profesores.

Esta disminución en los niveles de inadaptación escolar refleja un avance en la actitud y el comportamiento de los adolescentes hacia el ámbito educativo. Es fundamental resaltar que, aunque los cambios observados puedan parecer modestos o menores en su magnitud, tienen el potencial de generar un impacto considerable en el rendimiento académico de los estudiantes y en su bienestar general.

Aunque estos ajustes puedan parecer pequeños, pueden tener un impacto considerable en la manera en que los estudiantes gestionan sus estudios y en su

salud emocional. Esto destaca la importancia de prestar atención y valorar incluso las mejoras que, a primera vista, podrían parecer superficiales.

Por consiguiente, estos resultados son alentadores y sugieren que la intervención ha comenzado a abordar de manera efectiva los desafíos relacionados con la adaptación escolar, sentando así, las bases para un mayor progreso en el futuro.

Tabla 4. Inadaptación social

Dimensión media	Pretest	Postest
Inadaptación social	15.9	15.6

La Tabla 4 presenta los puntajes promedio de inadaptación social obtenidos de la población del estudio en el instrumento TAMAI.

Objetivo Específico 3: Determinar el puntaje de la inadaptación social.

Finalmente, en relación con el tercer objetivo específico planteado en la investigación, se observa que la inadaptación social promedio pasó de 15.9 en el pretest a 15.6 en el postest. Aunque la disminución es leve, indica una ligera mejora en la adaptación social, abordando tanto el auto desajuste como la restricción social, después de la intervención.

Es crucial reiterar que incluso las mejoras mínimas pueden tener un impacto significativo en el bienestar general de los adolescentes, especialmente en el ámbito social. La inadaptación social puede influir en la calidad de las relaciones interpersonales, la participación en actividades sociales y el sentido de pertenencia a la comunidad.

Aunque la disminución en los niveles de inadaptación social pueda parecer pequeña, estos resultados sugieren un progreso positivo hacia una mejor adaptación en el ámbito social.

Cabe destacar una conexión interesante entre el aspecto inadaptativo escolar previamente analizado y el actual factor social; en donde numerosos estudios han señalado que los adolescentes con niveles bajos de habilidades sociales tienden a involucrarse en comportamientos antisociales, los cuales pueden impactar negativamente en su capacidad para desarrollar un aprendizaje escolar adecuado.

Esta deficiencia en habilidades sociales no solo obstaculiza su desempeño académico, pues también puede contribuir a un incremento en el riesgo de fracaso escolar; afectando de manera significativa su trayectoria educativa y su éxito en el entorno escolar (Cardona, 2020; Núñez et al., 2018; Santana et al., 2018; Vieira et al., 2018) citados por (González & Molero, 2021).

En ese sentido, se reitera que estas mejoras obtenidas post intervención, aunque sean mínimas, pueden tener repercusiones importantes en la vida diaria y escolar de los adolescentes participantes, promoviendo en ellos una mayor satisfacción, adaptación, bienestar en sus relaciones e inmersión activa en diversos ambientes tanto a nivel personal, como escolar y social.

CONCLUSIONES

La reducción promedio en la puntuación de Inadaptación general, de 49 en el pretest a 43 en el postest, indica un impacto general positivo de los Talleres Psicoeducativos en la muestra intervenida. Este cambio sugiere una mejora en la adaptación general de los adolescentes después de la intervención.

La mayoría de los participantes muestra una tendencia favorable, ya que el 75% de la muestra experimentó una reducción en sus puntajes de inadaptación general después de la intervención. Sin embargo, es importante destacar que el 17% de la muestra mostró un aumento en sus puntajes, lo que resalta la variabilidad en la efectividad de la intervención y la importancia de considerar las respuestas individuales.

Aunque la mayoría disminuyó su puntaje de inadaptación general, el 8% de la muestra mantuvo los mismos puntajes en el pretest y el postest. Esto sugiere que, para algunos participantes, la intervención puede no haber tenido un impacto significativo en la inadaptación general. Es necesario investigar más a fondo las razones detrás de esta falta de cambio y considerar adaptaciones en la intervención para abordar las necesidades individuales de los adolescentes.

LIMITACIONES Y RECOMENDACIONES DE LA INVESTIGACIÓN

A pesar de las mejoras observadas, se recomienda una revisión exhaustiva de los Talleres Psicoeducativos para identificar áreas específicas que podrían necesitar mayor atención. Esto podría incluir una evaluación detallada de las técnicas y estrategias utilizadas en la intervención, así como una mayor atención a los factores que podrían estar contribuyendo al aumento en los puntajes de inadaptación en algunos participantes.

Se sugiere establecer un programa de seguimiento a largo plazo para los participantes adolescentes, con el fin de prolongar los resultados positivos observados e identificar posibles necesidades de referencia de atención clínica personalizada.

