



**UNIVERSIDAD LAICA VICENTE ROCAFUERTE DE GUAYAQUIL**

**FACULTAD DE EDUCACIÓN**

**CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

**TEMA:**

LA DEPRESIÓN EN ADOLESCENTES Y SU INCIDENCIA EN LA ELECCIÓN  
DE LAS CARRERAS UNIVERSITARIAS EN EL TERCER AÑO  
BACHILLERATO EN CIENCIAS DE LA UNIDAD EDUCATIVA “DR.  
CARLOS MONTEVERDE ROMERO” DEL CANTÓN PEDRO CARBO DE LA  
PROVINCIA DEL GUAYAS DURANTE EL PERIODO LECTIVO 2018 – 2019”

**TUTOR**

**MG. PSC. LIGIA LARA TARANTO**

**AUTORES**

**MARÍA VERÓNICA GIMENO BENITES**

**ORLANDO GUILLERMO ROBLES CRUZ**

**GUAYAQUIL**

**2019**



## REPOSITARIO NACIONAL EN CIENCIA Y TECNOLOGÍA

### FICHA DE REGISTRO DE TESIS

#### TÍTULO Y SUBTÍTULO:

**La Depresión En Adolescentes y su Incidencia en la elección de las Carreras Universitarias en el Tercer Año Bachillerato en Ciencias de la Unidad Educativa “Dr. Carlos Monteverde Romero” del Cantón Pedro Carbo de la Provincia del Guayas durante el Periodo Lectivo 2018 – 2019”**

#### AUTOR/ES:

Gimeno Benites María  
Verónica  
Robles Cruz Orlando  
Guillermo

#### REVISORES O TUTORES:

Lara Taranto Ligia

#### INSTITUCIÓN:

**Universidad Laica Vicente  
Rocafuerte de Guayaquil**

#### Grado obtenido:

Licenciado en Psicología Educativa

#### FACULTAD:

CIENCIAS DE LA  
EDUCACIÓN

#### CARRERA:

PSICOLOGÍA EDUCATIVA

#### FECHA DE

#### PUBLICACIÓN:

2019

#### N. DE PAGS:

126

**ÁREAS TEMÁTICAS:** Formación de personal docente y ciencias de la educación.

#### PALABRAS CLAVE:

Adolescencia, Orientación; Depresión.

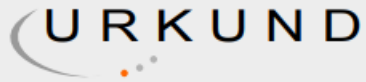
**RESUMEN:**

Esta investigación fue realizada, para tratar la problemática social sobre la depresión moderada que existe en los adolescentes, se llevó a cabo en la UNIDAD EDUCATIVA “DR. CARLOS MONTEVERDE ROMERO” DEL CANTÓN PEDRO CARBO, el trabajo se realizó con un grupo de estudiantes del tercer año de bachillerato en Ciencias, el cual presentaban continuamente casos de abandono o falta de interés por seguir sus estudios superiores, por tal motivo se decidió analizar de qué manera la depresión en adolescentes incide en la elección de las carreras universitarias, utilizamos los métodos de investigación de observación y el método inductivo deductivo, la observación fue la herramienta más usada en el transcurso de esta trabajo la cual dio , se realizaron talleres con los alumnos, padres y maestros , de esta forma se realizó una guía para los casos futuros. La inducción conlleva a acumular conocimientos e información aislada. Los objetivos fueron revisar los fundamentos teóricos de la depresión, sus causas, consecuencias y de qué manera esta influye en el comportamiento de los adolescentes así como también determinar los factores que influyen en la elección de las carreras universitarias de los estudiantes de tercero de bachillerato para su futura carrera en la actividad laboral, a través de baterías de pruebas psicológicas y para finalizar diseñar talleres psicoeducativos para los adolescentes que permita decidir de forma más adecuada su carrera universitaria superando los cuadros depresivos. Gracias a esta investigación realizada se evidenció que la mayoría de casos de depresión se repetía en estudiantes en cuyos hogares existía la ausencia del padre o de la madre y el segundo causante era la parte económica.

**N. DE REGISTRO (en base de datos):****N. DE CLASIFICACIÓN:****DIRECCIÓN URL (tesis en la web):****ADJUNTO PDF:****SI****NO**

<p><b>CONTACTO CON</b></p> <p><b>AUTOR/ES:</b></p> <p>Gimeno Benites María Verónica Robles Cruz Orlando Guillermo</p>	<p><b>Teléfono:</b></p> <p>0987472938 0993183177</p>	<p><b>E-mail:</b></p> <p>verogimenodegonzalez@hotmail.com orguiro_87@yahoo.com</p>
<p><b>CONTACTO EN LA INSTITUCIÓN:</b></p>	<p><b>Msc. Georgina Hinojosa Dazza</b>  <b>Teléfono (04) 2596500Ext.217</b> Decana  <b>E-mail: mleong@ulvr.edu.ec</b></p> <p><b>Mg. Giovanni Freire Jaramillo</b>  <b>(04)2596500 Ext. 219</b>  <b>E-mail: gfreirej@ulvr.edu.ec</b></p>	

## CERTIFICADO DE SIMILITUDES



### Urkund Analysis Result

**Analysed Document:** TESIS ORLANDO Y VERONICA URKUND.docx (D53544309)  
**Submitted:** 6/6/2019 10:10:00 PM  
**Submitted By:** llarat@ulvr.edu.ec  
**Significance:** 3 %

#### Sources included in the report:

TESIS CARLOS Y ARIANA FINAL URKUND.docx (D50392644)  
proyecto\_augusto\_quisopangui\_7B.docx (D29801287)

#### Instances where selected sources appear:

15

## **DECLARACIÓN DE AUTORÍA Y CESIÓN DE DERECHOS PATRIMONIALES**

Los/as estudiantes /egresados **MARÍA VERÓNICA GIMENO BENITES Y ORLANDO GUILLERMO ROBLES CRUZ**, declaramos bajo juramento, que la autoría del presente trabajo de investigación, corresponde totalmente a los/as suscritos/as y nos responsabilizamos con los criterios y opiniones científicas que en el mismo se declaran, como producto de la investigación realizada.

De la misma forma, cedemos nuestros derechos patrimoniales y de titularidad a la **UNIVERSIDAD LAICA VICENTE ROCAFUERTE DE GUAYAQUIL**, según lo establece la normativa vigente.

Este proyecto se ha ejecutado con el propósito de Estudiar la depresión en adolescentes y su incidencia en la elección de las carreras universitarias en el tercer año bachillerato en ciencias de la unidad educativa “**DR. CARLOS MONTEVERDE ROMERO**” del cantón **PEDRO CARBO** de la provincia del **GUAYAS** durante el periodo lectivo 2018 – 2019”

Autor(es)

Firma: \_\_\_\_\_

**MARIA VERONICA GIMENO BENITES**

C.I. 0917744823

Firma: \_\_\_\_\_

**ORLANDO GUILLERMO ROBLES CRUZ**

C.I.0921833901

## CERTIFICACIÓN DE ACEPTACIÓN DEL TUTOR

En mi calidad de Tutor(a) del Proyecto de Investigación LA DEPRESIÓN EN ADOLESCENTES Y SU INCIDENCIA EN LA ELECCIÓN DE LAS CARRERAS UNIVERSITARIAS EN EL TERCER AÑO BACHILLERATO EN CIENCIAS DE LA UNIDAD EDUCATIVA “DR. CARLOS MONTEVERDE ROMERO” DEL CANTÓN PEDRO CARBO DE LA PROVINCIA DEL GUAYAS DURANTE EL PERIODO LECTIVO 2018 – 2019”, designado(a) por el Consejo Directivo de la Facultad de EDUCACIÓN de la Universidad Laica VICENTE ROCAFUERTE de Guayaquil.

### CERTIFICO:

Haber dirigido, revisado y aprobado en todas sus partes el Proyecto de Investigación titulado: LA DEPRESIÓN EN ADOLESCENTES Y SU INCIDENCIA EN LA ELECCIÓN DE LAS CARRERAS UNIVERSITARIAS EN EL TERCER AÑO BACHILLERATO EN CIENCIAS DE LA UNIDAD EDUCATIVA “DR. CARLOS MONTEVERDE ROMERO” DEL CANTÓN PEDRO CARBO DE LA PROVINCIA DEL GUAYAS DURANTE EL PERIODO LECTIVO 2018 – 2019”, presentado por los estudiantes **MARÍA VERÓNICA GIMENO BENITES Y ORLANDO GUILLERMO ROBLES CRUZ**, como requisito previo, para optar al Título de LICENCIADO EN PSICOLOGIA EDUCATIVA, encontrándose apto para su sustentación

Firma: -----

**MG. PSC. LIGIA LARA TARANTO**

C.I. 0912822103-----

## **AGRADECIMIENTO**

Quiero agradecer a mi amiga Gabriela León, por ser la persona que me dio el primer impulso para finalizar mi carrera, gracias por tenerme presente y guiarme para lograr algo que creía perdido.

A nuestra querida tutora de tesis Msc. Ligia Lara Taranto, por la paciencia durante el proceso de la elaboración de nuestra tesis, el tiempo que nos dedicó y su interés en sacar adelante este tema.

**Verónica Gimeno Benites**

## **AGRADECIMIENTO**

Expreso mi sincero agradecimiento a la Universidad Laica Vicente Rocafuerte de Guayaquil a la Facultad de Educación, especialmente a los docentes de la Carrera de Psicología Educativa por los conocimientos y la experiencia transmitida para la formación profesional.

A la Directora de Tesis, Msc. Ligia Lara Taranto por la guía y asesoramiento para la concreción del presente trabajo de investigación.

**Orlando Robles Cruz**



## **DEDICATORIA**

Quiero dedicar mi trabajo, a mis hijos Victoria y Agustín, a los que pacientemente tuvieron que adaptarse a horarios y ausencias de mi parte.

A mis Padres que siempre me dijeron que los años que deje pasar no importaban si mi objetivo al final se cumplía.

A los que me dijeron que perdía mi tiempo después de tantos años de haber egresado, esto me motivo más a seguir adelante.

A mí misma por luchar contra los obstáculos que se presentaron en el camino, nada es imposible cuando se quiere.

**Verónica Gimeno Benites**

## **DEDICATORIA**

Dedico mi trabajo:

A Dios y al Doctor José Gregorio Hernández, mis fortalezas mis guías espirituales, que con su bondad infinita se logra día a día lo propuesto.

A mi Esposa e Hijos, Adriana, Joseph y Brianna, quienes con su apoyo incondicional, propiciaron la motivación para alcanzar esta primera meta.

A mis padres, que son parte de mi vida en familia, sus palabras y apoyo han sido el mandato para seguir adelante sin observar los obstáculos.

También quiero dedicar este triunfo a mis abuelitos del alma que están en el cielo, modelos a seguir, sus valores humanos apreñados de ellos, que serán mi manual de vida.

Gracias infinitas.

**Orlando Robles Cruz**

## ÍNDICE GENERAL

PORTADA.....	I
REPOSITARIO NACIONAL EN CIENCIA Y TECNOLOGÍA.....	II
CERTIFICADO DE SIMILITUDES .....	V
DECLARACIÓN DE AUTORÍA Y CESIÓN DE DERECHOS PATRIMONIALES.....	VI
CERTIFICACIÓN DE ACEPTACIÓN DEL TUTOR.....	VII
AGRADECIMIENTO.....	VIII
DEDICATORIA .....	IX
ÍNDICE GENERAL.....	X
INTRODUCCIÓN .....	1
CAPÍTULO I .....	3
DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN.....	3
1. TEMA .....	3
1.2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA .....	3
1.3. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.....	4
1.4. SISTEMATIZACIÓN DEL PROBLEMA .....	5
1.5. OBJETIVO DE LA INVESTIGACION.....	5
1.5.1. Objetivo General .....	5
1.5.2. Objetivos Específicos .....	5
1.6. JUSTIFICACIÓN.....	6
1.7. DELIMITACIÓN DEL PROBLEMA.....	7
1.8. IDEA A DEFENDER.....	7
CAPÍTULO II .....	8
MARCO TEORICO.....	8
2.1 Depresión .....	9
2.1.1 Generalidades .....	9
2.1.2 Causas .....	10
2.1.3 Factores de Riesgo.....	10
2.1.4 Criterios de un Episodio Depresivo según el CIE-10 .....	10
2.1.5. Adolescencia .....	12
2.1.6. Características de la Adolescencia.....	13
2.1.7. Desarrollo Biológico .....	14
2.1.8. Crecimiento Y Maduración Física.....	15

2.1.9 Desarrollo Psicológico.....	15
2.1.10 Teorías de la Adolescencia .....	16
Jean Piaget: Teoría Cognitiva del Desarrollo del Adolescente .....	16
Erik Erikson: Teoría Psicosocial .....	17
2.1.11. La Orientación Vocacional y Profesional - Definición:.....	19
2.1.12. Componente Vocacional.....	19
2.1.13. Componente Profesional.....	20
2.1.14 Características de la Orientación Vocacional y Profesional.....	20
2.1.15. El Rol del Psicólogo Orientador .....	21
2.1.16. La Orientación Vocacional – Profesional y su Incidencia en el Futuro de los Jóvenes...24	
2.1.17. Proceso de Orientación Vocacional y Profesional .....	25
2.2. MARCO CONCEPTUAL.....	27
2.3. MARCO LEGAL .....	29
CAPITULO III.....	32
3.1 METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN .....	32
3.2 TIPO DE INVESTIGACIÓN.....	32
3.3. METODOS, TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE LA INVESTIGACION.....	33
MÉTODOS .....	33
Método Inductivo – Deductivo.....	33
Método Analítico.....	33
TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE LA INVESTIGACIÓN .....	33
3.4. POBLACIÓN.....	35
MUESTRA .....	35
3.5. ANÁLISIS DE LAS ENCUESTAS - PADRES DE FAMILIA .....	36
ANALISIS DE LAS ENCUESTAS A DOCENTES.....	46
ANALISIS - FICHAS DE OBSERVACIÓN .....	55
3.6. ANALISIS - TEST DE LAS FRASES INCOMPLETAS DE SACKS .....	57
3.7. ANALISIS - INVENTARIO DE DEPRESION DE BECK .....	58
3.9 TRIANGULACIÓN DE RESULTADOS .....	59
CAPITULO IV.....	59
4.1.- PROPUESTA.....	60
4.2. OBJETIVO GENERAL .....	60
4.3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS .....	60
4.4. METODOLOGIA DEL TRABAJO .....	60
4.5.- ESQUEMA DE TEMAS.....	61

CONCLUSIONES .....	94
RECOMENDACIONES .....	95
Referencias.....	96

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Población.....	35
Tabla 2 Población y muestra .....	35
Tabla 3. Intereses .....	36
Tabla 4. Comportamiento diarios .....	37
Tabla 5. Frecuencia de Sueño.....	38
Tabla 6. Síntomas de Cansancio.....	39
Tabla 7 . Cambios de hábitos alimenticios .....	40
Tabla 8. Problemas de concentración .....	41
Tabla 9. Pensamientos de Muerte o suicidio .....	42
Tabla 10. Estado de ánimo .....	43
Tabla 11. Charlas para padres .....	44
Tabla 12. Sexo, Drogas y aborto .....	45
Tabla 13 Padres e involucramiento escolar .....	46
Tabla 14. Intereses selectivo de los padres .....	47
Tabla 15. Convocatorias del Colegio .....	48
Tabla 16. Identificación de Síntomas de Depresión .....	49
Tabla 17. Comunicación de adolescentes y maestros .....	50
Tabla 18. Carreras universitarias .....	51
Tabla 19. Talleres de Orientación Vocacional.....	52
Tabla 20. Comunicación padres e hijos .....	53
Tabla 21. Intercambio de información padres y docentes.....	54
Tabla 22. Análisis de Fichas de Observación .....	55
Tabla 23. Análisis de Test de Frases Incompletas .....	57
Tabla 24. Análisis Inventario de Depresión de Beck.....	58
Tabla 25. Triangulación de Resultados .....	59

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1. Intereses .....	36
Gráfico 2. Cambios en el comportamiento .....	37
Gráfico 3. Frecuencia de Sueño.....	38
Gráfico 4. Síntomas de Cansancio.....	39
Gráfico 5. Cambios de hábitos alimenticios .....	40
Gráfico 6. Problemas de concentración .....	41
Gráfico 7. Pensamientos de Muerte o suicidio .....	42
Gráfico 8. Estado de ánimo .....	43
Gráfico 9. Charlas para padres .....	44
Gráfico 10. Sexo, Drogas y aborto .....	45
Gráfico 11 Padres e involucramiento escolar .....	46
Gráfico 12. Intereses selectivo de los padres .....	47
Gráfico 13. Convocatorias del Colegio .....	48
Gráfico 14. Identificación de Síntomas de Depresión .....	49
Gráfico 15. Comunicación de adolescentes y maestros .....	50
Gráfico 16. Carreras universitarias .....	51
Gráfico 17. Talleres de Orientación Vocacional.....	52
Gráfico 18. Comunicación padres e hijos.....	53
Gráfico 19. Intercambio de información padres y docentes.....	54

## ÍNDICE DE ANEXOS

ANEXO No.- 2. ENCUESTAS A LOS DOCENTE .....	106
ANEXO No.- 3. FICHA DE OBSERVACIÓN .....	108
ANEXO No.- 4. TEST DE FRASES INCOMPLETAS .....	109
ANEXO No.- 5. INVENTARIO DE DEPRESION DE BECK.....	111

## INTRODUCCIÓN

La investigación se realizó por el interés para descubrir cuál era la razón para que un grupo de estudiantes del tercer año bachillerato en ciencias de la unidad educativa “Dr. Carlos Monteverde romero” del cantón Pedro Carbo tuvieran reiteradas ocasiones donde manifestaban el abandono o falta de interés por seguir sus estudios superiores.

Lo que se obtuvo mediante las conversaciones con uno de los docentes de dicha institución sus comentarios eran, que a simple vista lo que el evidenciaba era un estado que lo calificaba como desgano y tristeza muchas veces al hablarles sobre las opciones que tendrían para estudiar una vez finalizado su etapa de bachillerato.

Es por esta razón que nos pareció un tema de interés social importante , que no solo afecta a los estudiantes del Cantón de Pedro Carbo, sino que también ocurre en muchas instituciones educativas del país , en las primeras conversaciones descubrimos claramente que esto no era un simple caso de “desmotivación” si no que tenía una razón más profunda muy aparte de los cambios propios de la adolescencia , este periodo por lo que alguno de los alumnos pasaban eran claramente episodios depresivos ,que como resultado de no ser tratados adecuadamente afectaban al proceso de elección de sus carreras Universitarias.

Las familias son protagonistas ya que, durante esta investigación, no solamente por ser parte de la solución si no tristemente causante del problema, desde la perspectiva educativa tenemos la necesidad de Orientar a los Docentes en como poder detectar estos casos, de trabajar en conjunto con las familias, así como también con el estudiante, de esta forma con la integración de los 3 actores hará más fácil el trabajo que buscamos lograr.

Creemos firmemente en el desarrollo psicológico y educativo tienen que ir de la mano, no podemos abandonar la formación integral dando bases de inteligencia emocional, de esto dependerá muchas veces su éxito o su fracaso, con gran satisfacción pudimos notar los cambios que se fueron dando durante el proceso, el sentirse escuchados, motivados por un tercero a salir adelante a despejar dudas y mucho más importante de que se pudo fortalecer su autoestima.

Seguramente el tema no sea nuevo, seguramente se pensaba que se trataba de rebeldía propia de la edad, pero gracias al estudio de las actitudes del estudiante, se ha podido llegar a estar conclusiones más certeras, es por ello que tenemos convicción de que esta investigación será de gran ayuda en los futuros casos que se presenten en cualquier institución educativa.

Nuestro trabajo de investigación consta de cuatro capítulos que son:

**Capítulo I:** En este capítulo, realizamos el planteamiento del problema a investigar, detallando sus dos variantes buscando un objetivo principal, así como también como el objetivo específico, cuál será la justificación para la llevar a cabo la investigación, la delimitación del problema donde estará detallada el campo, área, aspectos, población y el periodo a investigar, dejaremos claras las ideas a defender y cuál será la línea de investigación que vamos a llevar.

**Capítulo II:** Revisaremos el fundamento teórico de la depresión, adolescencia y la orientación vocacional junto a los antecedentes, el marco referencial, las causas, factores de riesgo, el marco legal donde se detallará lo que dice la constitución de la República del Ecuador, sección 5ta sobre los niños, niñas y adolescentes, así como también el marco conceptual los diferentes como, adolescencia, depresión, desarrollo biológico etc.

**Capítulo III:** La Metodología que usaremos estará basada en la observación, en el método deductiva, utilizando el tipo de investigación descriptiva para poder darle un enfoque cualitativa y cuantitativa, uno de los test para la medición psicométrica que usaremos será el de frases incompletas de Sacks y el inventario de Beck y para finalizar este capítulo será el análisis de las encuestas y test aplicados.

**Capítulo IV:** Aquí finalizaremos con la propuesta, presentada sobre el tema a investigar, ofrecemos dar una guía Psico- educativa que sea de gran ayuda para Docentes y padres de familia.