El tamaño limitado de la muestra representó una clara limitación en este estudio, compuesta por 12 adolescentes. Para mejorar la validez externa de los hallazgos y generalizar los resultados, se recomienda considerar la ampliación de la muestra en futuras investigaciones. Aparte de eso, se sugiere realizar estudios longitudinales para evaluar los efectos a largo plazo de los Talleres Psicoeducativos en la adaptación de los adolescentes.

Dado que la muestra se limitó a adolescentes de una determinada área geográfica y rango de edad, los resultados podrían no ser generalizables a otras poblaciones de adolescentes con diferentes características demográficas y/o contextos sociales.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS E INFOGRAFÍA

- Acosta, C. O., & Amador, N. A. (2021). Prevención de ciberacoso en adolescentes de educación secundaria: una propuesta psicoeducativa. *Ehquidad*, 39-62.
- Aizcorbe, G., & Gallo, M. (2023). La psicoeducación como una tecnología educativa. *Revista Innova Educa*, 79-92.
- Akbar, R., Anissa, M., Fitri, A., & Fitria, A. (2024). Aspects that influence adolescent mental health. *Nusantara Hasana Journal*, 3(9), 1-8.
- APA. (2023). American Psychological Association. Retrieved from <https://dictionary.apa.org/maladjustment>
- ASALE. (2023, enero 5). Diccionario de la lengua española. Retrieved from <https://dle.rae.es/adaptar?m=form>
- Barcelata, B. E. (2019). Adaptación y resiliencia adolescente en contextos múltiples. Ciudad de México: El Manual Modeno, S.A. de C.V.
- Barcelos, R., & Rossi, C. (2014). Social media and adolescents: an analysis of ambivalent consequences and consumption strategies. *Revista de Administração e Contabilidade da Unisinos*, 11(2), 93-110.
- Bouhid, D. (2020). Taller psicoeducativo sobre consumo problemático de sustancias psicoactivas en nivel secundario aplicado en el I.P.E.M N°193 José María Paz. Córdoba: Universidad Siglo 21.
- Briones, N., & Molina, M. (2024). Percepción de Riesgo sobre Consumo de Alcohol y Género en Estudiantes de la Uleam. ULEAM. Retrieved from <https://repositorio.uleam.edu.ec/bitstream/123456789/5504/1/ULEAM-TS-0100.pdf>
- Caballero, M. D. (2015). Inadaptación Social e Inmigración: Un estudio en adolescentes latinoamericanos y marroquíes.
- Carrasco-Bravo, D. M., & Mayo-Parra, I. (2019). La prevención psicoeducativa familiar de los trastornos del comportamiento en adolescentes. *Luz*, 2, 53-64.

- Céspedes, C. (2023, Agosto 3). ADIPA. Retrieved from <https://adipa.mx/noticias/psicoeducacion-que-es-y-para-que-sirve/#:~:text=Los%20objetivos%20de%20la%20psicoeducaci%C3%B3n,comunicaci%C3%B3n%20y%20las%20relaciones%20interpersonales>.
- Coletti, G. E. (2017, Enero - Marzo). Relación entre el clima familiar y la adaptación de la conducta de adolescentes. *Investigación Valdizana*, 11(1).
- Cordovi, M., Hierrezuelo Rojas, N., Antón del Toro, T., Díaz Ferrer, L., Neira Hierrezuelo, N., & Reyes López, M. L. (2024). Embarazo en la adolescencia en un área de salud. I Jornada Científica Virtual de Salud Pública, TunaSalud2024. Santiago de Cuba.
- Coriat, A. (2022, Enero 24). Aumento en atención psicológica para estudiantes. *El Siglo*.
- Coronel Santos, M. (2023). Resiliencia en estudiantes de Educación Media Superior: modelo explicativo basado en factores de riesgo, protección y contexto del adolescente. *Tecnológico de Monterrey, Monterrey*.
- Cruz, M. G. (2023). ADAPTACIÓN Y MOTIVACIÓN ACADÉMICA EN ADOLESCENTES VARONES Y MUJERES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DE LA CIUDAD DE AREQUIPA. UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN AGUSTÍN, Arequipa.
- Darío, A., Matute-Uloa, G. H., Morales-Pin, N. J., & Zambrano-Arauz, P. E. (2023). Problemas emergentes de salud mental en adolescentes ecuatorianos: una revisión bibliográfica. *Polo del Conocimiento*, 976-1020.
- Del Águila, L. R. (2018, Marzo 15). Conductas de riesgo y adaptación de conducta en adolescentes de colegios nacionales del distrito de La Esperanza, Trujillo. *EsSalud*, 3-8.
- Díaz, J. L., & Narro, E. E. (2022). Clima social familiar y adaptación de conducta en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de Chaclacayo. Callao: Universidad César Vallejo.

- Dong, W., Haishan, T., Sijia, W., Guangli, L., Yanqing, S., & Chaoran, C. (2024). The effect of social anxiety on teenagers' internet addiction: the mediating role of loneliness and coping styles. *Springer link*, 24(395).
- Duchi, D. M., & Galarza, D. C. (2023). *Eficacia de la Psicoeducación en Regulación Emocional con Adolescentes*. Cuenca, Ecuador.
- E. Frydenberg, R. L. (2000). *Escalas de afrontamiento para adolescentes*. Madrid: TEA.
- Fandiño, R. P., & Rodríguez, V. P. (2021). *Ser adolescente. ¿Transición o destino?* Barcelona: Editorial UOC. Retrieved from Recuperado de <https://elibro.net/en/ereader/udelas/196611?page=201>.
- Feldman, R. S. (2010). *Psicología con aplicaciones en países de habla hispana*. México: McGraw-Hill.
- Flores, A. L. (2016). La crisis de identidad y su incidencia en la aparición del trastorno de adaptación en los adolescentes que cursan el octavo año de educación básica paralelo "A" del Instituto Tecnológico Rumiñahui durante el año lectivo 2010-2011. Ambato - Ecuador.
- Genise, G., N., G., & Crocamo, L. (2019). *Manual de Psicoterapia y Psicopatología de niños y adolescentes*. Buenos Aires: Librería AKADIA Editorial.
- Godoy, D., Eberhard, A., Abarca, F., Acuña, B., & Muñoz, R. (2020). Psicoeducación en salud mental: una herramienta para pacientes y familiares. *Revista médica clínica Las Condes*, 2(31), 169-173.
- González G., C., & Torres Q., C. (2024). Efectos del cambio al horario de verano en la salud mental de los adolescentes: una revisión. *Rev Hosp Clín Univ Chile*(35), 13-9. doi:10.5354/2735-7996.2024.74634
- González, A., & Pineda, D. (2023). FACTORES SOCIALES QUE SE PRESENTAN CON MAYOR PREVALENCIA EN LA SALUD MENTAL DE LOS PACIENTES ATENDIDOS EN EL HOSPITAL SAN JUAN DE DIOS, SAN PEDRO SULA. UNITEC, Tegucigalpa.

- González, M. A., & Molero, J. M. (2021). Las habilidades sociales y su relación con otras variables en la etapa de la adolescencia. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 15(1), 113-123.
- Gustavo, E., Mamani, H., & Mamani, M. (2022). Eficacia de un programa psicoeducativo para desarrollar las habilidades sociales en adolescentes peruanos. *Revista Conrado*, 32-28.
- Haro, M. M., & Quilumba, C. A. (2024). La inadaptación social como factor de riesgo para la depresión en estudiantes de un instituto superior universitario. Universidad Politécnica Salesiana, Quito.
- Hernández-Guanir, P. (2015). Test Autoevaluativo multifactorial de adaptación infantil. Madrid, España: TEA.
- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, C. P. (2018). Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. Ciudad de México: Mc Graw Hill Education.
- Hernández-Sampieri; Fernández & Baptista. (2014). Metodología de la investigación. Ciudad de México: Mc Graw Hill.
- INEC. (2023). Dashboards - INEC. Retrieved from <https://www.inec.gob.pa/DASHBOARDS/Censos/Poblacion>
- Jarrín-García, G., & Moreta-Herrera, R. (2024). Estrés, dificultades de regulación emocional y adaptación escolar en adolescentes aspirantes a la educación superior en Ecuador. *Revista de Ciencias Humanísticas y Sociales*, 9(1), 24-35.
- Jiménez. (2024). Una estrategia flexible para prevenir el suicidio en la adolescencia y promover los buenos hábitos en salud mental. Universidad Nacional de Educación a Distancia, Facultad de Derecho – Departamento de Trabajo Social, A Coruña. Retrieved from <https://apidspace.lindh.uned.es/server/api/core/bitstreams/ed2095a8-f33d-447e-973d-8cf994377fba/content>