# CAPÍTULO I

## DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

### 1. TEMA

La depresión en adolescentes y su incidencia en la elección de las carreras universitarias en el tercer año bachillerato en ciencias de la Unidad Educativa “Dr. Carlos Monteverde Romero” del cantón Pedro Carbo de la provincia del Guayas durante el periodo lectivo 2018 – 2019”

### 1.2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La depresión se presenta comúnmente en los adolescentes presentando síntomas tales como la desmotivación, cambios de humor son algunos de los síntomas que deberán ser atendidos por los involucrados que son los padres, instituciones educativas, amigos y según el caso pareja sentimental.

Existen características muy comunes que se presentan en los Colegios de los cuales podemos citar algunas de ellas que se repiten con frecuencia, son las siguientes:

- Decaimiento para realizar cualquier tipo de actividad.
- Falta de concentración
- Inasistencias constantes
- Bajas calificaciones
- Cansancio y sueño, por falta del mismo en las horas que debería ocurrir
- Pensamientos negativos y de fracaso
- Rebeldía
- Aislamiento en los recesos, no se integra con sus compañeros de clases.

En el ámbito familiar, los padres deberán formar parte protagónica en observar el comportamiento de sus hijos, tatar de involucrase más a sus actividades cotidianas, estar siempre alerta con las amistades nuevas.



En mucho de los casos que se presentan de depresión existe una ausencia de los padres por diversas razones, las cuales afectan directamente al adolescente.

Algunas de las conductas que han presentado los estudiantes de la Unidad Educativa Dr. Carlos Monteverde, son las bajas calificaciones, el aislamiento en los recesos, somnolencia, mal humor y recurrentes ausencias, los profesores son los que informan de estos comportamientos al DECE y tratan de intervenir para que las conductas mejoren.

Con la presencia de los rasgos depresivos los adolescentes no toman en cuenta su futuro, no dan importancia en lo que necesitan saber para una correcta elección de la carrera universitaria, por otro lado los profesores se han percatado de que el interés es nulo, muchos de ellos dicen que al salir del Colegio tendrán que trabajar para ayudar a sus familias y que por ello no les interesa su futuro profesional, lamentablemente en Pedro Carbo, la baja situación socio-económica de los estudiantes limita la toma de decisiones en aspectos importantes en sus vidas, además se presentan otros casos de jóvenes con problemas familiares como la separación de sus padres lo que conlleva a que sean presenten conductas agresivas en algunos casos o sumisos en otros que no les permiten relacionarse favorablemente en su entorno.

El planteamiento de esta investigación, se basa en despejar todas las dudas, limitaciones y proyectar a los adolescentes hacia un futuro donde puedan ejercer su carrera según su verdadera vocación, rescatando sus habilidades, fortalezas y la aptitud que tengan ante una profesión específica.

### **1.3. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA**

¿Cómo incide la depresión en los adolescentes en la toma de decisiones para la elección de la carrera universitaria en el Tercer año Bachillerato en Ciencias de la de la Unidad Educativa “Dr. Carlos Monteverde Romero” del Cantón Pedro Carbo de la provincia del Guayas durante el periodo lectivo 2018 – 2019?

## **1.4. SISTEMATIZACIÓN DEL PROBLEMA**

- 1.- ¿Cuáles son las causas más frecuentes que se presentan para la depresión en los adolescentes?
- 2.- ¿Cuál es el proceso que debe tomar la institución educativa para tratar a un alumno con depresión?
- 3.- ¿Cuál es el papel que deberá tener los padres para sacar al adolescente de la depresión?
- 4.- ¿De qué manera afectara la depresión para la elección de una futura carrera?
- 5.- ¿La elección de la carrera en un momento de depresión es sinónimo de fracaso laboral?
- 6.- ¿Es indispensable tratar primero la depresión antes de que se escoja una carrera?

## **1.5. OBJETIVO DE LA INVESTIGACIÓN**

### **1.5.1. Objetivo General**

Analizar de qué manera la depresión en adolescentes incide en la elección de las carreras universitarias en el Tercer año bachillerato en ciencias de la Unidad Educativa Dr. Carlos Monteverde Romero del Cantón Pedro Carbo.

### **1.5.2. Objetivos Específicos**

1. Revisar los fundamentos teóricos de la depresión, sus causas, consecuencias y de qué manera esta influye en el comportamiento de los adolescentes.
2. Diagnosticar los factores que influyen en la elección de las carreras universitarias de los estudiantes de tercero de bachillerato para su futura carrera en la actividad laboral, a través de baterías de pruebas psicológicas.
3. Diseñar talleres psicoeducativos para los adolescentes que permita decidir de forma más adecuada su carrera universitaria superando los cuadros depresivos.

## **1.6. JUSTIFICACIÓN**

El presente proyecto de investigación es importante porque se basa en diagnosticar los síntomas depresivos que puedan afectar en la elección de sus carreras universitaria, dando como resultado el fracaso de muchos estudiantes.

La depresión en adolescentes es muchas veces un síntoma de problemas familiares, sin ser este una razón exclusiva, pasando desapercibida por autoridades educativas, docentes, padres de familia e incluso personal perteneciente al DECE, tal y como sucede en la Unidad Educativa “Dr. Carlos Monteverde Romero”, quien no cuenta con un DECE ni personal especializado en salud mental.

Algunos signos de esta problemática son identificados de forma evidente como síntomas melancólicos en los estudiantes, poco interés por sus estudios, presencia de estado de somnolencia durante clases, pero hay muchos otros que no solo con la observación en la institución podrán ser identificados, es por ellos la importancia de los padres de familia y docentes conozcan sobre estos comportamientos como falta de sueño, apetito o hábitos inusuales.

En general, el diagnóstico temprano de la depresión nos pueda ayudará a fortalecer la autoestima, perseverancia y la confianza en sí mismo mejorando el entorno socio afectivo del adolescente, con todo esto servirá para la elaboración del proyecto de vida y por ende la elección de la carrera universitaria.

El objetivo principal de la presente investigación es crear una guía de intervención psico – educativa a todos los involucrados en este trabajo, la que les servirá para mejorar los síntomas depresivos como también ira a mano con el seguimiento de las decisiones vocacionales que elija el estudiante respecto a las carreras universitarias.

## **1.7. DELIMITACIÓN DEL PROBLEMA**

**Campo:** Educativo

**Área:** Psicológico

**Aspecto:** Bachillerato

**Población:** Estudiantes del Tercer año de bachillerato de la Unidad Educativa “Dr. Carlos Monteverde Romero”.

**Muestra:** 7 estudiantes del Tercero Bachillerato Ciencias

**Tiempo:** Periodo Lectivo 2018-2019

## **1.8. IDEA A DEFENDER**

La depresión en adolescentes incide en la elección de las carreras universitarias en el tercer año bachillerato en ciencias de la unidad educativa “Dr. Carlos Monteverde Romero”.

## **1.9. LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN INSTITUCIONAL / FACULTAD**

**Líneas de la Facultad:** Inclusión socioeducativa, atención a la diversidad

**Sublínea de la Facultad:** Desarrollo de la infancia, adolescencia y juventud

## **CAPÍTULO II**

### **MARCO TEÓRICO**

La definición de depresión emitida por la OMS que dice: “la depresión es la principal causa de problemas de salud y discapacidad en todo el mundo. Según las últimas estimaciones de la Organización Mundial de la Salud (OMS), más de 300 millones de personas viven con depresión, un incremento de más del 18% entre 2005 y 2015. La falta de apoyo a las personas con trastornos mentales, junto con el miedo al estigma, impiden que muchos accedan al tratamiento que necesitan para vivir vidas saludables y productivas”. (Organización Panamericana de la salud, 2017)

En la tesis de pregrado de Cristina Yasmin Jadan López de la Universidad Nacional de Loja del año 2017: “Depresión en Adolescentes de 14 a 16 años del colegio 27 de Febrero de la Ciudad de Loja”, se ha logrado determinar que la mayoría de los adolescentes participantes e involucrados se ubican en las categorías de depresión moderada 48.12% en primera instancia, seguida de depresión leve 29.7%, depresión grave 12.41%, y en menor escala existen casos de ausencia de depresión 9.77%. Basándose en esta investigación se relaciona que la depresión en adolescentes es frecuente en edades de 14 a 16 años, siendo un aporte fundamental dentro de la investigación.

En la tesis “Depresión y ansiedad en adolescentes del colegio Calasanz de Loja mediante la herramienta 23 del Ministerio de salud pública” de la Srta. Andrea Gabriela Cosios Sarmiento de la Universidad Nacional de Loja, determina que: “La depresión que es un estado de abatimiento e infelicidad catalogada como una enfermedad frecuente en todo el mundo, y se calcula que afecta a unos 350 millones de personas. A nivel Latino Americano se dice que más o menos un 15 -18 % de la población sufre una depresión (enfermedad) en algún momento de la vida; la enfermedad la podría padecer un 10-15 % de los hombres y un 15 a 20 ó 25 % de las mujeres. En nuestro país de acuerdo al Ministerio de Salud Pública se calcula que un 3–5% de la población presenta depresión. Los adolescentes y los ancianos son los grupos de mayor frecuencia de esta enfermedad”. (Sarmiento, 2014, pág. 10)

En la Institución educativa “DR. CARLOS MONTEVERDE ROMERO” DEL CANTÓN PEDRO CARBO DE LA PROVINCIA DEL GUAYAS DURANTE EL PERIODO

LECTIVO 2018 – 2019”, se han presentado algunos casos de estudiantes , desmotivados e incluso se han retirado de sus estudios a causa de la depresión momentánea que han presentado , alguno de estos casos presentan características similares , es por ellos que se ha propuesto dar una guía de intervención psico educativa y de esta forma evitar que se vea afectado la elección de la carrea , destruyendo su futuro por un estado pasajero que no se trató de forma adecuada.

## **2.1 Depresión**

La depresión es un trastorno del estado de ánimo, ya sea desde el punto de vista de la psicología o desde el punto de vista de la psiquiatría, pero siempre dentro del ámbito de la psicopatología. La depresión es un trastorno del humor, constituido por un conjunto de síntomas, entre los que predominan los de tipo afectivo; no obstante, también pueden presentarse algunos de tipo cognitivo, volitivo y físicos. (Hernández Ó, 2014, pág. 70)

### **2.1.1 Generalidades**

La depresión es una enfermedad frecuente en todo el mundo, y se calcula que afecta a más de 300 millones de personas. La depresión es distinta de las variaciones habituales del estado de ánimo y de las respuestas emocionales breves a los problemas de la vida cotidiana. Puede convertirse en un problema de salud serio, especialmente cuando es de larga duración e intensidad moderada a grave, y puede causar gran sufrimiento y alterar las actividades laborales, escolares y familiares. (Chávez, 2014)

Aunque hay tratamientos eficaces para la depresión, más de la mitad de los afectados en todo el mundo (y más del 90% en muchos países) no recibe esos tratamientos. Entre los obstáculos a una atención eficaz se encuentran la falta de recursos y de personal sanitario capacitados, además de la estigmatización de los trastornos mentales y la evaluación clínica inexacta. Otra barrera para la atención eficaz es la evaluación errónea. En países de todo tipo de ingresos, las personas con depresión a menudo no son correctamente diagnosticadas, mientras que otras que en realidad no la padecen son a menudo diagnosticadas erróneamente y tratadas con antidepresivos. (Salud, 2018)

### **2.1.2 Causas**

Algunas investigaciones han revelado que la depresión es hereditaria y sugieren que algunas personas heredan genes que los hacen más propensos a la depresión. Pero no toda persona que tiene propensión genética a la depresión se deprime. Y muchas otras que no tienen una historia familiar ligada a la depresión sí la sufren. (Nemours Foundation, 2015)

La familia y el entorno social desempeñan un papel fundamental en el fortalecimiento de la autoestima del adolescente. En algunos casos, una atmósfera familiar negativa, estresante o infeliz puede afectar su autoestima y llevarlos a la depresión. Además condiciones sociales como la pobreza, la falta de hogar y la violencia en la comunidad pueden aumentar las posibilidades de que los jóvenes se depriman.

### **2.1.3 Factores de Riesgo**

#### **Edad**

Según estudios se ha comprobado que la edad media para el inicio de la depresión se sitúa en los principios de la vida adolescente en los 16.5 años. Un estudio previa reseña una edad media de inicio de la enfermedad entre 16.6 y los 25.8 años.

#### **Nivel Socio-Económico**

En numerosos estudios se ha comprobado que tanto la pobreza como un nivel socioeconómico bajo van acompañados de mayor prevalencia de depresión, algunos factores determinan que sería una determinada predisposición genética, la que estaría determinando el que los sujetos fracasaran en la posibilidad de alcanzar posiciones sociales más altas. (Organización Mundial de la Salud, 2018)

### **2.1.4 Criterios de un Episodio Depresivo según el CIE-10**

Respecto a la sintomatología, no realizan una diferencia entre los distintos tramos de edad, pero se observan variaciones en cuanto al tiempo de evolución.

Las alteraciones en el estado de ánimo forman parte de la experiencia afectiva humana. La tristeza puede estar presente en la mayor parte de las enfermedades médicas o determinados momentos vitales, sin que ello constituya un trastorno depresivo. Sin embargo, la depresión clínica es una de las enfermedades psiquiátricas más prevalentes, sin distinguir entre edad, raza o clase social. (Pascuale., 2015, pág. 15)

También un cuadro depresivo puede ser acompañado de síntomas somáticos como:

- a) Pérdida del interés o de la capacidad de disfrutar de actividades que anteriormente eran placenteras
- b) Pérdida de reactividad emocional a acontecimientos y circunstancias ambientales placenteras
- c) Despertarse por la mañana dos o más horas antes de lo habitual
- d) Empeoramiento matutino del humor
- e) Presencia objetiva de inhibición o agitación psicomotriz clara (observada o referidas por terceras personas)
- f) Pérdida marcada de apetito
- g) Pérdida de peso (del orden del 5% o más del peso corporal en el último mes)
- h) Pérdida marcada de la libido.

Dependiendo del número y de la intensidad de los síntomas, los episodios depresivos pueden clasificarse como leves, moderados o graves. Las personas con episodios depresivos leves tendrán alguna dificultad para seguir con sus actividades laborales y sociales habituales, aunque probablemente no las suspendan completamente. En cambio, durante un episodio depresivo grave es muy improbable que el paciente pueda mantener sus actividades sociales, laborales o domésticas si no es con grandes limitaciones.

El episodio depresivo debe durar normalmente al menos dos semanas, pero si los indicios son particularmente graves y de inicio muy rápido puede estar justificado hacer el diagnóstico con una duración menor de dos semanas. Durante un episodio depresivo grave es probable que el sujeto no sea capaz de continuar con su actividad laboral, social o doméstica más allá de un grado muy limitado. (CIE-10 - ES - Diagnósticos, 2013, págs. 70-72)



### **2.1.5. Adolescencia**

La adolescencia es la época de transformación durante la cual el niño se convierte en adulto. En términos generales se puede encuadrar entre los 10 y 20 años de edad. La adolescencia, es un fenómeno psicosocial, es el período de transición entre la dependencia del niño y la independencia del adulto, en el curso del cual el ser humano adquiere ocupaciones de miembros activos de la sociedad. (Sanchez, 2015, pág. 20)

Esta etapa es un estado en el que el sujeto aún no se ha encontrado así mismo en la vida adulta, no se ha constituido como personalidad madura, con la forma de una actividad inherente solo a ella. En este período ocurre un rápido incremento de las dimensiones físicas, un cambio en la forma y composición del cuerpo, a la vez que se produce un rápido desarrollo de los órganos sexuales secundarios.

En la adolescencia se va a producir un proceso de reestructuración de cambios endocrinos y morfológicos, como son: la aparición de los caracteres sexuales secundarios, la transformación y crecimiento de los genitales, la aparición de la menarquía en la niña y la eyaculación en el varón; además, surgen nuevas formas de relación con los adultos, nuevos intereses, actividades de estudio, cambios en la conducta y en la actitud ante la vida. Los adolescentes llegan a ser fértiles aproximadamente 6 o 7 años antes de ser maduros emocionalmente, y crecen en una cultura donde los compañeros, la televisión, el cine y la música transmiten mensajes manifiestos a propósito de las relaciones sexuales que son muy comunes y aceptados. Plantean algunos autores que la mayoría de las personas de todo el mundo, tienen su primera experiencia sexual que puede tener repercusiones para toda la vida en su salud sexual y reproductiva antes de cumplir 20 años. (Guevara Pérez, 2013, pág. 40)

Una de las definiciones más utilizadas, es aquella proporcionada por la Organización Mundial de la Salud (OMS) (s/f) la cual considera a la adolescencia como el período que abarca de los diez a los diecinueve años, utilizando criterios referentes a la maduración y madurez sexual y reproductiva. (Carlevaro A. R., 2015)

### 2.1.6. Características de la Adolescencia

*“Nuestros jóvenes parecen gozar del lujo, son mal educados y desprecian la autoridad. No tienen respeto a los adultos y pierden el tiempo yendo y viniendo de un lado para otro. Están prestos a contradecir a sus padres, tiranizar a sus maestros y a comer desafortadamente” (Sócrates, siglo IV a. C.).*

Para poder comprender mejor el desarrollo del adolescente, podemos dividir las fases madurativas de la adolescencia en: temprana (11-13 años), media (14-17 años) y tardía (17-21 años). Durante este período de tiempo, los adolescentes deben de conseguir la independencia de los padres, la adaptación al grupo, aceptación de su nueva imagen corporal y el establecimiento de la propia identidad, sexual, moral y vocacional.

**Adolescencia temprana:** período que abarca de los ocho años aproximadamente hasta los quince. Esta etapa podría dividirse en pre-pubertad (de los ocho a los once años), pubertad (de los once a los catorce años) y adolescencia temprana (de los catorce a los quince años). Aquí se pueden visualizar importantes cambios: desarrollo de los caracteres sexuales primarios y la aparición de los secundarios, cambios en la apariencia física, así como también a nivel biológico la menarca en el caso de las niñas y la eyaculación en los varones. Se pueden presentar también cambios en el comportamiento del sujeto tales como actitudes desafiantes, oposicionismo y una conducta conflictiva en general, buscando de esta forma límites, independencia y autoafirmación. Se evidencia cierta distancia entre el yo psicológico y el yo corporal. Este período se presenta antes en las niñas que en los varones. Se presentan cambios en la conducta, como por ejemplo la dificultad para relacionarse con el sexo opuesto, así como también con el entorno y los padres. (Gómez Valencia, 2015, pág. 28)

**Adolescencia media:** va desde los quince a los dieciocho años, donde se destaca con fuerza lo psicológico. Aquí se continúan los cambios que se iniciaron en la etapa anterior, marcándose la crisis de identidad. Se entiende como un "segundo nacimiento psicológico"

**Adolescencia tardía:** comprendida desde los dieciocho a los veintiocho años. Podría entenderse este momento como un fenómeno de pos-adolescencia. Se pueden visualizar aquí el anhelo por lograr las metas personales como ser, independencia económica, de los padres, deseo de tener una pareja estable, alcanzar los objetivos laborales y/o vocacionales.

La adolescencia responde a una cimentación congruentemente reciente que surge con la finalidad de dar respuestas a cuestiones de la época. “La adolescencia es una categoría definida en el curso de la historia en el contexto de cambios socio-culturales y económicos vinculados al capitalismo naciente. Es un concepto que surge simultáneamente con la distinción de clases de edades, y con la aparición de la categoría de infancia. Esta etapa aparece ligada asimismo a la posibilidad de los sujetos de obtener una determinada formación en las instituciones educativas”. (Martínez Salazar, 2018, pág. 20)

#### **2.1.7. Desarrollo Biológico**

En la infancia y la época prepuberal, la hormona liberadora de gonadotropinas y las gonadotropinas hipofisarias, están inhibidas por acción de mecanismos inhibidores del sistema nervioso central y por una alta sensibilidad a la retroalimentación negativa de los esteroides gonadales, de modo que aún con niveles muy bajos, son capaces de frenar la producción de GnRH1, 2.

La pubertad comienza con una disminución de la sensibilidad de las neuronas hipotalámicas productoras de hormona liberadoras de gonadotropinas a la inhibición ejercida por los esteroides gonadales.

La adolescencia es un periodo de la vida con intensos cambios físicos, psíquicos y sociales, que convierten al niño en adulto. Se inicia con la pubertad y termina cuando cesa el desarrollo bio-psicosocial. La Organización Mundial de la Salud considera adolescencia entre los 10 y los 19 años, y juventud entre los 19 y 25 años. (Cari Huachaca, 2017, pág. 15)

### **2.1.8. Crecimiento y Maduración Física**

El comienzo y la progresión de la pubertad varían de una adolescente a otra, con un amplio rango de normalidad. En el estudio longitudinal de la Fundación Andrea Prader, realizado en Aragón entre 1982 y 2002, la edad media de inicio del desarrollo mamario era de  $10,6 \pm 1,0$  años, la edad media de inicio del desarrollo testicular de  $12,3 \pm 1,1$  años, y la edad media en la cual se presenta la menarquia entre  $12,7 \pm 0,9$  años<sup>7,8</sup>. (M. Güemes-Hidalgo, 2017, pág. 20)

Los cambios físicos en la pubertad son: aceleración y desaceleración del crecimiento óseo y de órganos internos, cambios de la composición corporal y maduración sexual (gónadas, órganos reproductores y caracteres sexuales secundarios).