- Jiménez, M. F., & Alejo, I. E. (2022). Análisis psicológico y práctico de la regulación de emociones en adolescentes. *Investigación Formativa en Contextos Globales*, 1, 21-24.
- Lamash, L., Fogel, Y., & Hen-Herbst, L. (2023). Adolescents' social interaction skills on social media versus in person and the correlations to well-being. *96(3)*, 501-511.
- Leiva, J., Rabanal Carrasco, M., Cabrera Palma, D., Abarca, C., J., Gormaz Aguirre, M., . . . Morandé Morales, V. (2023). Conductas sociales y de salud de la adolescencia representadas en TikTok. *Enfermería: Cuidados Humanizados*, 12(1), 1-18.
- León, M. M., Cuevas, J. N., Arbeláez, A. M., & Loja, D. M. (2024). Habilidades sociales en adolescentes de 12 a 14 años. *Simbiosis*, 4, 85-101.
- Lloret, M. (2024). Programa psicoeducativo para la prevención de los Trastornos de la Conducta Alimentaria en 1º de Educación Secundaria Obligatoria. Universidad Católica de Murcia, Murcia.
- López, M. L. (2013). *Asertividad, Estado Emocional y Adaptación en Adolescentes*.
- López-Villegas, A., & Sánchez-Sandoval, Y. (2024). Intervenciones psicoeducativas sobre salud mental en adolescentes en contextos escolares: una revisión sistemática. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 1-9.
- Mamani, T. (2017). Caracterización de la adaptabilidad mediante el análisis multivariado y su valor como predictor del rendimiento académico. La Paz.
- Marín, J., & González, A. (2024). Uso de redes sociales y autoestima de adolescentes en una institución educativa de Boconó, Trujillo. *9(1)*.
- Martínez, L. F. (2024). Adaptación de conductas y convivencia escolar en bachillerato. *Ciencia Latina Internacional*, 8(2). doi:https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i2.10753

- Mas, A., Moreno Madrid, P., Peláez Marco, V., Huerta Pándura, D., Valls Monzó, A., Martínez Borondo, R., . . . Mengod Balbas, P. (2022). Problemas escolares en la adolescencia. *Pediatría Integral*, 16(4), 222-228.
- Matías, G., & Gallo, M. N. (2023). La psicoeducación como una tecnología educativa. *Revista Innova Educa*, 79-92.
- Nakayama, M., Hashimoto, M., Kusumoto, T., & Ueno, M. (2024). Analysis of factors related to early adolescent health. *J Osaka Dent University*, 58(1), 241-252.
- Núñez-Naranjo, A. F., Galar-Lema, G., & Paredes-Guevara, A. (2020). Estrategias para la adaptación escolar: una visión desde la secundaria. *Digital Publisher*, 274-282.
- Ocas, G. P. (2023). El cutting, satisfacción con la vida y su relación con la adaptación social en estudiantes del nivel secundario. Trujillo: Universidad César Vallejo.
- OMS. (2021, Mayo 13). Información Básica sobre la Covid-19. Retrieved from Organización Mundial de la Salud: <https://www.who.int/es/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/question-and-answers-hub/q-a-detail/coronavirus-disease-covid-19>
- OMS. (2023). Retrieved from https://www.who.int/es/health-topics/adolescent-health#tab=tab_2
- OPS. (2022). Organización Panamericana de la Salud. Retrieved from <https://www.paho.org/es/temas/salud-adolescente>
- Ortega, O. (2022). Intervención en problemas de baja autoestima en niños con familias disfuncionales: psicoeducación familiar con enfoque en la teoría sistémica. Santo Domingo: Universidad Iberoamericana.
- Pallo, M. L. (2020). Análisis comparativo de la adaptación escolar en estudiantes de bachillerato que asisten a instituciones públicas y privadas. Ecuador: Pontificia Universidad Católica del Ecuador.
- Papalia, D. E., & Martorell, G. (2017). *Desarrollo Humano* (Décimotercera ed.). Ciudad de México: Mc Graw Hill.

- Pardave, Y. M., & Zeña, B. (2024). Propiedades psicométricas del cuestionario de conductas antisociales - delictivas en adolescentes de San Juan de Lurigancho. Universidad César Vallejo, Lima.
- Paredes, K. V. (2020). INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ADAPTACIÓN CONDUCTUAL EN ADOLESCENTES CON RIESGO DE CALLEJIZACIÓN. Ambato - Ecuador.
- Parreño, M., & Martínez, A. (2023). Inteligencia emocional y adaptación conductual en adolescentes de acogimiento institucional y apoyo escolar: estudio comparado. *Revista de Ciencias Sociales y Humanidades CHAKIÑAN*(21), 124-139.
- Ramírez, A. M. (2022). Adicción a las redes sociales y su relación con la adaptación interpersonal en los adolescentes. Ambato: Pontificia Universidad Católica del Ecuador.
- Ramírez-Corone, A., Martínez Suárez, P., Cabrera Mejía, J., Buestán Andrade, P., Torracchi-Carrasco, E., & Carpio Carpio, M. (2020). Habilidades sociales y agresividad en la infancia y adolescencia. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 39(2), 209-218.
- Reyes, P. (2021). *Pepemonías: Intensamente Adolescente*. Santiago de Chile: Ril Editores.
- Rodríguez Molinero, L. (2023). Relaciones escolares/universidad; amigos, sus problemas y qué hacer. *Adolescere*, 11(1), 25-37.
- Romero. (2024). *Revista Científica y Académica*, 4(1), 119-133.
- Romero, G. Y. (2017). Orientación psicoeducativa y la adaptación escolar en los niños de la escuela de educación básica "Ciudad del Norte". Quevedo, Los Ríos, Ecuador.
- Ruales, R. E., Lucero, S. E., & Gómez, Á. H. (2022). La autorregulación emocional desde una perspectiva educativa. *Revista Fedumar Pedagogía y Educación*, 9(1), 64-73.