### **2.1.9 Desarrollo Psicológico**

La adolescencia es una etapa fundamental en el desarrollo psicológico de una persona, pues es el período en el que se forja su personalidad, se consolida su conciencia del yo (adquirida en la primera infancia), se afianza su identidad sexual y se conforma su sistema de valores. (Calle Cifuentes, 2017)

Es una época de búsqueda, de oposición, de rebelión, de extremismo a veces; la edad de los ideales, de verlo todo claro para, al instante siguiente, verse inmerso en la confusión mental más absoluta; de transgredir normas y de ir en contra de todo y de todos; de revolución personal para, poco a poco, ir reconstruyendo el propio yo fragmentado. Desde el punto de vista fenomenológico, la psique del adolescente se halla en un proceso de consolidación en el que ha de producirse la integración psíquica del cuerpo sexuado púber y la progresiva emancipación de las figuras parentales. (García Gamboa, 2018)

Toda esta serie de cambios que se venían indicando, son los que comienzan a generar un desequilibrio en el sujeto. Éste ha perdido no solo su propio cuerpo, obteniendo nuevos semblantes que lo caracterizarán y lo harán ver más como adulto que como

niño, sino también su rol con el núcleo familiar y el ambiente social en general. Todo esto, demanda cierta reparación y reestructuración de su personalidad en todo sentido.

### **2.1.10 Teorías de la Adolescencia**

#### **Jean Piaget: Teoría Cognitiva del Desarrollo del Adolescente.**

Probablemente algunas de las nociones de Piaget sobre la cognición, llegaron de su trabajo y sus experiencias como ayudante de Alfred Binet en París, mientras que Binet estaba desarrollando su prueba de inteligencia. Piaget se fascinó con los niños los procesos de pensamiento reveladas en el intento de resolver los problemas de prueba.

Piaget describe las etapas de desarrollo en el progreso cognitivo. El autor analiza el concepto de egocentrismo en dicha etapa. La primera y más pronunciada en el período de egocentrismo se produce hacia el final de la etapa sensorio motora. La segunda explosión de egocentrismo aparece hacia el final de la etapa pre operacional y se refleja en una falta de diferenciación, tanto entre el ego alterado, como en el de vista, entre lo subjetivo y lo objetivo.

Según Piaget, la forma final de egocentrismo se produce en la transición de lo concreto a la etapa formal, como resultado de la ampliación de la estructura de las operaciones formales. Este alto nivel de egocentrismo toma la forma de un idealismo ingenuo pero exuberante con propuestas poco realistas para las reformas educativas, políticas y sociales, los intentos de la remodelación de la realidad, y el desprecio de los obstáculos reales.

Un adolescente, a diferencia del niño, es una persona que piensa más allá del presente y forma teorías, sobre todo, deleitado especialmente en la consideración de lo que no es. El adolescente no sólo puede pensar más allá del presente, analíticamente puede reflexionar sobre su propio pensamiento.

El pensador adolescente puede dejar el mundo objetivo real detrás y entrar en el mundo de las ideas. Ellos son capaces de controlar los acontecimientos en su mente a través

de deducciones lógicas de posibilidades y consecuencias. Incluso la dirección de su cambio de procesos de pensamiento. El preadolescente comienza a pensar en la realidad e intenta extender pensamientos hacia posibilidades. El adolescente, que ha dominado las operaciones formales, comienza a pensar en todas las posibilidades lógicas y luego les considera de manera sistemática; la realidad es secundaria a la posibilidad. "La propiedad más distintiva del pensamiento formal es esta inversión de la dirección entre la realidad y posibilidad. El pensamiento formal comienza con una síntesis teórica lo que implica que ciertas relaciones son necesarias y, por tanto, procede en la dirección opuesta. Esta inversión de la dirección del pensamiento entre la realidad y la posibilidad constituye un punto de inflexión en el desarrollo de la estructura de la inteligencia, ya que conduce a un equilibrio que es a la vez estable y fijo. (Jarrín, 2016, págs. 15-16)

### **Erik Erikson: Teoría Psicosocial**

Otros autores, como Erikson, Ana Freud o Blos, desarrollaron la psicología del adolescente bajo la influencia de la teoría freudiana. Sin embargo, criticaron la primacía que Freud otorgaba a los instintos biológicos en el proceso ontogenético, ya que reconocían que los factores socio históricos, relacionales y la psicología del yo pueden modificar el desarrollo y los impulsos instintivos. Erikson es quizás el más influyente teórico dentro de la corriente psicoanalista en relación con la adolescencia. Como es sabido, fue el inventor del concepto «crisis de identidad». Para Erikson, el desarrollo del yo se caracteriza por la adquisición de una identidad según la cultura de referencia, incorporando así la dimensión social o histórica. La adolescencia se constituye como un tiempo de moratoria para que el joven integre su niñez pasada con las expectativas de futuro. El individuo debe establecer un sentido de identidad personal y evitar el peligro de la difusión de rol y las crisis de identidad personal. (Lozano, 2014, pág. 28)

Erikson cree que cuando los jóvenes manejan con éxito esta crisis emerge con una comprensión clara de su identidad individual y pueden compartir fácilmente este "yo" con los demás; por lo tanto, están sanos y bien adaptados. Como resultado de ello, se puede ver individuos confiados que pueden asociarse libremente con otras personas, sin perder su propia identidad. Sin embargo, cuando los jóvenes dejan de manejar con éxito esta dificultad, en la que no están seguros de lo que son vienen problemas de

identidad. A falta de esta razón, pueden ser socialmente desconectados de los demás; o por el contrario, pueden desarrollar un sentido exagerado de su propia importancia y pueden adoptar posiciones intolerantes. Cuando los jóvenes se estancan en esta etapa, no estarán en condiciones de cambiar en adultos emocionalmente maduros.

La segunda crisis, que se producen entre finales de la adolescencia y la edad adulta temprana, se llama la crisis de la intimidad frente al retiro. Esta crisis representa la disputa para resolver la naturaleza bilateral de la intimidad; es decir, para lograr un equilibrio mutuo entre dar amor y apoyo, y recibir amor y apoyo. Por lo tanto, la adolescencia debe determinar la forma de desarrollar y mantener una estrecha amistad fuera de la familia, así como la forma de lograr la correspondencia en las relaciones afectuosas. Erikson cree que cuando las juventudes manejan con éxito esta crisis que surgen con la capacidad para formar relaciones recíprocas, honestas con los demás y tener la capacidad de relacionarse con el resto para lograr objetivos comunes (por ejemplo, el matrimonio). Cuando los jóvenes dejan de manejar esta crisis con éxito, pueden llegar a ser apartados y libres; o, por el contrario, pueden llegar a ser privados, dependientes y sensibles.

Si los adolescentes no resuelven esta crisis, su desarrollo emocional queda estancado, y como resultado, permanecerá aislado y solitario, sin apoyo social. La mayoría de los teóricos del desarrollo ya no consideran este proceso de desarrollo como una serie de "crisis". Además, este proceso de progreso se considera que es mucho más fluido y flexible que el pensamiento Erikson. Los teóricos contemporáneos creen que el proceso de determinar la propia identificación es un proceso natural para experimentar con diferentes identidades, y la experiencia de los diferentes resultados de sus ensayos, a fin de determinar quiénes son y cómo quieren ser percibido por los demás.

### **2.1.11. La Orientación Vocacional y Profesional - Definición:**

Según el Ministerio de Educación del Ecuador:

“La orientación vocacional y profesional (OVP) comprende un conjunto de acciones de acompañamiento (educativo-psicológico-social) y asesoramiento (individual y grupal) dirigido a las y los estudiantes de una institución educativa para que, de manera individual y con base en el autoconocimiento y la información disponible, tomen decisiones vocacionales y profesionales adecuadas como parte de la construcción de su proyecto de vida”. (Ministerio de Educación, 2014, pág. 15)

La orientación vocacional y profesional es una asesoría y tutoría permanente, aplicada a los estudiantes de centros escolares de secundaria y de nivel medio superior.

### **2.1.12. Componente Vocacional**

Todas las personas, tienen determinada inclinación a desempeñar cierta actividad; nos gustan algunas tareas específicas más que otras; y somos muy capaces, hábiles o talentosas para llevar a cabo unas cosas más que otras. Inclusive, a veces, nos imaginamos efectuando cierta labor u ocupación en cierto momento o contexto. La vocación está relacionada con esto.

¿Sabías que la palabra *vocación* proviene del latín *vocativo*, que significa *llamado* o *inspiración*?, es decir, estamos hablando de una inclinación o un impulso en cada persona por hacer algo, así como de la curiosidad, el interés y el placer que le produce llevar a cabo cierta actividad. El desarrollo de la vocación empieza en la infancia, se configura durante la adolescencia y prosigue su definición en la adultez. (Educación, Manual de Orientación Vocacional y Profesional, 2015, pág. 17)

La vocación debe ser como un proceso eficiente que se integra con la realidad de cada quien y está sujeto a cambios y transformación en el tiempo.



La vocación es una cimentación individual que debe ser estimulada en cada estudiante con el fin de incorporarla como parte de su proyección hacia el futuro (proyecto de vida integral).

El trabajar lo vocacional, buscando rescatar el sentido personal que esta adquiere, tiene como objetivo que las decisiones que cada estudiante adopte al respecto sean legítimas, satisfactorias y trascendentales. (Quinde, 2015, pág. 22)

### **2.1.13. Componente Profesional**

El componente profesional de la OVP tiene que ver con las decisiones que adoptará la o el estudiante en el ejercicio de una actividad ocupacional o laboral puntual.

En el desarrollo del componente profesional, las y los profesionales de los DECE deberán dotar al estudiantado de los recursos para que acceda información en torno a las características de una determinada ocupación o profesión (tareas y funciones que engloba, tipo de jornadas de trabajo, formas de remuneración, nivel de formación exigido, riesgos ocupacionales, etc.), los mitos o las expectativas que se construyen alrededor de una práctica profesional puntual y la pregunta por su sentido productivo y social, entre otros. (Ministerio de Educación, 2014, págs. 13 - 14)

### **2.1.14 Características de la Orientación Vocacional y Profesional**

Se caracteriza a la Orientación Vocacional en los siguientes términos:

- a) Como un programa sistemático de información y experiencias educativas y laborales previamente coordinadas por el orientador, con el fin de prestar ayuda vocacional a las personas.
- b) Es un componente importante de la educación vocacional que engloba a la familia, comunidad y escuela.
- c) Mediante la utilización de un conjunto de procesos, técnicas y otros servicios cumple la finalidad de guiar a la persona para que se conozca a sí misma y de esta manera pueda acceder a las oportunidades que el mundo laboral y educativo ofrece,

para que tome las mejores decisiones sobre su futuro profesional. (Patiño Juela, 2015)

En otro aspecto las particularidades propias de cada individuo que la Orientación Vocacional debe considerar al momento de realizar su trabajo son:

- **Las actitudes:** entendiéndose éstas como la predisposición adquirida para evaluar de determinada forma a una persona. En la actitud se encuentran aspectos como: el componente cognitivo (en relación a la elección de estudios o profesión, en cuanto a horarios, situación laboral, remuneración, etc.), el componente afectivo (sentimientos que el trabajo o estudio despierta en la persona), el mecanismo conductual (predisposición a elegir un trabajo o estudio).
- **Las aptitudes o capacidades:** requerimientos básicos para elegir una profesión o estudio, dentro del cual se encuentran: el intelecto (evaluación de comprensión y fluidez verbal, numéricas, espaciales, razonamiento, memoria, percepción y atención), las capacidades físicas (involucra aspecto corporal y resistencia física: estatura, peso, fuerza, etc.), y las capacidades sensoriales y artísticas (vista, oído, sentido kinestésico, gusto, olfato).
- **Intereses:** es la retribución de un valor subjetivo hacia un objeto o función, éstas obedecen a las motivaciones inconscientes del sujeto. (Jiménez, 2016)

#### **2.1.15. El Rol del Psicólogo Orientador**

El trabajo que debe desarrollar el profesional en Orientación Educativa y Vocacional es muy atento, puesto que de su guía depende en gran medida el futuro de los jóvenes dentro del campo profesional, su realización personal y el aporte significativo que pueda realizar a la sociedad. (Chumbay, 2015)

De la misma manera, existen otras características que debe tener un psicólogo orientador para cumplir su tarea eficientemente, entre las cuales están:

#### Dentro del desarrollo vocacional.-

- 1) Conocimiento del desarrollo de la carrera y de los procesos de la conducta vocacional.
- 2) Conocimiento de los fundamentos legales del desarrollo de la carrera.
- 3) capacidad para planificar, diseñar e implementar programas de desarrollo de la carrera.
- 4) Conocimiento de modelos para llevar a cabo procesos de transición entre escuela-trabajo.
- 5) Capacidad para identificar los factores que influyen en la elección vocacional (amigos, familia, género, raza, edad, cultura, etc.
- 6) Conocimientos de servicios de asistencia e información para el empleo.
- 7) Conocimiento de material disponible relacionada con el área y sistemas de información como el internet.
- 8) Habilidad para el uso de técnicas de orientación.
- 9) Habilidad para guiar a grupos de personas en circunstancias especiales como: población en riesgo, grupos étnicos, etc.
- 10) Ayudar a las personas a diseñar proyectos de vida y de carrera.

#### Dentro del manejo de la información.-

- 1) Conocimiento en legislación educativa y laboral a nivel local, nacional e internacional.
- 2) Conocimiento en equivalencia de títulos de diferentes países.
- 3) Recopilar, organizar e impartir información relacionada con: educación y formación, e información ocupacional y de empleo.
- 4) Orientar a las personas para que accedan de manera significativa a la información sobre educación y el trabajo.

#### Dentro del desarrollo comunitario.-

- 1) Trabajar con la comunidad para implementar planes de acción para la mejora económica, social, educativa y ocupacional.
- 2) Desarrollar vínculos de cooperación con instituciones locales y nacionales de orientación educativa y profesional.

#### Dentro de los aspectos relacionados con el empleo.-

- 1) Orientaciones para que el sujeto domine estrategias de búsqueda de empleo.
- 2) Utilización de internet para las búsquedas.
- 3) Recomendar oportunidades de empleo de acuerdo al perfil del sujeto.
- 4) Realizar contactos con empleadores y empresas para obtener información.
- 5) Realizar el seguimiento respectivo a los individuos que han recibido la guía del psicólogo.
- 6) Seleccionar a los individuos más idóneos respecto a las plazas de trabajo existentes. (Patiño Juela, M. J., & Astudillo Cedillo, L. R., 2015)

De igual forma Boza, toscano y Salas, exponen las funciones asignadas a los orientadores, entre las que constan las siguientes:

- La función de asesoramiento.- Es considerada como una intervención indirecta la misma que va dirigida a los miembros de la comunidad como: profesores, estudiantes, padres de familia u otras personas externas al centro educativo. El tipo de asesoramiento que se ofrece puede obedecer a una actividad programada y organizada.
- La función de consejo.- Se la concibe como una función directa de orientación dirigida a los individuos, aunque podría también estar dirigida a padres de familia y a profesores. Estas actividades son llevadas mediante programas.
- La función de evaluación.- Es la valoración de personas, grupos, instituciones, contextos, programas e instituciones educativas en general.
- La función de diagnóstico.- Que consiste en la evaluación de los individuos desde el ámbito psicométrico, esta se realiza de manera personal.
- La función de mediación.- Donde el orientador ocupa un posicionamiento intermedio entre dos elementos, que podrían ser entre estudiantes, entre profesores, entre padres o entre estudiantes y profesores o estudiantes y padres de familia. En esta función el orientador hace las veces de árbitro neutral, de canal de comunicación para erradicar discrepancias y llegar a consensos. (Boza, A., Toscano, M., & Salas, M., 2014)

### **2.1.16. La Orientación Vocacional – Profesional y su Incidencia en el Futuro de los Jóvenes**

Dentro de la vida de las personas, la actividad laboral es un aspecto muy importante que debe ser considerado, puesto que el sistema social y económico en el que se desenvuelve actualmente la actividad laboral requiere de una sólida preparación profesional y altos niveles de competitividad para ser considerado como un trabajador eficiente. (Alles, 2013, pág. 24)

Se dice que una persona ha optado de manera satisfactoria por una actividad laboral cuando alcanza un desempeño profesional exitoso, el mismo que se evidencia en dos componentes claramente identificados:

- **La ejecución eficiente de las actividades requeridas en su actividad laboral.-** Este aspecto involucra la realización de las actividades laborales con agrado e interés por parte del sujeto, situación que surge gracias a las características físicas, cognitivas y emocionales presentes en el individuo y que le permiten desarrollar su trabajo de forma eficiente pero sobre todo con una predisposición positiva.
- **Logro de las expectativas laborales.-** Tiene que ver con el desempeño exitoso, es decir, con el cumplimiento de las expectativas ocupacionales y con aquello que la persona espera lograr al desempeñarse laboralmente

Por todo lo expuesto, se deduce que la correcta elección de una profesión implica una completa y satisfactoria realización personal, pero cómo se debería realizar esta delicada misión; el procedimiento para tomar una decisión de este tipo implica los siguientes pasos:

- a) Identificar dos o más posibles profesiones.
- b) Determinar los criterios respectivos para realizar la elección.
- c) Predecir de manera fundamentada los posibles resultados de cada opción.
- d) Evaluar exhaustivamente los resultados de cada opción.
- e) Comparar los resultados obtenidos con base a los criterios establecidos.
- f) Finalmente decidirse y optar por la mejor opción.

Este sería un proceso sistémico de análisis de los elementos relevantes de cada una de las opciones, que permitirá que el individuo seleccione con información valedera y sobre todo objetiva, una ocupación profesional con probabilidades muy altas de éxito.

Como se ha podido observar de todos los temas analizados, se puede deducir la gran responsabilidad que tiene el psicólogo orientador para guiar a los jóvenes en su difícil decisión de elegir una profesión que va a ser desempeñada en su vida futura, aspecto que compromete a que el orientador tenga la preparación suficiente para cumplir de manera satisfactoria su misión, la misma que debe ser compartida con las familias de los individuos para un trabajo más eficiente. (Anrango y Antamba, Estudio de los procesos de Orientación Vocacional en los décimos años de Educación Básica del Colegio Experimental Jacinto Collahuazo, 2014).

### **2.1.17. Proceso de Orientación Vocacional y Profesional**

Para el adecuado desarrollo de un plan de OVP se requiere la participación activa de todos los actores involucrados, es decir, autoridades, docentes, tutores de grado o curso, profesionales del DECE, estudiantes y familias.

A continuación, se expondrá en detalle lo que corresponde a cada uno de los actores involucrados.

- **Estudiantes.-** Las y los estudiantes son el centro de un adecuado plan de OVP. Los objetivos, acciones y resultados están dirigidos a acompañar y motivar para la definición del proyecto de vida que cada uno se plantea, ya sea la vinculación al mundo laboral o el acceso a la educación superior.
- **Profesionales del departamento de consejería estudiantil.-** Las y los profesionales de los DECE de las instituciones educativas tienen dentro de sus principales atribuciones y responsabilidades garantizar el bienestar integral de los actores de la comunidad educativa, priorizando el interés superior de los niños, niñas y adolescentes, a través de procesos integradores sociales, emocionales, psicoeducativos y psicológicos, con el fin de alcanzar el crecimiento personal, interpersonal, académico y vocacional de cada

estudiante<sup>1</sup>. Esto determina que estos profesionales de manera permanente deben encargarse de generar procesos y acciones concernientes a la OVP.

- **Docentes, tutores y tutoras de grado o curso.-** Estos profesionales son los principales aliados en este proceso, pues son quienes acompañan de manera permanente a las y los estudiantes en su vida escolar y quienes detectarán cuáles son los principales intereses, aptitudes, capacidades y fortalezas (factores internos) que ellos y ellas manifiesten.
- **Directivos.-** Los directivos de una institución educativa son gestores educativos, por tanto, son quienes implementan la política educativa al interior de su institución, es decir, cumplen y hacen cumplir lo que desde el nivel central se determina en relación con el proceso educativo de los y las estudiantes a su cargo. De igual manera, dentro de sus atribuciones está “dirigir y controlar la implementación eficiente de programas académicos, y el cumplimiento del proceso de diseño y ejecución de los diferentes planes y proyectos institucionales, así como participar en su evaluación permanente y proponer ajustes”.
- **Familia.-** La familia es un eje fundamental para el óptimo desarrollo escolar de las y los estudiantes y, específicamente en lo concerniente al proceso de OVP, son quienes influyen de manera práctica, ideológica, emocional y hasta económica en las elecciones que toman sus hijos e hijas relacionadas al mundo laboral y profesional. Los padres y madres apoyan para desarrollar el interés de sus hijos por ciertas profesiones, son referentes de responsabilidad, definen reglas de conducta en las relaciones laborales y, por supuesto, brindan información detallada en relación a las ventajas y desventajas de ciertas profesiones y cómo estas son compatibles con la vida personal y familiar.