- Rugel, Á. F. (2023). Acompañamiento psicológico sobre la depresión en adolescentes usuarios de la Fundación tocando puertas. Universidad Politécnica Salesiana, Guayaquil.
- Ruiz, P. (2013). Los problemas escolares en la adolescencia. *Pediatría Integral*, 117-127.
- Sagasetta, E., & Capote, M. (2002). Intervención educativa con adolescentes para la mejora de la adaptación y la personalidad. *Dialnet*, 219-245.
- Samaniego, I., & González, E. (2024). Efectos de un taller grupal psicoeducativo en la adicción a videojuegos en un grupo de adolescentes. *REDES(16)*, 208-230. doi: <https://10.57819/kw6x-g394>
- Sánchez, M. (2024). HABILIDADES SOCIALES Y CONDUCTAS DE RIESGO EN ADOLESCENTES DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA INMACULADA CONCEPCIÓN. UNIVERSIDAD NACIONAL DE CAJAMARCA, Jaén. Retrieved from <https://repositorio.unc.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14074/6751/Maria%20Sanchez%20Cordova.pdf?sequence=7&isAllowed=y>
- Sánchez-Valtierra, J., Barajas-flores, J., Garzón-Moreno, G., & Palacios-Siancas, A. (2024). Evaluación del impacto de las redes sociales en el bienestar psicológico de adolescentes. *Journal Scientific MQRInvestigar*, 8(2), 3153-3172.
- Silva, M. Y. (2021). Taller 7. Afrontando el dolor a vivir una pérdida. *Psicología para jóvenes*, 37-40.
- Sulistiani, I., Sulaiman, Depriyani, M., & Al-Amin. (2024). The influence of social media on interaction patterns among teenagers. *International Journal of Social and Education (INJOSEDU)*, 1(2), 390-400.
- Tena-Hernández, F. (2020). Psicoeducación y salud mental. *SANUM Revista Científico-Sanitaria*, 4(3).
- Testa, M. (2022, noviembre 29). Los números rojos de la niñez y la adolescencia. *La estrella de Panamá*.

- Trucco, D., & Palma, A. (2020). *Infancia y adolescencia en la era digital: Un informe comparativo de los estudios de Kids Online*. Santiago: Naciones Unidas.
- Vaimberg, R., & Lombardo, M. (2015). *Psicoterapia de grupo y psicodrama*. Barcelona: Octaedro.
- Van, C., Hawk, S., Branje, S., Koot, H., & Meeus, W. (2016). Common and unique associations of adolescents' affective and cognitive empathy development with conflict behavior towards parents. *Journal of Adolescence*, 47(60-70). doi:<https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2015.12.005>
- Vera-Chevez, J. P., & González-Loor, V. (2021). Adolescencia y psicoeducación. *Revista Científica de Innovación Educativa y Sociedad Actual "ALCON"*, 1.
- Wilbrecht, L., & Davidow, J. Y. (2024). Goal-directed learning in adolescence: neurocognitive development and contextual influences. *Nature reviews neuroscience*(25), 176-194.
- Yang, M. (2024). *Adolescence: a crucial period of development impacting intellect, personality and social skills*. Dean&Francis. Retrieved from <https://www.deanfrancispress.com/index.php/hc/article/view/764/HC001482.pdf>

ANEXOS

ANEXO N° 1

CERTIFICADO DE BUENAS PRÁCTICAS CLÍNICAS



NIDA Clinical Trials Network

Certificate of Completion

is hereby granted to

Marianela Del Carmen González Moreno

to certify your completion of the six-hour required course on:

GOOD CLINICAL PRACTICE

MODULE:	STATUS:
Introduction	N/A
Institutional Review Boards	Passed
Informed Consent	Passed
Confidentiality & Privacy	Passed
Participant Safety & Adverse Events	Passed
Quality Assurance	Passed
The Research Protocol	Passed
Documentation & Record-Keeping	Passed
Research Misconduct	Passed
Roles & Responsibilities	Passed
Recruitment & Retention	Passed
Investigational New Drugs	Passed

Course Completion Date: 20 January 2022

CTN Expiration Date: 20 January 2025

Tracee Williams, Training Coordinator
NIDA Clinical Coordinating Center

Good Clinical Practice, Version 5, effective 03-Mar-2017

This training has been funded in whole or in part with Federal funds from the National Institute on Drug Abuse, National Institutes of Health, Department of Health and Human Services, under Contract No. HHSN27201201000024C.