(Ministerio de Educación, 2014, págs. 68 - 71)

## 2.2. MARCO CONCEPTUAL

**Depresión:** La palabra depresión proviene del término latino depressio que, a su vez, procede de depressus (“abatido” o “derribado”). Se trata de un trastorno de la salud mental que hace que la persona se sienta triste y desganada, experimentando una incomodidad interior y dificultando sus interacciones con el medio que lo rodea. (Salinas, 2014, pág. 20)

**Adolescencia:** Es la etapa Bio – Psico – Social que llega después de la niñez y que abarca desde la pubertad hasta el completo desarrollo del organismo. El término proviene de la palabra latina adolescentia. La adolescencia es, en otras palabras, la transformación del infante antes de llegar a la madurez. (ISSUU, s.f.)

**Vocación:** Es el proceso de elección de perfiles que permite el desarrollo de las potencialidades del ser humano de una manera integral, se realiza con posterioridad a la educación media, la motivación es considerado el mayor motor para realizar los anhelos. (Carabobo, 2014)

**Orientar:** Acompañar en el proceso de elección. No decidimos por alguien sino que ayudamos a pensar de manera crítica y con objetividad. Orientar es ser un medio para el otro en ayudarlo al proceso que debe tomar el individuo. (Hidalgo Acosta, 2015)

**Proceso:** Conjunto de fases sucesivas. Consiste en progresar, ir hacia adelante en la construcción de un proyecto.

Orden de acciones que debe llevar el individuo para llegar a un resultado esperado. (Morillo, 2014)

**Test:** Son pruebas destinadas a evaluar conocimientos, aptitudes o funciones. La palabra test puede utilizarse como sinónimo de examen, que nos ayudan para medir la información que debemos luego analizar para poder llegar a conclusiones sobre algún tema específico de estudio. (MANOBANDA, 2014)



**Aptitud:** Capacidad y buena disposición para ejercer o desempeñar una determinada tarea, función, empleo, etc. Esta determinara el excito para realizar cualquier tipo de actividad con éxito. (Lacayo Centeno, 2017)

**Actitud:** Manifiesta disposición del estado de ánimo de un individuo, que dependerá de su actuación frente a una o un grupo de personas, estas muchas veces también puede verse reflejada en el desempeño laboral. (MORALES, 2016)

**Melancolía:** Melancolía es un término que deriva del latín y que, a su vez, tiene origen en un vocablo griego que significa “bilis negra”. Se trata de la tristeza vaga, permanente y profunda, que puede haber nacido por causa física o moral y que hace que el sujeto que la padece no se encuentre a gusto. (Crussí, 2016)

**Emociones:** La emoción es la tergiversación profunda pero efímera del ánimo, la cual puede ser agradable o penosa y presentarse junto a cierta conmoción somática. (Rosas, 2017)

**Conflicto:** Es una expresión de intereses opuestos, en forma de disputa. Tiene muchos parecidos: pelea, discrepancia, desavenencia, separación, todos con una apreciación negativa a priori. Vale la pena detenerse en que el conflicto es una construcción social diferente a la violencia, que puede involucrarla, así como puede no hacerlo. (Trujillo Vargas, 2013)

**Hormona:** Sustancia química producida por una parte del cuerpo humano, o por parte de él, cuya función es la de regular la actividad de una parte en específico. (González E. L., 2014)

**Psicólogo:** Es un profesional de la psicología, disciplina compleja que reagrupa distintas corrientes teóricas y prácticas, en específico: psicología clínica, cognitiva, conductual, del desarrollo, social, del trabajo, animal, diferencial, experimental. (Arista, 2016)

**Familia:** Núcleo básico de formación social y natural, constituidos por papá, mamá e hijos. Se considera a la familia como base de una sociedad, existen varios tipos de familia que dependerán de su conformación. (Scarpati, 2014)

## **2.3. MARCO LEGAL**

### **CONSTITUCIÓN DE LA REPÚBLICA DEL ECUADOR**

#### **SECCIÓN QUINTA**

##### **NIÑAS, NIÑOS Y ADOLESCENTES**

**Art. 44.-** El Estado, la sociedad y la familia promoverán de forma prioritaria el desarrollo integral de las niñas, niños y adolescentes, y asegurarán el ejercicio pleno de sus derechos; se atenderá al principio de su interés superior y sus derechos prevalecerán sobre los de las demás personas.

Las niñas, niños y adolescentes tendrán derecho a su desarrollo integral, entendido como proceso de crecimiento, maduración y despliegue de su intelecto y de sus capacidades, potencialidades y aspiraciones, en un entorno familiar, escolar, social y comunitario de afectividad y seguridad. Este entorno permitirá la satisfacción de sus necesidades sociales, afectivo-emocionales y culturales, con el apoyo de políticas intersectoriales nacionales y locales.

## **REGLAMENTO GENERAL DE LA LEY DE EDUCACIÓN**

### **PRINCIPIOS Y FINES**

**Art. 2.-** La educación se rige por los siguientes principios:

- Es deber y derecho primario de los padres, o de quienes los representan, dar a sus hijos la educación que estimen conveniente. El Estado vigilará el cumplimiento de este deber y facilitará el ejercicio de este derecho.
- La educación tiene sentido moral, histórico y social; se inspira en los principios de nacionalidad, democracia, justicia social, paz, defensa de los derechos humanos y está abierta a todas las corrientes del pensamiento universal.

Los padres tienen la obligación de velar por la estabilidad emocional e intelectual de sus hijas, involucrándose en las diferentes actividades escolares, ayudándolas a fortalecer su autoestima y obtener una buena comunicación para evitar casos de depresión.

### **CÓDIGO DE LA NIÑEZ Y ADOLESCENCIA**

**ART. 8.- CORRESPONSABILIDAD DEL ESTADO, LA SOCIEDAD Y LA FAMILIA.** - Es deber del Estado, la sociedad y la familia, dentro de sus respectivos ámbitos, adoptar las medidas políticas, administrativas, económicas, legislativas, sociales y jurídicas que sean necesarias para la plena vigencia, ejercicio efectivo, garantía, protección y exigibilidad de la totalidad de los derechos de niños, niñas y adolescentes.

El Estado y la sociedad formularán y aplicarán políticas públicas sociales y económicas; y destinarán recursos económicos suficientes, en forma estable, permanente y oportuna.

**Art. 9.- Función básica de la familia.** - La ley reconoce y protege a la familia como el espacio natural y fundamental para el desarrollo integral del niño, niña y adolescente. Corresponde prioritariamente al padre y a la madre, la responsabilidad compartida del derechos.

**Art. 10.- Deber del Estado frente a la familia.** - El Estado tiene el deber prioritario de definir y ejecutar políticas, planes y programas que apoyen a la familia para cumplir con las responsabilidades especificadas en el artículo anterior.

**Art. 37.-Derecho a la educación.** - Los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a una educación de calidad. Este derecho demanda de un sistema educativo que:

- Garantice que los niños, niñas y adolescentes cuenten con docentes, materiales didácticos, laboratorios, locales, instalaciones y recursos adecuados y gocen de un ambiente favorable para el aprendizaje. Este derecho incluye el acceso efectivo a la educación inicial de cero a cinco años, y por lo tanto se desarrollarán programas y proyectos flexibles y abiertos, adecuados a las necesidades culturales de los educandos.

## CAPITULO III

### 3.1 METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

Este proyecto de investigación hace uso del método Inductivo – Deductivo el cual estar presente en el proceso de la formación del marco teórico y tratar los fenómenos y deducir principios para la investigación válidas para explicar/aplicar el objeto de estudio, también con el método analítico se podrá conocer más del objeto de estudio y sus características lo que ayudará a explicar y hacer analogías, entender mejor sus distintos comportamientos, ayudando a llevar la investigación por una vía de eficaz .

### 3.2 TIPO DE INVESTIGACIÓN

#### **Investigación Descriptiva:**

Es un tipo de investigación que implica en la observación y describir a un sujeto sin interferir en este caso se procedió a observar la muestra establecida y los signos que se presentaban durante las jornadas de clases, donde se constató las realidades de estudiantes (conductas y comportamientos).

#### **Investigación de Campo:**

La investigación de campo es la recopilación de datos nuevos de fuentes primarias para un propósito en específico. Se pretende analizar los síntomas presentados por los estudiantes observados (muestra) y corroborar los datos extraídos en la toma de test proyectivos para elaborar una guía psicoeducativa y que ayuden en las tomas de decisiones en el momento de elegir las carreras universitarias en la Unidad Educativa Dr. Carlos Monteverde Romero.

#### **Investigación Bibliográfica:**

La investigación bibliográfica es la primera fase del proceso investigativo que proporciona el conocimiento de las investigaciones ya existentes, de un modo ordenado, a través de una amplia búsqueda de: información, conocimientos y técnicas sobre una cuestión determinada. Dentro de la búsqueda de la verdad en la investigación científica, se acude a la realidad y de ésta se obtienen: un problema, una hipótesis con su respectiva contrastación y conclusiones.

### 3.3. MÉTODOS, TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE LA INVESTIGACIÓN

Para la realización de este proyecto se utilizaron métodos, técnicas e Instrumentos acordes al tipo de investigación.

#### MÉTODOS

##### **Método Inductivo – Deductivo:**

La primera parte del proceso ayuda a la formación de un marco teórico que explique, a través de unos principios elementales, los fenómenos, y la segunda parte del método consiste en deducir principios para la investigación, constituidas por el cuerpo teórico formado y válidas para explicar/aplicar el objeto de estudio.

##### **Método Analítico:**

La idea es encontrar los fundamentos principales detrás del tema que se está analizando para comprenderlo en profundidad. Este método ayuda a conocer más del objeto de estudio y sus características con lo cual se puede: explicar, hacer analogías, comprender mejor su comportamiento y establecer nuevas teorías.

#### TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE LA INVESTIGACIÓN

##### **Técnicas**

- **La observación:** es una técnica de investigación que consiste en observar personas, fenómenos, hechos, casos, objetos, acciones, situaciones, etc., con el fin de obtener determinada información necesaria para una investigación.
- a) **Ficha de Observación:** Esta ficha de observación se le aplicó a 7 estudiantes de la Unidad Educativa Dr. Carlos Monteverde Romero donde se pudo constatar el comportamiento observable dentro del aula de clase.
- **Encuesta:** Conjunto de preguntas objetivas que sirven para analizar una muestra en especial, se detalla la indagación de los criterios de los padres y docentes para que contribuya para un mejor diagnóstico de la depresión de los estudiantes del tercer año de bachillerato, se realizaron a los padres y a los docentes, cuestionario de 10

preguntas cada una enfocadas en conocer antecedentes que puedan haber originado la depresión. La finalidad de la encuesta es para conocer las opiniones de los padres de familia sobre el nivel de conocimiento de la depresión a través de preguntas objetivas.

- **Test Projectivos:** Dentro de la batería de test formada para la investigación, se ha tomado en cuenta dos tipos de pruebas esenciales, el test de Frases Incompletas de Sack y el Inventario de Depresión de Beck, ambos servirán en la medición de resistencias hacia familiares, personas y la otra prueba servirá para medir el nivel de depresión.
- a) **Frases Incompletas De Sacks:** El test de Sacks de frases incompletas se usa para medir emociones en referencia a la familia, las relaciones sociales, con los iguales y con respecto a uno mismo.

Las áreas de influencia en esas emociones que se analizan en el test son:

- La familia
  - La personal
  - La social
  - La comunidad
- 
- b) **Inventario De Depresión De Beck:** La prueba, que consta de 21 ítems, tiene como objetivo identificar y medir la gravedad de síntomas típicos de la depresión en adultos y adolescentes a partir de 13 años. Los ítems del BDI-II son consistentes con los criterios recogidos en el DSM-IV para el diagnóstico de los trastornos depresivos.

### 3.4. POBLACIÓN

La población se convierte entonces en el conjunto de individuos que llegan a compartir características similares que permiten la facilidad de ser analizados en el estudio o investigación, la comprenden los estudiantes del décimo año de educación general básica.

Tabla 1. Población

<b>ESTRATOS</b>	<b>POBLACIÓN</b>
Docentes	20
Padres de familia	33
Estudiantes	33
<b>TOTAL</b>	<b>86</b>

**Fuente:** Unidad Educativa “Dr. Carlos Monteverde Romero”

**Realizado por:** Verónica Gimeno Benites, Orlando Robles Cruz

### MUESTRA

Una muestra se entiende como una porción, una parte que representaría a la población que contiene las características medibles en la investigación, pues éstas llegan a ser las más cercanas a la realidad estudiada.

Tabla 2 Población y muestra

<b>Grupo Individuos</b>	<b>Tamaño Grupo</b>	<b>Tamaño Muestra</b>
Estudiantes		7
Padres De Familias	33	7
Docentes	20	8
<b>Total</b>	<b>87</b>	<b>23</b>

**Fuente:** Unidad Educativa “Dr. Carlos Monteverde Romero”

**Realizado por:** Verónica Gimeno Benites, Orlando Robles Cruz

### TIPO DE MUESTREO INTENCIONAL NO PROBABILISTICO

La muestra es Intencional dada por derivación de la docente quien observa ciertos síntomas en los estudiantes, ya que no hay DECE en la institución educativa.



### 3.5. ANÁLISIS DE LAS ENCUESTAS - PADRES DE FAMILIA

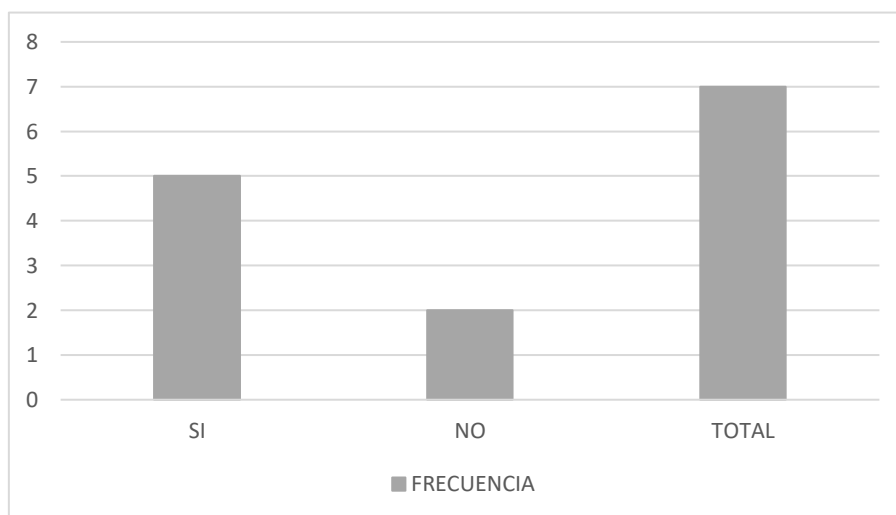
**PREGUNTA No. - 1:** ¿Ha notado cambios en la falta de interés de su hijo en realizar actividades que antes las desarrollaba con normalidad?

**Tabla 3. Intereses**

VARIANTES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	5	71%
NO	2	29%
<b>TOTAL</b>	<b>7</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta a Padres de Familia

**Realizado por:** Gimeno Benites, V y Robles Cruz, O (2018)



**Gráfico 1. Intereses**

**Fuente:** Encuesta a Padres de Familia

**Realizado por:** Gimeno Benites, V y Robles Cruz, O (2018)

**Análisis:** 71% responden que si han notado falta de interés en las actividades que antes realizaba, el 29% indica que no ha notado cambio alguno.

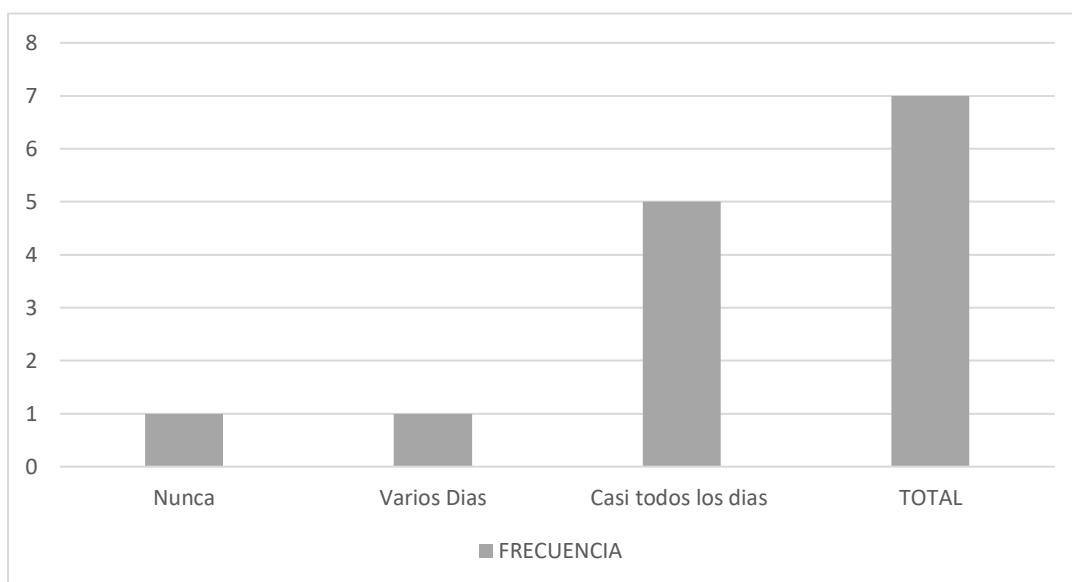
**PREGUNTA No.- 2:** ¿Cuántos días en la semana ha notado que su hijo esta decaído, callado o muy distraído?

**Tabla 4. Comportamientos diarios**

VARIANTES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	1	14%
Varios Días	1	14%
Casi todos los días	5	71%
<b>TOTAL</b>	<b>7</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta a Padres de Familia

**Realizado por:** Gimeno Benites, V y Robles Cruz, O (2018)



**Gráfico 2. Cambios en el comportamiento**

**Fuente:** Encuesta a Padres de Familia

**Realizado por:** Gimeno Benites, V y Robles Cruz, O (2018)

**Análisis:** El 14% de los padres encuestados indica nunca haber notado decaimiento, callado o distraído a sus hijos, el otro 14% dice haber notado estos síntomas en algunas escasas ocasiones y el 71% manifiesta que ese comportamiento es a diario.

**PREGUNTA No.- 3:** ¿Ha notado últimamente que su hijo tiene dificultades para conciliar el sueño?

**Tabla 5. Frecuencia de Sueño**

VARIANTES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	5	71%
No	2	29%
<b>TOTAL</b>	<b>7</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta a Padres de Familia

**Realizado por:** Verónica Gimeno Benites, Orlando Robles Cruz



**Gráfico 3. Frecuencia de Sueño**

**Fuente:** Encuesta a Padres de Familia

**Realizado por:** Gimeno Benites, V y Robles Cruz, O (2018)

**Análisis:** El 71% de los padres respondieron que sí y un 29% dicen que su sueño no se ha visto afectado, algunos de los padres atribuyen a el desvelo de sus hijos por el uso de las redes sociales.

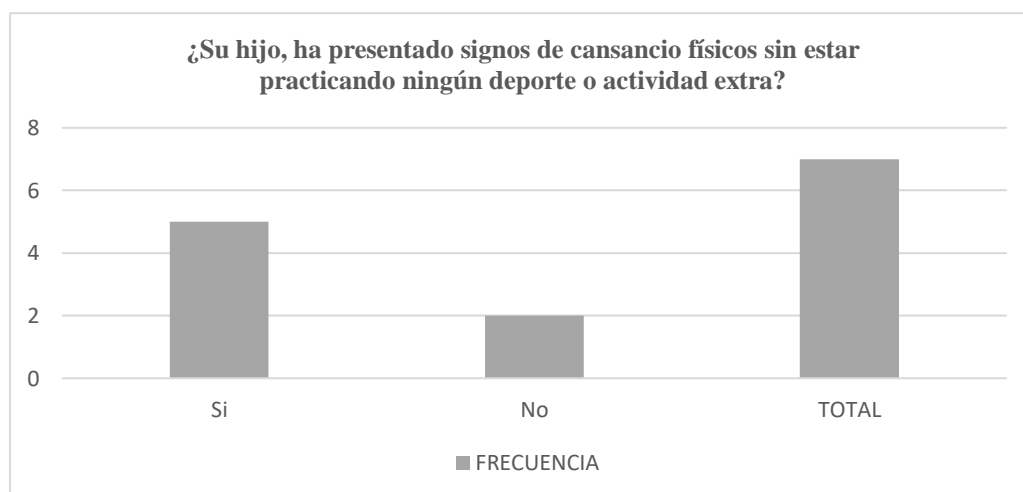
**PREGUNTA No.- 4:** ¿Su hijo, ha presentado signos de cansancio físicos sin estar practicando ningún deporte o actividad extra?

**Tabla 6. Síntomas de Cansancio**

VARIANTES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	5	71%
No	2	29%
<b>TOTAL</b>	<b>7</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta a Padres de Familia

**Realizado por:** Gimeno Benites, V y Robles Cruz, O (2018)



**Gráfico 4. Síntomas de Cansancio**

**Fuente:** Encuesta a Padres de Familia

**Realizado por:** Gimeno Benites, V y Robles Cruz, O (2018)

**Análisis:** El 71% de los padres indican que si tienen agotamiento físico sin ninguna razón específica, en cambio el 29% indica que no es el caso de sus hijos, quedando 5 de 7 estudiantes que si llegaron a la confirmación de esta pregunta.

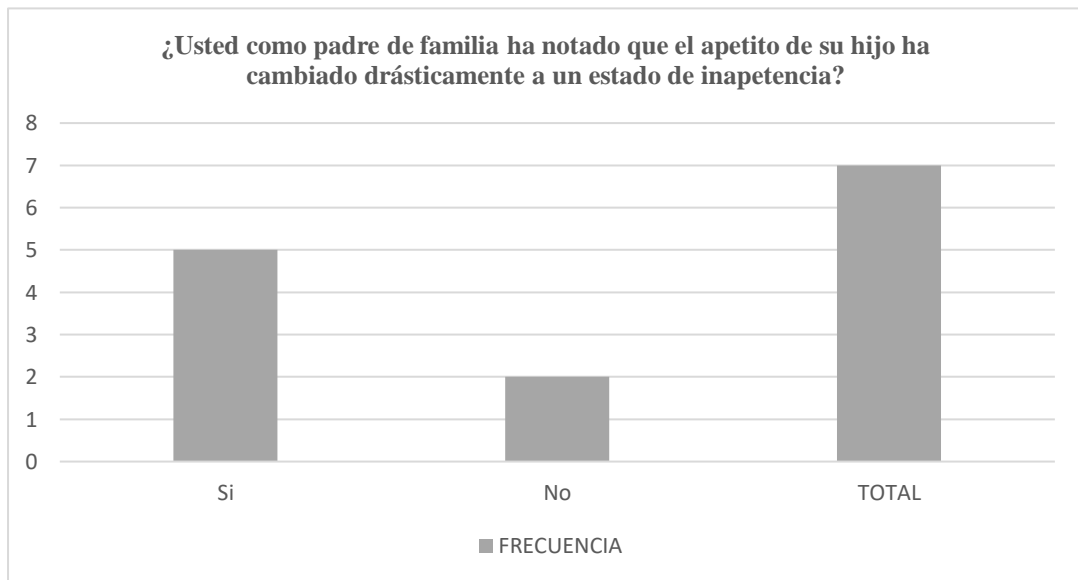
**PREGUNTA NO.- 5:** ¿Usted como padre de familia ha notado que el apetito de su hijo ha cambiado drásticamente a un estado de inapetencia?

**Tabla 7. Cambios de hábitos alimenticios**

VARIANTES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	5	71%
No	2	29%
<b>TOTAL</b>	<b>7</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta a Padres de Familia

**Realizado por:** Gimeno Benites, V y Robles Cruz, O (2018)



**Gráfico 5 Cambios de hábitos alimenticios**

**Fuente:** Encuesta a Padres de Familia

**Realizado por:** Gimeno Benites, V y Robles Cruz, O (2018)

**Análisis:** Un 71% de los padres indican que si se ha presentado la inapetencia en sus hijos y que es de preocupación ya que ello lo relacionan en el caso de los hombres con las drogas y en las mujeres con el embarazo, pero existe un 29% que dice que no han cambiado sus hábitos alimenticios.

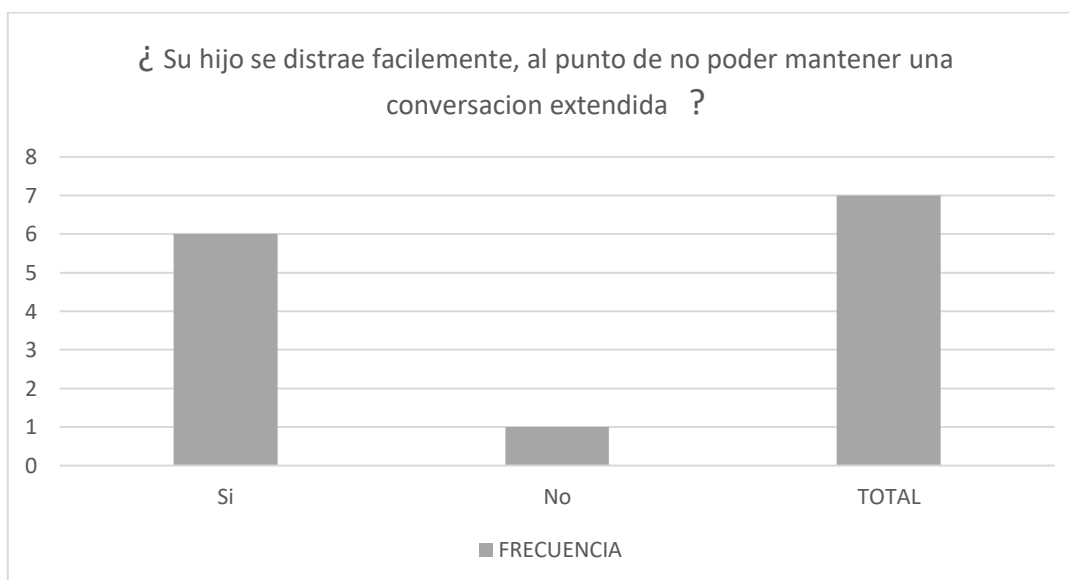
**PREGUNTA No.- 6:** ¿Su hijo, se distrae fácilmente al punto que no puede mantener una conversación extendida?

**Tabla 8. Problemas de concentración**

VARIANTES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	5	71%
No	2	29%
<b>TOTAL</b>	<b>7</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta a Padres de Familia

**Realizado por:** Gimeno Benites, V y Robles Cruz, O (2018)



**Gráfico 6. Problemas de concentración**

**Fuente:** Encuesta a Padres de Familia

**Realizado por:** Gimeno Benites, V y Robles Cruz, O (2018)

**Análisis:** Un 71% respondió que si han notado una conducta de poca importancia a las cosas y esto lo atribuyen cuando conversan con ellos, al punto de no poder concluir con algún tema de conversación. En cambio el 29 % no tiene este tipo de casos con los hijos.

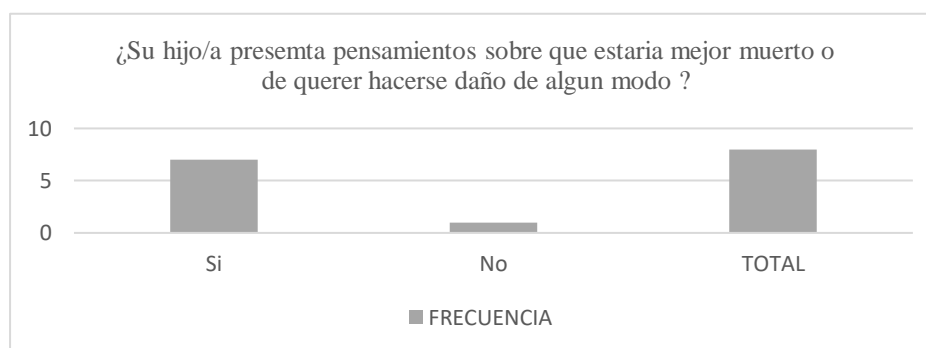
**PREGUNTA No.- 7:** ¿Su hijo/a presenta pensamientos sobre que estaría mejor muerto /a o de querer hacerse daño de algún modo?

**Tabla 9. Pensamientos de Muerte o suicidio**

VARIANTES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	6	86 %
No	1	14 %
<b>TOTAL</b>	<b>7</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta a Padres de Familia

**Realizado por:** Gimeno Benites, V y Robles Cruz, O (2018)



**Gráfico 7. Pensamientos de Muerte o suicidio**

**Fuente:** Encuesta a Padres de Familia

**Realizado por:** Gimeno Benites, V y Robles Cruz, O (2018)

**Análisis:** Un 86% de los padres contestan que si han tenido revelan en forma afirmativa, pero existe un 14% que se muestran contrarios con esta pregunta.

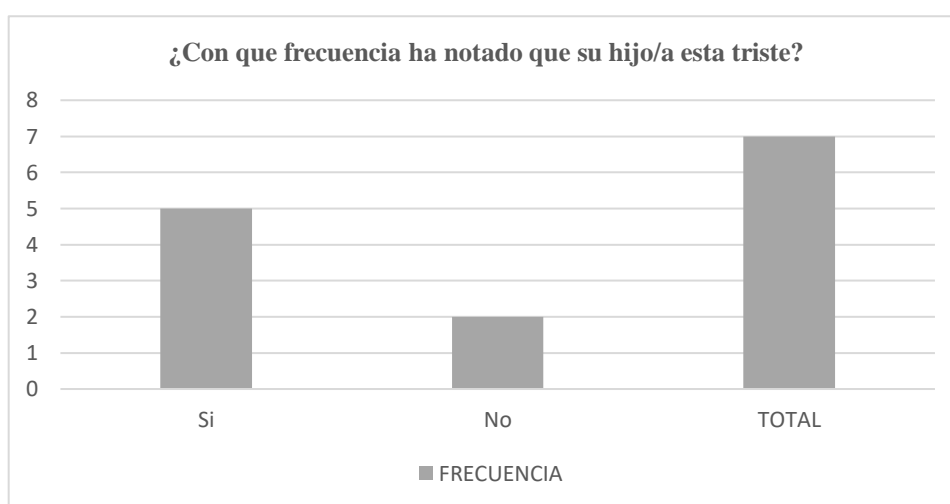
**PREGUNTA NO.- 8: ¿Con que frecuencia ha notado que su hijo/a esta triste?**

**Tabla 10. Estado de ánimo**

<b>VARIANTES</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
<b>Si</b>	5	71 %
<b>No</b>	2	29 %
<b>TOTAL</b>	<b>7</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta a Padres de Familia

**Realizado por:** Gimeno Benites, V y Robles Cruz, O (2018)



**Gráfico 8. Estado de ánimo**

**Fuente:** Encuesta a Padres de Familia

**Realizado por:** Gimeno Benites, V y Robles Cruz, O (2018)

**Análisis:** Un 71% indica que si han notado un estado de tristeza en sus hijos, el 29% dice que le ha pasado con sus hijos en casa, consideremos que 5 de 7 son los que sus padres confirman su estado, podremos decir que quizá esos 2 estudiantes tienen padres que no pasan todo el tiempo con ellos para poder confirmar sus estados de ánimo.



**PREGUNTA No.- 9:** ¿Cómo padres le gustaría asistir charlas, para mejorar la comunicación con sus hijos?

Tabla 11. Charlas para padres

VARIANTES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	6	86 %
No	1	14 %
<b>TOTAL</b>	<b>7</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta a Padres de Familia

Realizado por: Gimeno Benites, V y Robles Cruz, O (2018)

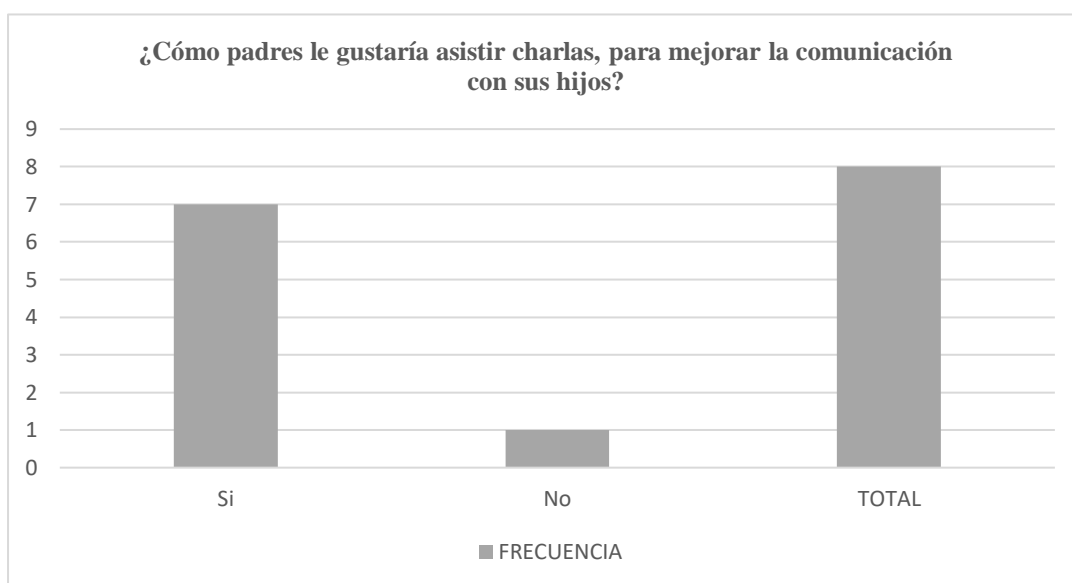


Gráfico 9. Charlas para padres

Fuente: Encuesta a Padres de Familia

Realizado por: Gimeno Benites, V y Robles Cruz, O (2018)

**Análisis:** Un 86% de los padres contesta si muestra interés por fortalecer la comunicación con sus hijos, pero existe un 14 % que responde No a la pregunta.

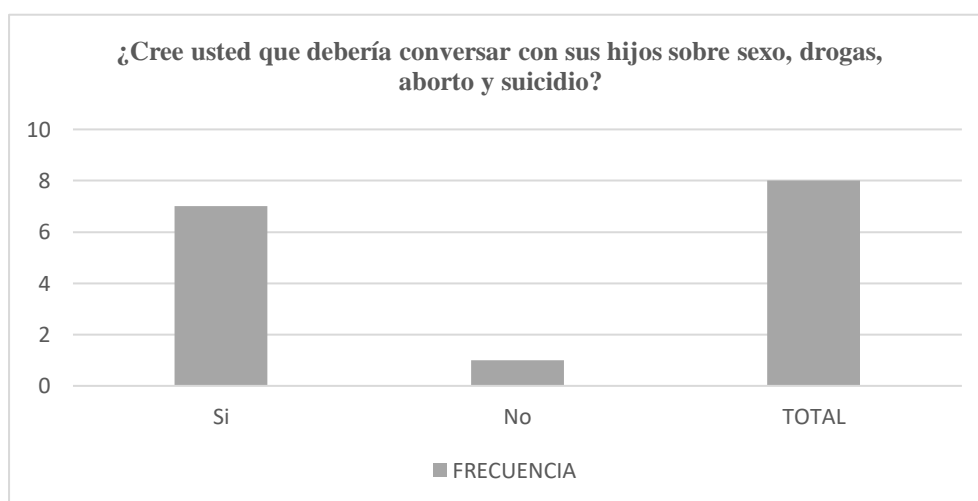
**PREGUNTA No.- 10:** ¿Cree usted que debería conversar con sus hijos sobre sexo, drogas, aborto y suicidio?

**Tabla 12. Sexo, Drogas y aborto**

VARIANTES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	4	57 %
No	3	43 %
<b>TOTAL</b>	<b>7</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta a Padres de Familia

**Realizado por:** Gimeno Benites, V y Robles Cruz, O (2018)



**Gráfico 10. Sexo, Drogas y aborto**

**Fuente:** Encuesta a Padres de Familia

**Realizado por:** Gimeno Benites, V y Robles Cruz, O (2018)

**Análisis:** Un 57 % de los padres dice que si están dispuestos a conversar sobre este tema, pero hay un 43 % que responde que no, lo atribuimos a la falta de conocimientos de parte de los padres para poder resolver las dudas que sus hijos puedan tener.

## ANÁLISIS DE LAS ENCUESTAS A DOCENTES

**PREGUNTA No. 1:** ¿Considera que los padres no se involucran demasiado como deberían de ser en el proceso educativo de sus hijos?

Tabla 13. Padres e involucramiento escolar

VARIANTES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	8	100 %
No	0	0 %
<b>TOTAL</b>	<b>8</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta a Docentes

Realizado por: Gimeno Benites, V y Robles Cruz, O (2018)

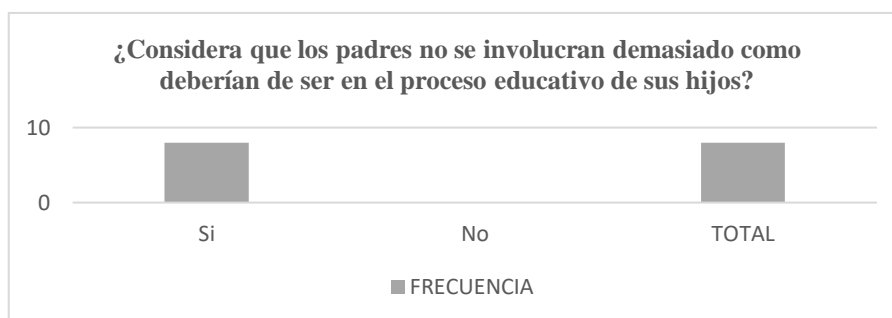


Gráfico 11 Padres e involucramiento escolar

Fuente: Encuesta a Docentes

Realizado por: Gimeno Benites, V y Robles Cruz, O (2018)

**Análisis:** El 100% de los docentes se manifiestan en forma afirmativa con la interrogante. Demuestran contundentemente que los docentes conocen la escasa presencia de los padres en el proceso educativo de sus hijos.

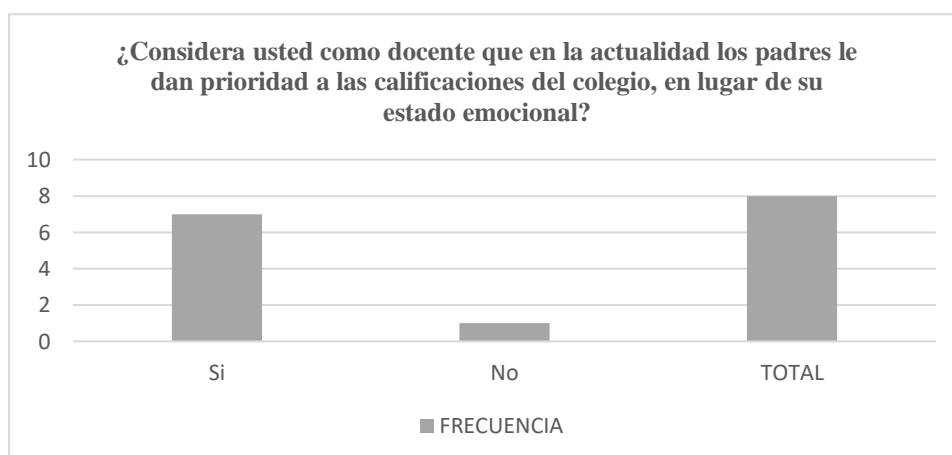
**PREGUNTA No. 2:** ¿Considera usted como docente que en la actualidad los padres le dan prioridad a las calificaciones del colegio, en lugar de su estado emocional?

**Tabla 14.** Intereses selectivo de los padres

VARIANTES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	7	88 %
No	1	13 %
<b>TOTAL</b>	<b>8</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta a Docentes

**Realizado por:** Gimeno Benites, V y Robles Cruz, O (2018)



**Gráfico 12.** Intereses selectivo de los padres

**Fuente:** Encuesta a Docentes

**Realizado por:** Gimeno Benites, V y Robles Cruz, O (2018)

**Análisis:** El 88 % de los docentes responden que sí, dando mayor importancia en las notas y no a su estado emocional, el 13 % da la importancia necesaria a las calificaciones sin descuidar la parte afectiva.

**PREGUNTA No. 3:** ¿Cómo califica usted la asistencia de los padres a las reuniones convocadas por colegio?

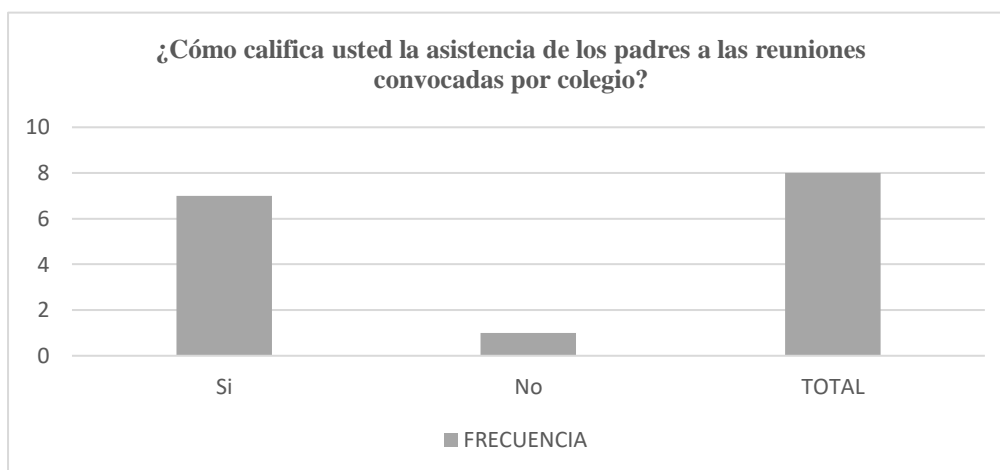
- a) Asisten
- b) No asisten

**Tabla 15. Convocatorias del Colegio**

VARIANTES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
<b>Asisten</b>	7	88 %
<b>No Asisten</b>	1	13 %
<b>TOTAL</b>	<b>8</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta a Docentes

**Realizado por:** Gimeno Benites, V y Robles Cruz, O (2018)



**Gráfico 13. Convocatorias del Colegio**

**Fuente:** Encuesta a Docentes

**Realizado por:** Gimeno Benites, V y Robles Cruz, O (2018)

**Análisis:** El 88% lamentablemente el porcentaje demuestra la realidad en el momento de convocatoria a los padres de familia, un 13% dice que si hay asistencia por parte de los padres de familia.