ANEXO N° 2

FICHA TÉCNICA

Nombre	TAMAI. Test Autoevaluativo Multifactorial de Adaptación Infantil.
Autor	Pedro Hernández-Guanir.
Procedencia	Hogrefe TEA Ediciones
Año	2012
Aplicación	Individual o colectiva
Edad de aplicación	Desde los 8 años hasta adultos
Duración	30-40 minutos aproximadamente
Finalidad	Autoevaluación del grado de adaptación (personal, social, escolar, entre otros aspectos relacionados) y escalas auxiliares.
Baremación	<p>Baremos en percentiles de muestras de niños, adolescentes y adultos diferenciados por sexo y agrupados por niveles:</p> <p>Nivel I: 3°, 4°, Y 5° de Educación primaria.</p> <p>Nivel II: 6° de Educación primaria, 1° y 2° de la Escuela secundaria oficial (ESO)</p> <p>Nivel III: 3° y 4° de la Escuela secundaria (ESO) y 1° y 2° de Bachillerato y adultos.</p>
Materiales	Manual, ejemplar de la prueba (único para todas las edades) y clave de acceso (PIN) para la corrección por Internet.

ANEXO N° 3

**DEMOSTRATIVO DEL PERFIL DE RESULTADOS DE LA PRUEBA
TAMAI**

PERFIL

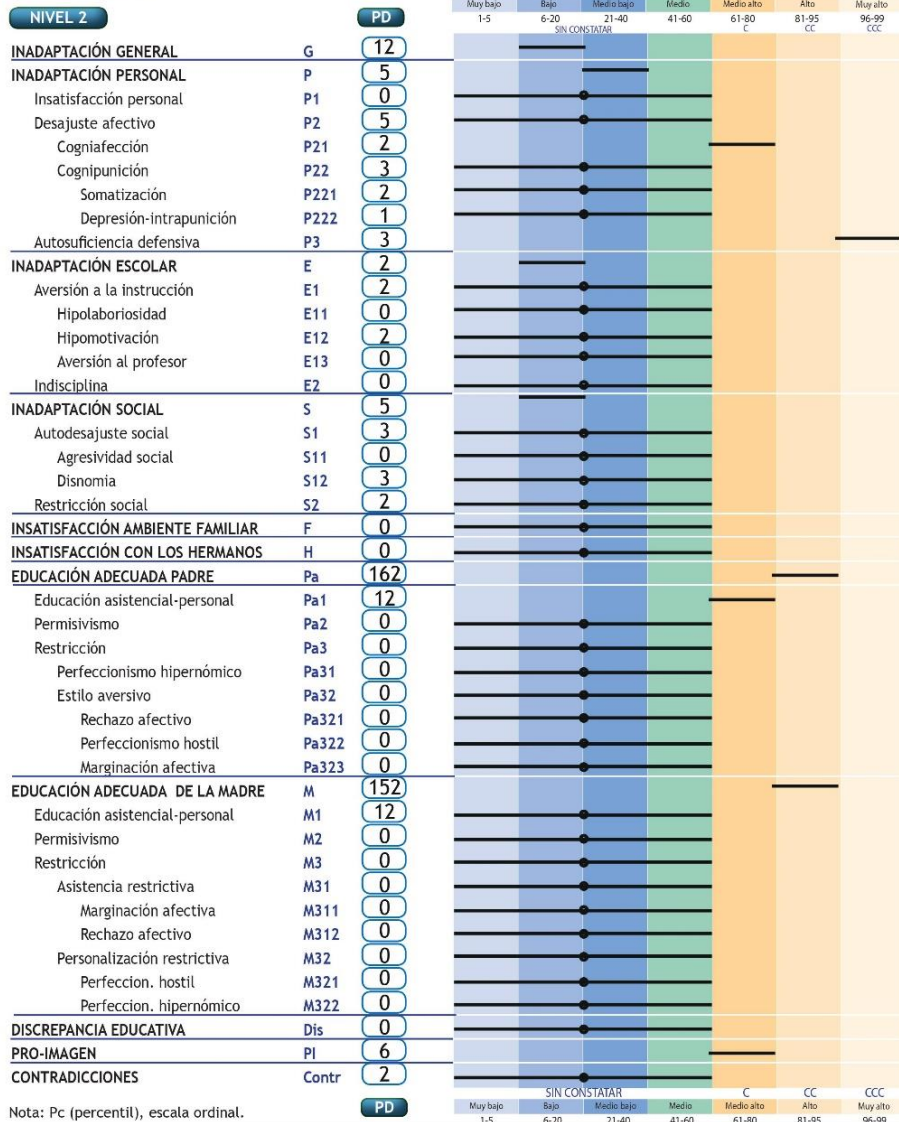


Id: Caso ilustrativo

Edad: 11 años **Sexo:** Varón **Fecha de aplicación:** 02/12/2014

Baremo: N-II Varones

Responsable de la aplicación: TEA Ediciones



Nota: Pc (percentil), escala ordinal.