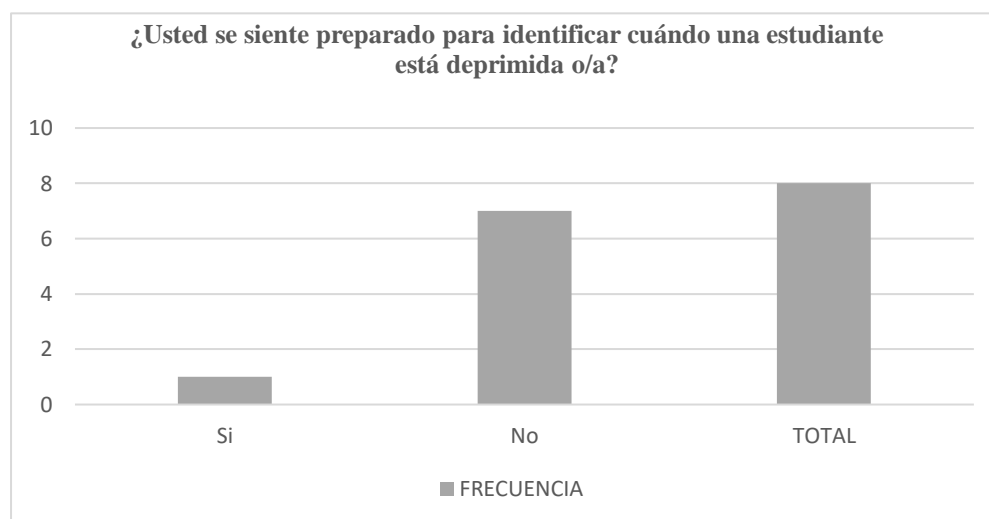
**PREGUNTA No. 4:** ¿Usted se siente preparado para identificar cuándo un estudiante está deprimido o/a?

**Tabla 16. Identificación de Síntomas de Depresión**

VARIANTES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	1	13 %
No	7	88 %
<b>TOTAL</b>	<b>8</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta a Docentes

**Realizado por:** Gimeno Benites, V y Robles Cruz, O (2018)



**Gráfico 14. Identificación de Síntomas de Depresión**

**Fuente:** Encuesta a Docentes

**Realizado por:** Gimeno Benites, V y Robles Cruz, O (2018)

**Análisis:** Un 13 % de profesores indica que no se siente preparado para atender un caso de depresión, pero existe un 88 % que si tiene la capacidad para manejar esta etapa que el alumno presente.

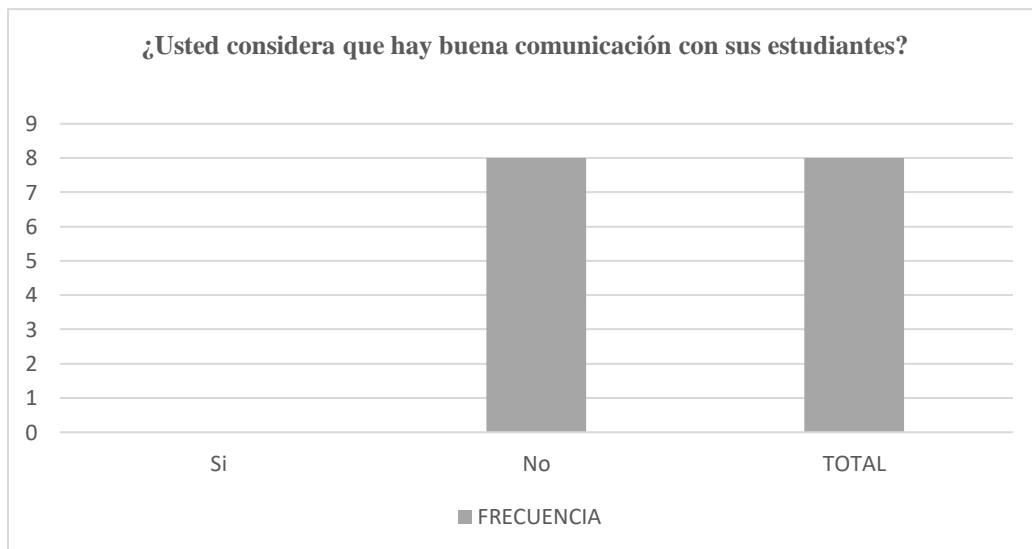
**PREGUNTA No.- 5:** ¿Usted considera que hay buena comunicación con sus estudiantes?

**Tabla 17. Comunicación de adolescentes y maestros**

VARIANTES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	0	0 %
No	8	100 %
<b>TOTAL</b>	<b>8</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta a Docentes

**Realizado por:** Gimeno Benites, V y Robles Cruz, O (2018)



**Gráfico 15. Comunicación de adolescentes y maestro**

**Fuente:** Encuesta a Docentes

**Realizado por:** Gimeno Benites, V y Robles Cruz, O (2018)

**Análisis:** Un 100% de los encuestados confirma que hay mala comunicación entre estudiantes. Existe un gran apoyo del docente en relación a la autoestima de las estudiantes, lo cual permite identificar síntomas de alerta y poder ofrecer ayuda emocional en el caso de que se lo requiera.

**PREGUNTA No.- 6:** ¿Alguna vez sus estudiantes le han propuesto hablar sobre temas como las carreras universitarias?

**Tabla 18.** Carreras universitarias

VARIANTES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	0	0 %
No	8	100 %
<b>TOTAL</b>	<b>8</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta a Docentes

**Realizado por:** Gimeno Benites, V y Robles Cruz, O (2018)



**Gráfico 16.** Carreras universitarias

**Fuente:** Encuesta a Docentes

**Realizado por:** Gimeno Benites, V y Robles Cruz, O (2018)

**Análisis:** Un 100% responde No existe interés sobre las carreras universitarias por parte de los estudiantes.



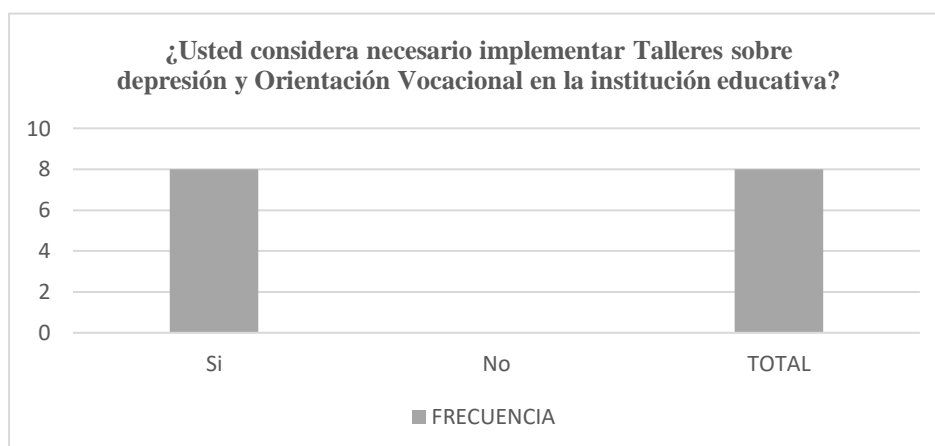
**PREGUNTA No.- 7:** ¿Usted considera necesario implementar Talleres sobre depresión y Orientación Vocacional en la institución educativa?

**Tabla 19. Talleres de Orientación Vocacional**

VARIANTES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	8	100 %
No	0	0 %
<b>TOTAL</b>	<b>8</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta a Docentes

**Realizado por:** Gimeno Benites, V y Robles Cruz, O (2018)



**Gráfico 17. Talleres de Orientación Vocacional**

**Fuente:** Encuesta a Docentes

**Realizado por:** Gimeno Benites, V y Robles Cruz, O (2018)

**Análisis:** Un 100,00% de los encuestados indican que si consideran necesario y urgente los talleres y la Orientación Vocacional.

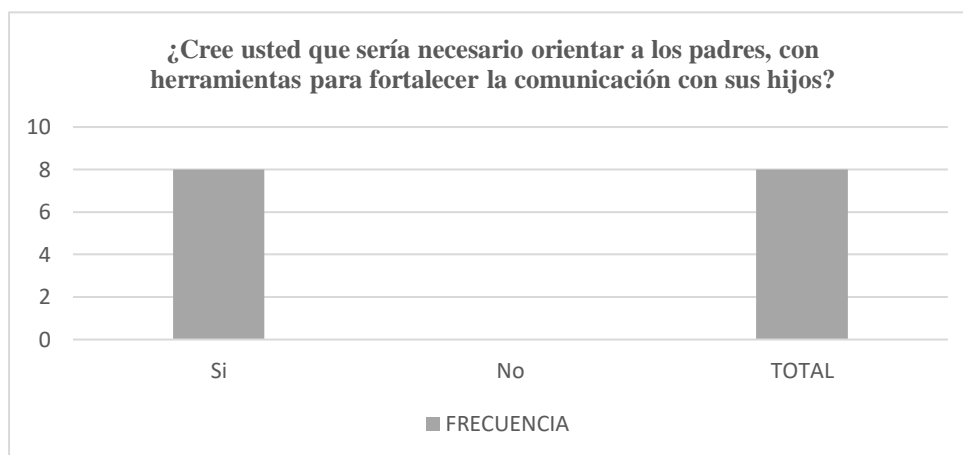
**PREGUNTA No.- 8:** ¿Cree usted que sería necesario orientar a los padres, con herramientas para fortalecer la comunicación con sus hijos?

**Tabla 20** Comunicación padres e hijos

VARIANTES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	8	100 %
No	0	0 %
<b>TOTAL</b>	<b>8</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta a Docentes

**Realizado por:** Gimeno Benites, V y Robles Cruz, O (2018)



**Gráfico 18.** Comunicación padres e hijo

**Fuente:** Encuesta a Docentes

**Realizado por:** Gimeno Benites, V y Robles Cruz, O (2018)

**Análisis:** Un 100% de los docentes encuestados dicen que si debería de ayudarse a los padres con herramientas de comunicación entre padres e hijos.

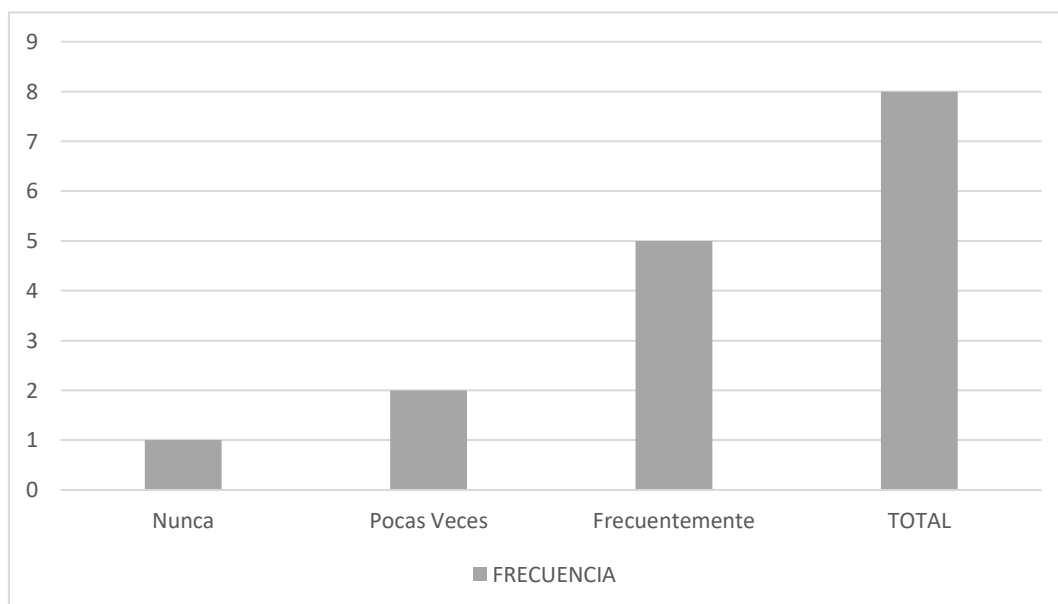
**PREGUNTA No.- 9** ¿Con que frecuencia los padres de familia comunican al docente de alguna situación negativa que genere en casa cambio de conducta o rendimiento escolar?

**Tabla 21 Intercambio de información padres y docentes**

VARIANTES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	1	12,50%
Pocas Veces	2	25%
Frecuentemente	5	62,50%
<b>TOTAL</b>	<b>8</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta a Docentes

**Realizado por:** Gimeno Benites, V y Robles Cruz, O (2018)



**Gráfico 19. Intercambio de información padres y docentes**

**Fuente:** Encuesta a Docentes

**Realizado por:** Gimeno Benites, V y Robles Cruz, O (2018)

**Análisis:** Un 12,50% indican que los padres nunca informan sobre alguna acontecimiento en el hogar el cual puede afectar a su rendimiento o comportamiento en el aula, un 25% afirma que pocas veces y un 62,50% afirma que frecuentemente.

## ANÁLISIS - FICHAS DE OBSERVACIÓN

La observación se realiza durante las horas de clases. No se detallan nombres de estudiantes.

**Tabla 22** Análisis de Fichas de Observación

<b>CONDUCTA OBSERVADA</b>	<b>CASO 1</b>	<b>CASO 2</b>	<b>CASO 3</b>	<b>CASO 4</b>	<b>CASO 5</b>	<b>CASO 6</b>	<b>CASO 7</b>
Tiene facilidad para hacer cálculos matemáticos	SI	NO	NO	NO	NO	SI	NO
Demuestra interés en las ciencias	NO	NO	NO	SI	NO	NO	NO
Se preocupa por el bienestar la equidad y justicia de sus compañeros de clases	NO	SI	NO	SI	SI	SI	SI
Prefiere realizar trabajos manuales	NO	SI	SI	NO	NO	SI	NO
Le gusta participar en obras teatrales que realiza la institución.	SI	SI	NO	SI	SI	NO	SI
Tiene facilidad para tocar algún instrumento	NO	NO	SI	SI	NO	SI	SI
Se interesa por la lectura , debates e investigaciones	SI	SI	SI	SI	NO	SI	SI
Se ve interesado por conocer sobre el funcionamiento de aparatos electrónicos	SI	NO	NO	NO	NO	SI	SI
Le gusta realizar investigaciones sobre temas de salud	NO	NO	NO	SI	NO	NO	NO
Destaca en los deportes	SI	SI	SI	NO	SI	NO	NO

**Fuente:** Ficha de Observación

**Realizado por:** Gimeno Benites, V y Robles Cruz, O (2018)

**Análisis de la observación:** Se evidencian que la mayoría de los casos tiene afinidad por el bienestar, la equidad, deportes y justicia hacia sus compañeros, el segundo punto se da con

la participación en obras teatrales seguido por preferencia por los trabajos manuales, lectura y en los últimos puestos están el en interés en las matemáticas, medicina y en las ciencias.

Con esta observación podemos ver la variedad de aptitudes que demuestran los estudiantes dando pautas sobre la orientación vocacional que se le puede dar en la institución, aprovechando el potencial que cada uno posee.

Esto se convierte en una valiosa herramienta para fortalecer la autoestima, despertando el interés que tendrá al ver opciones sobre las carreras sugeridas según la afinidad que nos presente, ayudándole a pasar de la transición que atraviesa por la depresión.

### 3.6. ANALISIS - TEST DE LAS FRASES INCOMPLETAS DE SACKS

Tabla 23. Análisis de Test de Frases Incompletas

Área	Caso 1	Caso 2	Caso 3	Caso 4	Caso 5	Caso 6	Caso 7
<b>Área Familiar</b>	Padres pasan trabajando.	No vive con sus familiares, Criado por una tía.	Alcoholismo del papá.	Sufre maltrato de los padres.	Relación buena con los padres.	Sufre de maltrato de los padres.	Vive con unos tíos.
<b>Área Sexual</b>	Poco Satisfactorio	Poco Satisfactorio	Poco Satisfactorio	Poco Satisfactorio	Poco Satisfactorio	Poco Satisfactorio	Poco Satisfactorio
<b>Área de Relaciones Interpersonales</b>	Presenta problemas con compañeros de curso	Poco sociable.	Poco sociable	Es agresivo Deficiente relaciones interpersonales.	Poco sociable	No se relaciona con sus compañeros.	Poco sociable
<b>Área de Concepto de sí mismo</b>	Baja Autoestima	Poco Satisfactorio	Poco Satisfactorio	Se autocrítica mucho	Autocrítica frecuente.	Se considera una persona sin habilidades que no tiene destrezas desarrolladas.	Siente temores a fracasar. Se considera una persona que todo le sale mal.
<b>Metas</b>	Espera graduarse de bachiller y trabajar.	Satisfactorio Estudiar medicina	No quiere estudiar la universidad.	No quiere estudiar la universidad.	Ya no quiere seguir estudiando.	Ya no quiere seguir estudiando.	Solo quiere trabajar.

Fuente: Test de Frases Incompletas de Sacks

Realizado por: Gimeno Benites, V y Robles Cruz, O (2018)

## 7. ANÁLISIS - INVENTARIO DE DEPRESIÓN DE BECK

La prueba, que consta de 21 ítems, tiene como objetivo identificar y medir la gravedad de síntomas típicos de la depresión en adultos y adolescentes a partir de 13 años. Los ítems del BDI-II son consistentes con los criterios recogidos en el DSM-IV para el diagnóstico de los trastornos depresivos. (España, 2019)

Tabla 24. Análisis Inventario de Depresión de Beck

CASO	PUNTAJE	RESULTADO
CASO 1	14 puntos	Ligeramente Deprimido – Depresión Leve
CASO 2	15 puntos	Ligeramente Deprimido – Depresión Leve
CASO 3	14 puntos	Ligeramente Deprimido – Depresión Leve
CASO 4	11 puntos	Ligeramente Deprimido – Depresión Leve
CASO 5	18 puntos	Moderadamente Deprimido – Depresión Leve
CASO 6	11 puntos	Ligeramente Deprimido – Depresión Leve
CASO 7	17 puntos	Moderadamente Deprimido – Depresión Leve

Fuente: Inventario de Depresión de Beck

Realizado por: Gimeno Benites, V y Robles Cruz, O (2018)

**Análisis:** De acuerdo a los resultados obtenidos a través del TEST DE INVENTARIO PARA LA DEPRESIÓN DE BECK se observa que los 7 casos tienen síntomas en común propios de la depresión como: tristeza, episodios de llanto, pesimismo, retiro social, culpabilidad, insomnio, y bajas de energías características principales del inventario, siendo los 7 casos valorados como Depresión Leve.

### 3.9 TRIANGULACIÓN DE RESULTADOS

Tabla 25. Triangulación de Resultados

CASO	OBSERVACION	ENCUESTA	TEST DE FRASES INCOMPLETAS	INVENTARIO DE BECK
CASO 1	Distracción alta. Poca participación en clases. Agresividad	Poca participación de padres de familia. Falta de conocimiento por parte de los docentes para tratar síntomas de la depresión.	Poco Satisfactoria en todas las áreas. Presencia de baja autoestima.	14 puntos Ligeramente Deprimido Depresión Leve
CASO 2	Participación en clases satisfactoria. Distracción alta. No lleva materiales.	Poca participación de padres de familia. Falta de conocimiento por parte de los docentes para tratar síntomas de la depresión. Presencia de síntomas propios de la depresión en los adolescentes.	Poco Satisfactoria en todas las áreas, sobre todo en la familiar.	15 puntos Ligeramente Deprimido Depresión Leve
CASO 3	Agresividad. No cumple con las tareas.	Poca participación de padres de familia. Falta de conocimiento por parte de los docentes para tratar síntomas de la depresión. Presencia de síntomas propios de la depresión en los adolescentes.	Poco Satisfactoria en todas las áreas Presencia de padre alcohólico. No tiene deseos de seguir estudiando.	14 puntos Ligeramente Deprimido Depresión Leve
CASO 4	Salidas constantes. Distracción alta y poca participación en clases.	Poca participación de padres de familia. Falta de conocimiento por parte de los docentes para tratar síntomas de la depresión.	Poco Satisfactoria en todas las áreas. Relaciones interpersonales y familiares bajas.	11 puntos Ligeramente Deprimido Depresión Leve
CASO 5	Agresividad, Poca participación en clases.	Poca participación de padres de familia. Falta de conocimiento por parte de los docentes para tratar síntomas de la depresión. Presencia de síntomas propios de la depresión en los adolescentes.	Poco Satisfactoria en todas las áreas. Autocríticas constantes, no hay deseos de seguir estudiando.	18 puntos Ligeramente Deprimido Depresión Leve
CASO 6	Poca Participación en clases. Salidas constantes. Falta de respeto a los docentes.	Poca participación de padres de familia. Falta de conocimiento por parte de los docentes para tratar síntomas de la depresión. Presencia de síntomas propios de la depresión en los adolescentes.	Poco Satisfactoria en todas las áreas. Presencia de maltrato físico y baja autoestima.	11 puntos Ligeramente Deprimido Depresión Leve
CASO 7	Poca participación en clases. Distracción Alta.	Poca participación de padres de familia. Falta de conocimiento por parte de los docentes para tratar síntomas de la depresión. Presencia de síntomas propios de la depresión en los adolescentes.	Poco Satisfactoria en todas las áreas. Relaciones interpersonales bajas. Reacción negativa a familiares.	17 puntos Ligeramente Deprimido Depresión Leve

Fuente: Encuestas y Pruebas Psicométricas

Realizado por: Gimeno Benites, V y Robles Cruz, O (2018)



## **CAPITULO IV**

### **4.1.- PROPUESTA**

Talleres psicoeducativos para disminuir los comportamientos depresivos en los estudiantes de tercero bachillerato en Ciencias de la Unidad Educativa Dr. Carlos Monteverde del Cantón Pedro Carbo.