Copyright © 2007, 2014 by TEA Ediciones, S.A.U.
 Perfil generado desde www.teaediciones.com
 Prohibida la reproducción total o parcial. Todos los derechos reservados.

ANEXO N° 4

CONSENTIMIENTO INFORMADO

CONSENTIMIENTO



Este documento de consentimiento informado va dirigido al acudiente responsable del/la adolescente aspirante. Se le invita a que autorice la participación de su acudido (a) en esta investigación, la cual tiene como objetivo describir el nivel de adaptación global de un grupo de adolescentes.

Este estudio se está realizando como trabajo de investigación (modalidad de tesis) para obtener el título de Maestría en Psicología Clínica con Especialización en Psicoterapia Integrativa en la Universidad Especializada de las Américas, por la psicóloga Marianela Del Carmen González Moreno. C.I.P 9-745-2153.

Tenga a bien leer cuidadosamente la información que aquí se le proporciona y tome su tiempo para tomar la decisión con respecto a la participación de su acudido (a). Usted podrá solicitar a la psicóloga investigadora, que le explique cualquier duda que tenga sobre el estudio, el objetivo o cualquier otra información relacionada.

Procedimiento

- Después de obtener el consentimiento y asentimiento informado de cada participante con su respectiva firma, se procedería a aplicar el pretest (Prueba TAMAI), la cual medirá el nivel de adaptación de los estudiantes.
- Posteriormente, se desarrollarían cuatro Talleres Psicoeducativos, dirigidos a abordar la adaptación en los adolescentes participantes.
- Una vez completados todos los Talleres con los participantes, se procedería a aplicar un post test (Prueba TAMAI), el cual medirá nuevamente el nivel de adaptación.
- El tiempo aproximado que le tomaría a su acudido (a) responder el pre y post test sería de 30 minutos y cada Taller Psicoeducativo tendría una duración de 1 hora aproximadamente.

Nota: Todas las respuestas de las pruebas serán guardadas y protegidas en un lugar seguro, respetando la confidencialidad de los participantes.

Beneficios/Riesgos

Su acudido (a) recibirá un refrigerio por taller, así mismo como todo el material didáctico necesario para su participación activa en los mismos. Tanto los refrigerios como los materiales didácticos no representarán gasto alguno para usted o su acudido (a), por el contrario serán gratuitos en su totalidad. Este estudio no representa un riesgo para sus participantes.

Compensación

Su acudido (a) no recibirá compensación económica por formar parte de este estudio. A pesar de ello, se valora su participación, ya que de hacerlo, estará apoyando grandemente a la realización de este estudio de investigación.

CONSENTIMIENTO



Confidencialidad y ética

No se compartirá la identidad de aquellos adolescentes que acepten participar en esta investigación. La información que se recopile en este estudio y los resultados obtenidos de las pruebas TAMAI serán totalmente confidenciales y sólo la investigadora tendrá acceso a las mismas.

Participación Voluntaria/ Retiro

La participación de su acudido (a) en esta investigación es totalmente voluntaria, de modo que usted puede elegir si su acudido (a) participa o no. De igual forma, aunque lo más recomendable es que su acudido (a) complete los cuatro Talleres Psicoeducativos y las pruebas (Pre y Post Test), usted podrá cambiar de opinión, aunque ya haya aceptado con anterioridad su participación, sin tener que enfrentar ningún tipo de penalización.

Consultas y dudas

Se le reitera que la persona responsable de esta investigación es la investigadora Marianela Del Carmen González Moreno, y en caso de presentar dudas o requerir alguna información adicional, puede contactarse al whatsapp: 6735-2738 o al correo electrónico: marianela.gonzalez.2153@udelas.ac.pa

Si usted después de haber leído toda la información, ha decidido que su acudido (a) participe en este estudio, por favor llene los siguientes datos:

"Yo _____ con cédula de identidad personal _____ afirmo que se me ha brindado la información acerca de la investigación a la que mi acudido (a) ha sido invitado (a) a participar y del uso que se le dará a los datos recolectados; entiendo que puedo negarme a que mi acudido (a) participe en cualquier momento de la investigación o retirarlo (a) de la misma. Siendo así, acepto que mi acudido (a) _____ participe de la investigación"

Firma: _____

Fecha: _____

Declaración del Investigador (a)

Doy fe de que he compartido por este medio la información sobre mi investigación al acudiente del adolescente participante. También confirmo que he brindado mi contacto como investigadora responsable.

Nombre del investigador (a): Marianela Del C. González M.