### **4.2. OBJETIVO GENERAL:**

Diseñar talleres psicoeducativos para disminuir los comportamientos depresivos en los estudiantes de Tercero Bachillerato en Ciencias de la Unidad Educativa Dr. Carlos Monteverde del cantón Pedro Carbo.

### **4.3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS:**

1. Proporcionar conocimientos a padres, estudiantes y docentes acerca de los daños ocasionados por conductas depresivas en los adolescentes.
2. Fomentar la comunicación entre padres de familia y adolescentes.
3. Sociabilizar los talleres de “Convivencia familiar” con padres de familia.

### **4.4. METODOLOGIA DEL TRABAJO:**

Estos talleres se llevarán a cabo con los padres de familia, estudiantes y docentes, dependiendo del tema del taller, se pedirá que participen.

En cada taller realizaremos valoraciones generales sobre los talleres planificados, dejando en claro que es de suma importancia la colaboración y compromiso en este proceso.

#### 4.5.- ESQUEMA DE TEMAS



**Gráfico 19** Mapa de Talleres

**Fuente:** Talleres psicoeducativos para disminuir los comportamientos depresivos

**Realizado por:** Gimeno Benites, V y Robles Cruz, O (2018)

Talleres psicoeducativos para  
disminuir los  
comportamientos depresivos  
en los estudiantes de Tercero  
Bachillerato en Ciencias de la  
Unidad Educativa Dr. Carlos  
Monteverde del Cantón Pedro  
Carbo



## TALLERES DIRGIDOS A LOS PADRES

### TALLER No.- 1

**Nombre:** La depresión causas y síntomas

**Duración:** 60 Minutos

**Objetivo:** Conocer los primeros síntomas y sus causas que originan la depresión en los Adolescentes.

**Colaborador:** Autores

**Participantes:** Padres de familia

**Recursos:** Proyector y pizarra

**Desarrollo:** Recibimiento y saludo a los padres de familia, presentación del tema explicando el desarrollo general del taller y sus objetivos, detallado de la siguiente manera:

- a) Presentación del tema; hacemos la pregunta en general a los padres ¿que saben sobre la depresión? Por medio de una lluvia de ideas, Recogemos la explicación de 3 participantes
  - b) Charla sobre la depresión y la importancia que deben darle en casa
  - c) Video de un caso real, sobre la depresión:  
**<https://youtu.be/RGVrEWsMh7E>**
  - d) Conversación grupal con los participantes sobre el video
  - e) Explicación de los síntomas que deben tener en cuenta
  - f) Invitar a uno de los padres que nos cuente sobre su experiencia en casa, sobre la depresión de su hijo
  - g) Evaluación grupal: El árbol de problemas
-

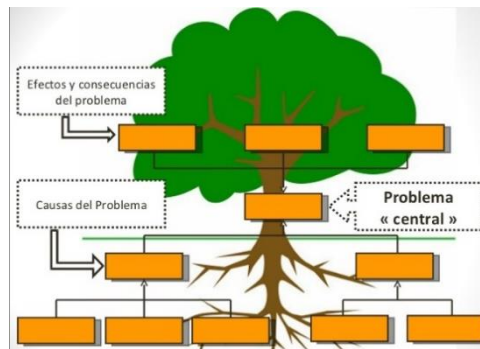


Figura: 1

Fuente: <https://image.slidesharecdn.com/51153723-arbol-de-problemasclase2->

**Compromisos:** Los padres de familia dejarán establecidos los puntos que necesitan ser fortalecidos en casa, así como también en la institución, comunicando a los padres los avances obtenidos después de aplicar lo aprendido en el taller

## DESARROLLO DE LA PRIMERA SESION DEL TALLER PARA PADRES

### TEMA

### PROPÓSITO DEL TEMA

La depresión

Explicar a los padres las causas de la depresión

Síntomas de la depresión

dar a conocer los síntomas que pueden presentar sus Hijos y como reconocerlos.

### ACTIVIDADES

### RECURSOS

\*Saludo y bienvenida

\* Explicación del Taller y sus objetivos

\*Humano

\*Dinámica para romper el hielo

\*Proyector

\*Lluvia de ideas sobre que es la depresión

\*Pizarra

Participación de los padres

\*Marcadores

---

\*Explicación por parte de los expositores sobre

La depresión

\*Proyección del video sobre la depresión

Así se siente tener depresión (cortometraje)

\*Conversatorio sobre el video y explicación de

los síntomas que pueden presentar

\*Invitación al frente para que un padre de familia

nos cuente su experiencia con el tema

\*Desarrollo del árbol de problemas en la pizarra

con ayuda de los padres

---

### DESARROLLO DEL TEMA:



**Figura: 2**

**Fuente:** [http://www.elfarodemalaga.es/uploads/pics/alegre-fondo-del-dia-de-la-familia\\_23-2147620075.jpg](http://www.elfarodemalaga.es/uploads/pics/alegre-fondo-del-dia-de-la-familia_23-2147620075.jpg)

Se recibe a los padres en el aula de clase y presentación de los expositores, se explica la importancia que tiene la asistencia de cada uno de ellos, así como también su puntualidad, les recomendamos tener en modo de vibración los teléfonos celulares para evitar interrupciones.

1. Empezamos con la dinámica para romper el hielo en la cual se les pedirá a los participantes formar un círculo grande luego cada uno dirá su nombre mientras los

demás escuchan con atención, terminado lo anterior se les pedirá a los participantes que eleven sus brazos a la altura del pecho y junten las palmas y en esta posición de señalamiento se dirija a otro participante diciendo su nombre, cuando al participante llegue al puesto del otro esté saldrá haciendo lo mismo y así sucesivamente. El expositor dará la pauta para el número de participantes que estén en movimiento. La actividad termina cuando uno de los participantes sepa el nombre de todos.

Abordaje del tema como una lluvia de ideas, los padres con ayuda de los expositores, hablaran de lo que ellos piensan sobre el tema, lo que creen que sucede y su importancia.

2. Explicación por parte de los expositores sobre el tema, La depresión en adolescentes es un problema de salud mental que puede provocar un sentimiento de tristeza constante y una pérdida de interés en realizar diferentes actividades, afectando directamente sus estudios cómo se siente y se comporta, y puede provocar problemas emocionales, funcionales y físicos. Aunque la depresión puede ocurrir en cualquier momento de la vida, los síntomas entre los adolescentes y los adultos pueden ser diferentes.
3. Proyección del video, donde explica desde la perspectiva de un adolescente que es la depresión para ellos y como la viven, se conversara después del video las distintas opiniones que tienen los padres, así como también pediremos a un voluntario que nos permita conocer su caso con su hijo y como lo están manejando en casa.
4. Despedida del taller, agradeciendo la asistencia y la colaboración de todos los presentes



**Figura: 3**

**Fuente:** <http://4.bp.blogspot.com>

## TALLER No.- 2

**Nombre:** ¿Cómo fortalecemos la autoestima de nuestros hijos?

**Duración:** 60 Minutos

**Objetivo:** Establecer pautas para que nuestros hijos, acepten sus defectos y fortalezcan sus habilidades

**Colaborador:** autores

**Participantes:** padres de familia

**Recursos:** libro de Walter Rizzo

**Desarrollo:** recibimiento y saludo a los padres de familia, presentación del tema explicando el desarrollo general del taller y sus objetivos

1. Lectura, un extracto del libro: enamórate de ti, por Walter Rizo
2. Charla sobre la importancia de potencializar la autoestima en los jóvenes
3. Cuestionario de preguntas para los participantes
4. Reflexión sobre las respuestas del cuestionario aplicado

**Compromisos:** los padres se comprometerán en el trabajo diario en casa, para fortalecer la autoestima de sus hijos y si es necesario hacer retroalimentación con los docentes y trabajar juntos



Figura: 4

Fuente: <https://encrypted-tbn0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcRsv8FnqJA8dHrYygN9O8pZTaf2taN4Zr4cB3>



## DESARROLLO DE LA SEGUNDA SESIÓN DEL TALLER PARA PADRES

Se recibe a los padres en el aula de clase y presentación de los expositores, se explica la importancia que tiene la asistencia de cada uno de ellos, así como también su puntualidad, les recomendamos tener en modo de vibración los teléfonos celulares para evitar interrupciones.

✓ Empezamos el taller con la dinámica de ambientación que consiste en lo siguiente: dinámica la Risa, hacemos dos filas con el mismo número de integrantes una frente a la otra, separados por 2 mts, cada grupo escogerá un lado de la moneda, al lanzarla en la mitad será el turno del grupo que escogió ese lado y le corresponderá tratar de hacer reír al grupo que tiene al frente, el grupo ganador será el que pueda contener la risa de la mayoría de integrantes.

✓ Luego de ya estar con el ánimo y las energías listas , continuamos con la lectura de un extracto del libro Enamórate de ti , por Walter Riso , "Quererse a uno mismo es considerarse digno de los mejor, fortalecer el autor respeto y darse la oportunidad de ser feliz por el solo hecho y sin más razón de estar vivo" desde pequeños nos enseñaron que debíamos amar al prójimo como a ti mismo , pero nunca nos enseñaron a amarnos a nosotros mismos, la autoestima es aprendida no es de forma innata , activar el autoestima disponible o amar lo esencial de uno mismo es el primer paso hacia cualquier tipo de crecimiento psicológico y mejoramiento personal , quiérete amate a ti mismo honestamente, considérate digno de lo mejor.

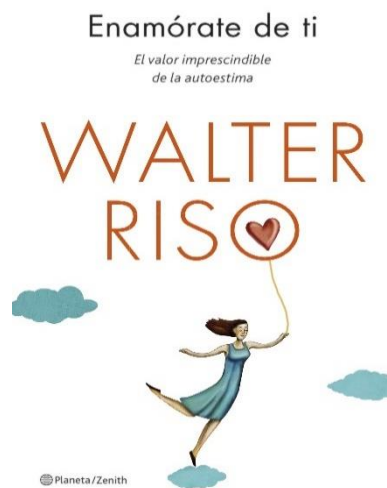
Aprende a perder, la reevaluación objetiva y franca de tus aspiraciones en relación a tus capacidades es la solución a muchas veces hay que despertar de los sueños porque no se harán realidad y esto no te hace mejor ni peor, sino más realista y aterrizado.

¿Qué tanto te premias y te das gusto? Desde niños nos incluían el autocontrol y postergación a lo placentero, estar con el freno de emergencia puesto 24 horas tratando de ser prudente, adecuado, conveniente, medido y sensato...

Te llevarán al letargo afectivo y a la apatía absoluta por las cosas que podrían acercarte a una vida más plena. La autora recompensa es el proceso por el cual nos auto administramos estímulos positivos que nos agradan y nos hacen sentir mejor. Venciendo la baja autoeficacia

- a) Elimina el 'no soy capaz'
- b) No seas pesimista
- c) No seas fatalista
- d) Trata de ser realista
- e) No recuerdes solo lo malo
- f) Revisa tus metas
- g) Ponte a prueba y arriégate

Enamórate de ti, de la vida, de lo que te rodea, de lo que haces, de quien eres... Entrégate a vivir por y para tu bien, cultívatelo, nútre, cautívatelo, ¿para qué esperar que otro lo haga por ti si lo puedes hacer tu? no necesitas estar en una relación para sentir que todo es color de rosa, si ya la vida misma es así, fíjate en todo cuanto te rodea, lo tienes todo para ser feliz, para sentirte único para volar.



**Figura: 5**

Fuente: <https://imagenes11.casadellibro.com/a/1/0/81/9788408130581.jpg>

- ✓ Al finalizar la lectura, realizaremos un conversatorio para reflexionar lo dicho en el libro se hará interactuar a los padres para que nos expresen sus pensamientos y anhelos con sus hijos con respecto al tema.

✓ Para finalizar el taller, realizaremos unas preguntas a los padres, les daremos el material para que puedan realizarlas, leeremos al azar 5 hojas sin dar los nombres de quienes las escribieron para poder analizar que está pasando en casa con la autoestima de los adolescentes

1- ¿Le demuestro diariamente que lo quiero?

2- ¿Doy refuerzos positivos usualmente?

3- ¿Me preocupo de potenciar sus talentos?

## TALLER No.- 3

**Tema:** MEJORANDO LA COMUNICACIÓN EN CASA

**Duración:** 60 Minutos

**Objetivo:** Proporcionar herramientas para la comunicación efectiva.

**Colaborador:** Autores

**Participantes:** Padres de familia

**Recursos:** Proyector y pizarra

### DESARROLLO DE LA TERCERA SESION DEL TALLER PARA PADRES

#### TEMA

Mejorando la comunicación en casa

#### PROPOSITO DEL TEMA

Preparar a los padres para resolver conflictos generados por una mala comunicación

#### ACTIVIDADES

- \*Saludo
- \*Explicación del taller
- \*Juego de ambientación
- \*Recordaremos los talleres pasados
- \*Lluvia de ideas con el tema del taller
- \*Presentación de un video
- \*Consejos sobre la comunicación
- \*Recopilación de consejos de los padres
- \*Presentación de 3 casos, para ser resueltos en grupo
- \*Acuerdos, compromisos
- \*Despedida

#### RECURSOS

- \*Humano
- \*Proyector
- \*Pizarra

## DESARROLLO DEL TEMA

Se recibe a los padres en el aula de clase y presentación de los expositores, se explica la importancia que tiene la asistencia de cada uno de ellos, así como también su puntualidad, les recomendamos tener en modo de vibración los teléfonos celulares para evitar interrupciones.

- c) Explicación del taller
- d) Empezamos el taller con un juego, este juego se llama el malentendido, necesitamos que cada padre se siente espalda con espalda a otro, uno de ellos tiene como un objeto el cual tendrá que describirlo, la persona que está del otro lado deberá dibujar según las descripciones recibidas, al final podremos ver que tan buena fue la comunicación de cada pareja para poder realizar el juego.
- e) Recordaremos los talleres anteriores
- f) Lluvia de ideas formada según lo que se piensa sobre mejorar comunicación en casa
- g) Presentación de video, “Cómo mejorar la comunicación con tus hijos adolescentes por la psicóloga Patricia Ramírez; blog: <https://www.youtube.com/2182c4a5-949d-4c78-a404-1823d75c533d>”.
- h) En este video nos da pautas de cómo cambiar la conversación con nuestros hijos de ser un interrogatorio a una conversación fluida, olvidar la parte de juzgar ya que causa el estancamiento de la conversación, tenemos que despertar el interés en intercambiar ideas, pensamientos y opiniones
- i) Consejos claves para la comunicación con los adolescentes:
  - a. No empieces una conversación si no te sientes que la vas a terminar tranquilo y sereno
  - b. Nunca respondas, porque si, porque soy tu padre/madre, ya que estas generan rechazo
  - c. Hazle preguntas del porqué de sus ideas, por ejemplo ¿Por qué piensas que Juanito es un buen chico si trata mal a sus compañeros?
  - d. No grites, ni insultes
  - e. Ten en cuenta estas frases... Pues a lo mejor tienes razón, claro no lo había pensado, esto que dices es cierto.
  - f. No permitas que te falte el respeto.

Los padres de Pedro, desconocen que él tiene novia, en el colegio todo saben incluso hasta los docentes, él dice que prefiere no decirles nada ya que ellos no entienden su vida.... ¿Por qué piensas que ocurre esto?

Juana está por decidir que estudiar en la Universidad, ella es muy buena para los números y cálculos como su padre, pero dice que su pasión es bailar... espera irse a estudiar Finanzas antes de hacer lo que realmente ama ¿Crees que Juana hace lo correcto, porque ella no se atreve a decirle a sus padres cuál es su verdadera vocación?

Martina y su madre, siempre discuten cada vez que se toca el tema de los permisos para las fiestas, a ella le gusta mucho salir pero su mamá piensa que no puede hacerlo todos los fines de semana, que en la casa hay reglas y que ella debe cumplirlas, quiera o no porque es su madre

¿Piensas que la madre de Martina está equivocada o su comunicación no es efectiva para llegar a acuerdos?



**Figura: 6**

Fuente:<https://1.bp.blogspot.com/-zzDgctMvhAA/WlrSaUYL-6I/AAAAAAAAOBM/cYCYE14cR7UOWnsIGALPT9YALvyFE3X6gCLcBGAs/s1600/familia-reconstituida.jpg>

## TALLERES DIRIGIDOS PARA LOS ESTUDIANTES

### TALLER N° 4

**NOMBRE:** ¿ESTOY DEPRIMIDO?

**Duración:** 60 Minutos

**Objetivo:** Proporcionar herramientas de autoanálisis para descubrir que está en una etapa depresiva.

**Colaborador:** Autores

**Participantes:** Estudiantes

**Recursos:** Proyector, hojas blancas, lápices



Figura: 7

Fuente: <https://cdn.esalud.com/wp-content/uploads/2018/09/estados-de-animo.jpg>

**Desarrollo:** Recibimiento y saludo a los estudiantes, presentación del tema explicando el desarrollo general del taller y sus objetivos

1. Indicamos la importancia de este taller, así como también damos las normas que deberán cumplir dentro del desarrollo del mismo.
2. Presentación de imágenes de adolescentes, que según sus expresiones demostraran claros estados de ánimo.
3. Se realiza una lluvia de ideas con las imágenes antes expuestas.
4. Exposición del tema la depresión y sus síntomas
5. ¿Trabajo en grupos, tema usualmente cual es mi estado de ánimo y por qué?, cada grupo desarrollara el tema para luego explicarlo.
6. Dinámica para reconocer los síntomas de la depresión
7. Conclusión del taller , con un mensaje motivador

## **COMPROMISOS:**

Los estudiantes y los expositores llegarán a acuerdos para poder trabajar en los síntomas de la depresión, de ser necesario el apoyo del padre solicitará una cita para tratar los puntos que no mejoran y fueron tratados según el taller.

## **DESARROLLO DEL PRIMER TALLER PARA ESTUDIANTES**

**TEMA: ¿Estoy deprimido?**

**PROPOSITO DEL TEMA: Ayudar al reconocimiento y aceptación de la etapa que están atravesando y de que esta es temporal.**

### **ACTIVIDADES**

- \*Saludo
- \*Explicación sobre la importancia del taller
- \*Normas
- \*Presentación del tema
- \*Presentación de Imágenes
- \*Lluvia de ideas, referente a las imágenes presentadas
- \*Charla sobre la depresión y sus síntomas
- \*Trabajo en grupo
- \*Dinámica
- \*Acuerdos y compromisos
- \*Cierre

### **MATERIALES**

- \*Humano
- \*hojas
- \*Lápices
- \*Proyector



## DESARROLLO DEL TEMA

Se recibe a los padres en el aula de clase y presentación de los expositores, se explica la importancia que tiene la asistencia de cada uno de ellos, así como también su puntualidad, les recomendamos tener en modo de vibración los teléfonos celulares para evitar interrupciones.

- Explicación de la importancia del taller
- Normas: alzar la mano para pedir la palabra, no conversar mientras los expositores hablan y ser respetuosos con sus compañeros en el momento de tomar la palabra.
- presentación del Tema; ¿Estoy deprimido?

La depresión provoca un sentimiento de tristeza constante y una pérdida de interés en realizar diferentes actividades. Afecta la manera que piensas, sientes y hasta puede provocar problemas emocionales, funcionales y físicos. Aunque la depresión puede ocurrir en cualquier momento de la vida, los pueden ser diferentes.

Algunos problemas como la presión social, las expectativas académicas y los cuerpos que cambian pueden ocasionar muchos altibajos en los adolescentes. Sin embargo, para algunos estar deprimido es mucho más que solo sentimientos temporales, sino que es un síntoma de depresión.

La depresión no es una debilidad o algo que se pueda superar con fuerza de voluntad.