Código de idoneidad: 5826

Firma: _____

Fecha: _____

ANEXO N° 5

ASENTIMIENTO

ASENTIMIENTO



¡Hola! Mi nombre es Marianela González y soy Psicóloga. Estudio en la Universidad Especializada de las Américas y aspiro obtener el título de Maestría en Psicología Clínica con Especialización en Psicoterapia Integrativa. Actualmente, estoy realizando una investigación que estudia la Adaptación en adolescentes y a su vez evalúa el impacto de Talleres Psicoeducativos como herramienta de abordaje.

Tu participación en este estudio es totalmente voluntaria, es decir, aún cuando tu acudiente haya dicho que puedes participar, si tu no quieres hacerlo, puedes decir que no. Es tu decisión si participas o no en el estudio.

Para que puedas tomar una decisión de forma segura e informada, te comparto en qué consistiría tu participación:

Procedimiento

- Después de obtener el consentimiento de tu acudiente y tu asentimiento con sus respectivas firmas, se te procedería a aplicar un pretest (Prueba TAMAI), el cual mediría tu nivel de adaptación.
- Posteriormente, participarías de cuatro Talleres Psicoeducativos, dirigidos a abordar tu adaptación.
- Una vez finalizados todos los Talleres, se te procedería a aplicar un post test (Prueba TAMAI), el cual te mediría nuevamente tu nivel de adaptación.
- El tiempo aproximado que te tomaría responder el pre y post test sería de 30 minutos y cada Taller Psicoeducativo tendría una duración de 1 hora aproximadamente.

Nota: Todas tus respuestas en las pruebas serían guardadas y protegidas en un lugar seguro, respetando la confidencialidad.

Beneficios/Riesgos

Recibirías un refrigerio por Taller, así mismo como todo el material didáctico que necesites para tu participación activa en los mismos. Tanto los refrigerios como los materiales didácticos no representarán gasto alguno para tu acudiente o para ti, por el contrario serán gratuitos en su totalidad. Este estudio no representa un riesgo para ti o ningún otro participante.

Compensación

No recibirías compensación económica por formar parte de este estudio. A pesar de ello, se valoraría mucho tu participación, ya que de hacerlo, estarías apoyando grandemente a la realización de este estudio de investigación.

ASENTIMIENTO



Confidencialidad y ética

No se compartiría tu identidad. La información que se recopile en este estudio y los resultados obtenidos de las pruebas TAMAI serán totalmente confidenciales y sólo la investigadora tendrá acceso a las mismas.

Participación Voluntaria/ Retiro

Tu participación en esta investigación es totalmente voluntaria, de modo que puedes decidir si participas o no. De igual forma, aunque lo más recomendable es que completes los cuatro Talleres Psicoeducativos, y las pruebas (Pre y Post Test), podrás cambiar de opinión, aunque ya hayas aceptado con anterioridad tu participación, sin tener que enfrentar ningún tipo de penalización.

Consultas y dudas

Se te reitera que la persona responsable de esta investigación es la investigadora Marianela Del Carmen González Moreno, y en caso de presentar dudas o requerir alguna información adicional, tu acudiente puede contactarse al whatsapp: 6735-2738 o al correo electrónico: marianela.gonzalez.2153@udelas.ac.pa y elevar cualquiera de tus preguntas o dudas.

Formulario de Asentimiento Informado

Tu nombre: _____, Edad: _____, Cédula: _____.

¿Se te explicó para qué sería este estudio?

Sí _____ No _____

¿Se te informó sobre el Pre y Post test TAMAI y los Talleres Psicoeducativos?

Sí _____ No _____

¿Se te confirmó que los resultados de las pruebas y lo que compartas en los Talleres estará protegido bajo ética profesional y confidencialidad y que será para uso único de esta investigación?

Sí _____ No _____

¿Se te han respondido todas tus preguntas y dudas acerca de tu posible participación en el estudio?

Sí _____ No _____

Luego de haber recibido toda la información necesaria, mi decisión de participar en el estudio es:

Sí _____ No _____

Tu firma: _____.

Fecha: _____.

ÍNDICE DE CUADROS

Cuadro	Descripción	Página
Cuadro 1	Descripción general de la propuesta	72

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura	Descripción	Página
Figura 1	Muda de la langosta	23
Figura 2	Psicoeducación	40
Figura 3	Propuesta de intervención	71

ÍNDICE DE TABLAS

Tablas	Descripción	Página
Tabla 1	Población	59
Tabla 2	Inadaptación personal	80
Tabla 3	Inadaptación escolar	81
Tabla 4	Inadaptación social	82

ÍNDICE DE GRÁFICAS

Gráfica	Descripción	Página
Gráfica 1	Pirámide de población	20
Gráfica 2	Comprobación de hipótesis	76
Gráfica 3	Inadaptación general	78