✓ presentación de imágenes:



**Figura :8**

Fuente:[https://www.centroevel.com/images/blog/BUENA\\_ESTADOS\\_DE\\_ANIMO.jpg](https://www.centroevel.com/images/blog/BUENA_ESTADOS_DE_ANIMO.jpg)



**Figura: 9**

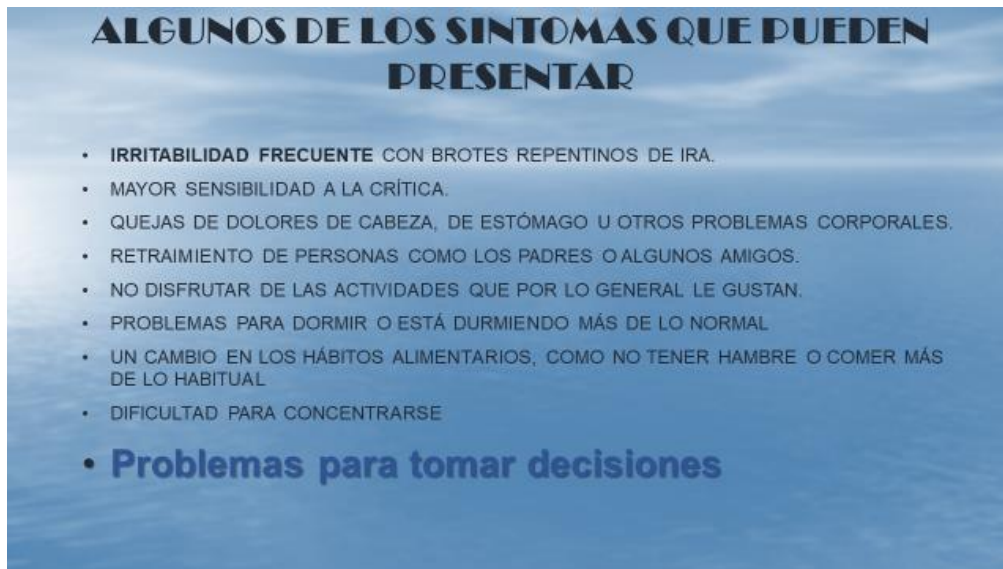
Fuente: <https://encrypted-tbn0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcTKoShSf9btoqZsXVaYHTsKxzjLhmVUvIH2zJB1-QNDO35pIHbY>



**Figura: 10**

Fuente: <https://infogen.org.mx/wp-content/uploads/2013/08/cambioshumor.jpg>

- Luego de ver las 3 imágenes, se hará participar a los estudiantes en una lluvia de ideas refiriéndose a lo que han visto.
- Diapositiva sobre los síntomas



**Figura: 11**

Elaborado por : Verónica Gimeno Benites y Orlando Robles Cruz.

- Trabajo en grupo, separamos los estudiantes en dos grupos para analizar el concepto y síntomas que se presentan en la depresión, se les entrega papel y lápiz para que cada grupo designe un entrevistador que contabilice en su grupo cuantos síntomas de los presentados se dan en su grupo, luego de obtener los resultados se expondrá en la clases y se sacaran conclusiones.
- Dinámica: ¿De qué manera lo que hago, afecta mi estado de ánimo?
- Se separan en 2 grupos cada uno hará una caracterización sobre esta pregunta y el otro grupo tendrá que interpretarlo y de la misma forma el otro grupo.
- Cierre del taller
- Despedida.

## TALLER N.- 5

### DESARROLLO DEL SEGUNDO TALLER PARA ESTUDIANTES

**NOMBRE:** Manejo de la Inteligencia emocional

**Duración:** 1 Hora

**Objetivo:** Proporcionar herramientas para el manejo de las emociones.

**Colaborador:** Autores

**Participantes:** Estudiantes

**Recursos:** Proyector

**Desarrollo:** Recibimiento y saludo a los estudiantes

- \*Presentación del tema explicando el desarrollo general del taller y sus objetivos
- \*Iniciar con una dinámica de ambientación
- \* Diapositiva ¿Qué es la inteligencia emocional?
- \*Se realiza una lluvia de ideas luego de ver la diapositiva.
- \* Charla ¿Cómo expresar mis emociones?
- \*Lectura, Daniel Goleman, Inteligencia emocional
- \*Cierre

### COMPROMISOS:

Los estudiantes se comprometerán a leer por completo la obra de Daniel Goleman y traer en el siguiente taller, los puntos que les sirvieron de reflexión para sus vidas.



Figura: 12

Fuente: <http://peretarres.professorat.org/wp-content/uploads/2015/07/cerebro2.jpg>



## DESARROLLO DEL TEMA:

Se recibe a los padres en el aula de clase y presentación de los expositores, se explica la importancia que tiene la asistencia de cada uno de ellos, así como también su puntualidad, les recomendamos tener en modo de vibración los teléfonos celulares para evitar interrupciones.

- ✓ Explicación de la importancia del taller
- ✓ Normas: alzar la mano para pedir la palabra, no conversar mientras los expositores hablan y ser respetuosos con sus compañeros en el momento de tomar la palabra.
- ✓ presentación del Tema; Manejo de la inteligencia emocional
- ✓ Dinámica: Brújula de emociones, objetivo distinguir las distintas emociones que sentimos en determinados momentos, el tiempo estimado es de 30 minutos, materiales folio en el que esté pintada la rosa de los vientos y algo para escribir. a) Pintamos la alegría al norte y reflexionamos sobre la pregunta: ¿Qué he logrado? b) Al sur, reflejamos la respuesta y responderemos ¿Qué he perdido? c) Entre ambas emociones, situaremos el logro que hemos conseguido, o bien el fracaso. Es importante hacer una lectura positiva. d) En el este, pondremos el enfado. Pensaremos qué me ataca o me hace sentir en una situación de riesgo. e) En el lado oeste, situamos el miedo. En este punto, reflexionaremos cuáles son nuestros miedos. f) Unimos al enfado y al miedo a través de la amenazada y reparamos en identificar las amenazas que tenemos presentes g) En el resto de puntos, podemos situar otras emociones que estén presentes
- ✓ Diapositiva : La inteligencia emocional
- ✓ Lluvia de ideas , referente al tema
- ✓ Charla sobre los dos puntos anteriores
- ✓ Lectura, reseña del libro de Daniel Goleman , sobre IE
- ✓ Cierre del taller.



Figura: 14

Fuente: <http://themaasesores.com/wp-content/uploads/2018/02/balanza.jpg>

## TALLER N.- 6

**NOMBRE:** Descubriendo el campo Laboral

**Duración:** 60 Minutos

**Objetivo:** Despejar todas las dudas sobre la carrera escogida, dentro del campo laboral

**Colaborador:** Autores y Profesional

**Participantes:** Estudiantes

**Recursos:** Proyector

**Desarrollo:** Recibimiento y saludo a los estudiantes, presentación del tema explicando el desarrollo general del taller y sus objetivos

\*Indicamos la importancia de este taller, así como también damos las normas que deberán cumplir dentro del desarrollo del mismo.

\*Charla de un profesional , el cual contara sus experiencias universitarias y laborales

\*Preguntas al profesional.

\*Exposición del tema , tomaremos las carreras más solicitadas para dar información

\*Trabajo en grupo.

\*Compromiso del taller anterior

\*Conclusión del taller , con un mensaje motivador

### COMPROMISOS:

Los Docentes estarán encargados de proporcionar toda la información y dudas sobre las carreras universitarias.



**Figura: 15**

**Fuente:**<http://agglobal.com.co/wp-content/uploads/2017/10/70a60491-f2f9-4e11-b4b8-60ebf0b90267.png>

## DESARROLLO DEL TERCER TALLER PARA ESTUDIANTES

**TEMA:** Descubriendo el campo laboral

**PROPOSITO DEL TEMA:** Informar de forma detallada a los estudiantes sobre cómo es el desenvolvimiento en el campo laboral en la actualidad.

### ACTIVIDADES

### MATERIALES

\*Saludo

\*Humano

\*Explicación sobre la importancia del taller

\*Proyector

\*Normas

\*Presentación del tema

\*Charla con un Profesional

\*Preguntas de los estudiantes

\*Exposición del tema

\*Trabajo en grupo

\*Trabajo del taller anterior

\*Acuerdos y compromisos

\*Cierre

### DESARROLLO DEL TEMA:

Se recibe a los padres en el aula de clase y presentación de los expositores, se explica la importancia que tiene la asistencia de cada uno de ellos, así como también su puntualidad, les recomendamos tener en modo de vibración los teléfonos celulares para evitar interrupciones.

- Explicación de la importancia del taller
- Normas: alzar la mano para pedir la palabra, no conversar mientras los expositores hablan y ser respetuosos con sus compañeros en el momento de tomar la palabra.
- Presentación del Tema; Descubriendo el campo laboral
- Exposición del campo Laboral, la Psicóloga Andrea Pérez , será quien llevara esta charla comentando su experiencia universitaria, las materias que le gustaban y las que no, así



como también el momento en que ya se graduó de Economista e incursiono en el campo laboral , cuáles fueron sus expectativas al salir de sus estudios de tercer nivel , en que tiempo encontró trabajo y cuáles fueron los obstáculos que tuvo en el camino , como era la relación con sus jefes y la diferencia entre el Colegio , Universidad y trabajo.

- Preguntas realizadas por los estudiantes.
- Exposición del tema: Descubriendo el campo laboral
- Trabajo en grupo, los estudiantes deberán dar una explicación de todo lo que se dio en el taller de la forma en como ellos recibieron la información.
- Trabajo de taller anterior, se pedirá que 3 estudiantes de forma voluntaria nos cuenten las partes que consideraron más importante del libro que se revisó en el taller anterior.
- Cierre del taller.
- Despedida.

## TALLER N.- 7

**NOMBRE:** Características de comportamiento depresivos en adolescentes

**Duración:** 45 minutos

**Objetivo:** Dar herramientas a los docentes para que puedan detectar casos de depresión en sus estudiantes.

**Colaborador:** Autores

**Participantes:** Docentes

**Recursos:** Proyector

### DESARROLLO DEL PRIMER TALLER PARA DOCENTES

TEMA	
Características de comportamientos depresivos en adolescentes	
PROPOSITO DEL TEMA <b>Busca dar herramientas para poder detectar casos depresivos en la Institución.</b>	
ACTIVIDADES	MATERIALES
<b>*Saludo</b>	<b>*Humano</b>
<b>*Explicación sobre la importancia del taller</b>	<b>*Proyector</b>
<b>*Recomendaciones</b>	
<b>*Presentación del tema</b>	
<b>*Dinámica de ambientación</b>	
<b>*Preguntas de los docentes</b>	
<b>*Exposición del tema</b>	
<b>*Trabajo en grupo</b>	
<b>*Video</b>	
<b>*Acuerdos y compromisos</b>	
<b>*Cierre</b>	

## DESARROLLO DEL TEMA:

- Se recibe a los padres en el aula de clase y presentación de los expositores, se explica la importancia que tiene la asistencia de cada uno de ellos, así como también su puntualidad, les recomendamos tener en modo de vibración los teléfonos celulares para evitar interrupciones.
- Explicación de la importancia del taller.
- Recomendaciones para llevar el taller a cabo, se solicita a los docentes dejar sus teléfonos celulares en modo vibración para que no ocurran interrupciones, además de la importancia de la asistencia y la puntualidad.
- Presentación del tema del taller.
- Dinámica de ambientación: durante 15 minutos, cada persona escribe en una hoja de 1 a 20 cosas que le gustaría conseguir o realizar en su vida, luego se colocan al lado izquierdo de cada afirmación una de las siguientes siglas evaluadoras I. importante B, bueno E, puede esperar en grupo cada uno presenta su lista y este sin saber las siglas que coloco, cada uno discutirá los puntos de coincidencia del grupo en general.
- Se realiza la siguiente pregunta a los docentes: ¿Usted conoce los síntomas que presenta un adolescente cuando está pasando por una etapa de depresión? , si su respuesta es afirmativa coméntenos del caso que usted conoce?
- Exposición del tema por parte de los tallerista.
- Trabajo en grupo, les pedimos a los docentes que luego de la explicación recibida, si piensan que hay más casos en la institución.
- Video explicativo: <https://youtu.be/Ytu4Ch0hnyk>
- Cierre y despedida.



**Figura: 16**

Fuente:<http://2.bp.blogspot.com/-GRDElSeu0Dg/VMdRddAM4PI/AAAAAAAAA7g/b0e5KBpy8Qs/s1600/profesor.jpg>

## TALLER No.- 8

**NOMBRE:** Claves de la comunicación asertiva

**Duración:** 45 minutos

**Objetivo:** Mejorar la comunicación de docentes con estudiantes

**Colaborador:** Psicólogo educativo, autores

**Participantes:** Docentes

**Recursos:** Proyector

**Desarrollo:** Recibimiento y saludo a los docentes, presentación del tema explicando el desarrollo general del taller y sus objetivos

\*Indicamos la importancia de este taller, así como las recomendaciones para poder llevar a cabo el desarrollo del mismo.

\*Dinámica de comunicación

\*Elementos para una comunicación asertiva.

\*Diapositiva con la explicación del tema

\*Preguntas a los participantes.

\*Conclusión del taller, con un mensaje motivador

### COMPROMISOS:

Los docentes se comprometen a aplicar las herramientas de este taller.



**Figura: 17**

Fuente: <http://atajnoticioso.com/wp-content/uploads/2015/01/Llaman-a-estudiantes-y-profesores-reintegrarse-a-clases.jpg>

## DESARROLLO DEL SEGUNDO TALLER PARA DOCENTES

<b>TEMA: Claves para una comunicación asertiva</b>	
<b>PROPOSITO DEL TEMA: Facilitar la comunicación de estudiantes y docentes</b>	
<b>ACTIVIDADES</b>	<b>MATERIALES</b>
<b>*Saludo</b>	<b>*Humano</b>
<b>*Explicación sobre la importancia del taller</b>	<b>*Proyector</b>
<b>*Recomendaciones</b>	
<b>*Presentación del tema</b>	
<b>*Dinámica de comunicación</b>	
<b>*Explicación de los elementos de la comunicación</b>	
<b>*Diapositiva Exposición del tema</b>	
<b>*Preguntas</b>	
<b>*Cierre</b>	

### DESARROLLO DEL TEMA:

Se recibe a los padres en el aula de clase y presentación de los expositores, se explica la importancia que tiene la asistencia de cada uno de ellos, así como también su puntualidad, les recomendamos tener en modo de vibración los teléfonos celulares para evitar interrupciones.

- Explicación de la importancia del taller.
- Recomendaciones para llevar el taller a cabo, se solicita a los docentes dejar sus teléfonos celulares en modo vibración para que no ocurran interrupciones, además de la importancia de la asistencia y la puntualidad.
- Presentación del tema del taller.
- Dinámica de comunicación: el teléfono. haremos una ronda con todo el grupo y le daremos un mensaje que dice "Saber comunicarse adecuadamente es un factor determinante para obtener el éxito profesional y personal" el objetivo es que cada uno pase esta misma frase al oído del que tiene junto y que al finalizar llegue la misma frase.

- Explicación de los 5 elementos de la comunicación asertiva:
  - Comprensión de la postura del otro , se trata de transmitir que comprendemos el punto de vista del otro sobre el asunto
  - Expresión del problema
  - Expresión de sentimientos y consecuencias negativas
  - Petición de un cambio de conducta
  - Expresión de consecuencias
  - DIAPOSITIVA

## COMUNICACIÓN ASERTIVA

*SER ASERTIVO CONSISTE EN TENER LA CAPACIDAD DE AUTOAFIRMAR TUS PROPIOS DERECHOS, SIN DEJARTE MANIPULAR Y SIN MANIPULAR A LOS DEMÁS.*

DE LA DEFINICIÓN DE ASERTIVIDAD QUE ACABAS DE LEER, ME GUSTARÍA DESTACAR LAS PALABRAS **DERECHO** Y **MANIPULAR**. DOS PALABRAS QUE AL HABLAR DE ASERTIVIDAD TANTO SIRVEN PARA UNO MISMO COMO PARA LOS DEMÁS.

EN UNA SOCIEDAD DONDE CONSTANTEMENTE TE RECUERDAN CUÁLES SON TUS OBLIGACIONES SE HACE MÁS NECESARIO QUE NUNCA AUTOAFIRMARTE COMO PERSONA, AUTOAFIRMARTE COMO DOCENTE. **SER ASERTIVO IMPLICA...**

### 1. SABER DECIR QUE NO O TENER UNA POSTURA FIRME SOBRE ALGO.

COMO DOCENTE SIEMPRE ESTARÁS EN MINORÍA CON RESPECTO A UN GRUPO DE ALUMNOS. PERO ESTA MINORÍA EN LA QUE TE ENCUENTRAS NO DEBE SER RAZÓN PARA NO SABER DECIR QUE NO EN DETERMINADOS MOMENTOS EN LOS QUE EL GRUPO EJERCE UNA ENORME PRESIÓN.

---

PORQUE SABER DECIR QUE NO EN EL AULA IMPLICA:

MANTENER UNA **POSTURA FIRME ANTE UNA DECISIÓN TOMADA** QUE NO ES DEL AGRADO DEL GRUPO.

SER CAPAZ DE **COMPRENDER** LAS POSTURAS DE LOS ALUMNOS **SIN DEJAR POR ELLO QUE INFLUYAN O CAMBIEN TU DECISIÓN.**

EXPRESAR EL **MOTIVO** POR EL CUAL HAS DICHO QUE NO A UNA PETICIÓN O ACCIÓN DEL GRUPO.

**IMPORTANTE:** PODRÍA ENTENDERSE QUE DECIR QUE NO ES SINÓNIMO DE AUTORITARISMO, Y PARA MÍ NO ES ASÍ, PORQUE NO SE CENTRA EN EL AUTORITARISMO, SINO EN LA **AUTOAFIRMACIÓN** DE LO QUE ERES EN ESE MOMENTO.

Figura: 18

Elaborado Por: Verónica Gimeno Benites, Orlando Robles Cruz

- Preguntas a los docentes sobre la exposición
- Cierre
- Despedida

## TALLER No.- 9

**NOMBRE:** Como incentivar la vocación

**Duración:** 45 minutos

**Objetivo:** Potenciar la vocación de los estudiantes desde las aulas por medio de la intervención de los docentes.

**Colaborador:** Psicólogo educativo, autores

**Participantes:** Docentes

**Recursos:** Proyector

**Desarrollo:** Recibimiento y saludo a los docentes, presentación del tema explicando el desarrollo general del taller y sus objetivos

\*Indicamos la importancia de este taller, así como las recomendaciones para poder llevar acabo el desarrollo del mismo.

\*Pregunta, ¿Qué es vocación?

\*Video

\*Ampliación del tema

\*Lectura.

\*Conclusión del taller, con un mensaje motivador

### **COMPROMISOS:**

Los docentes se comprometen a aplicar las herramientas de este taller.



## DESARROLLO DEL TERCER TALLER PARA DOCENTES

<b>TEMA:</b> Como incentivar la vocación en adolescentes	
<b>PROPOSITO DEL TEMA:</b> Dar pautas para hacer motivadores a los docentes	
<b>ACTIVIDADES</b>	<b>MATERIALES</b>
*Saludo	*Humano
*Explicación sobre la importancia del taller	*Proyector
*Recomendaciones	
*Presentación del tema	
*Pregunta	
*Video	
*Ampliación del tema	
*Lectura	
*Cierre	
<b>DESARROLLO DEL TEMA:</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se recibe a los padres en el aula de clase y presentación de los expositores, se explica la importancia que tiene la asistencia de cada uno de ellos, así como también su puntualidad, les recomendamos tener en modo de vibración los teléfonos celulares para evitar interrupciones.</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explicación de la importancia del taller.</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Recomendaciones para llevar el taller a cabo, se solicita a los docentes dejar sus teléfonos celulares en modo vibración para que no ocurran interrupciones, además de la importancia de la asistencia y la puntualidad.</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Presentación del tema del taller.</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Realizamos la pregunta, de que es la vocación? Para escuchar las diferentes apreciaciones antes de la explicación del taller y de esta forma desarrollar con mayor fluidez la charla.</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Video sobre la Vocación : <a href="https://youtu.be/GopcnbLw5-U">https://youtu.be/GopcnbLw5-U</a></li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ampliación sobre el Tema de Como incentivar la vocación en adolescentes</li> </ul>	



**Figura: 19**

**Fuente:** <http://noticias.universia.edu.uy/net/images/educacion/1/10/10-/10-razones-para-dedicarse-a-la-docencia.jpg>

✓ **Lectura: Los Profesores y La Orientación Vocacional.** A nivel de las escuelas secundarias y pre vocacionales puede afirmarse, sin ánimo de exagerar, que prácticamente no se realiza investigación vocacional alguna.

La investigación vocacional debe realizarse en el último año de la educación secundaria y pre vocacional o, a más tardar, en los primeros semestres del bachillerato. Fundamentamos nuestra opinión en el hecho de que en el último año de secundaria los jóvenes comienzan a preguntarse ¿Qué es lo que van a estudiar? o a tratar de responder a la misma pregunta que les han formulado muchas personas, incluso los mismos padres. Además, el sólo hecho de estar terminando los estudios secundarios y no tener ni siquiera una idea vaga de qué carrera van a seguir, o para qué tienen aptitudes, crea en ellos una situación de incertidumbre y de confusión que muchas ocasiones, lamentablemente, les orilla a buscar un trabajo y a no continuar los estudios. Verdaderamente es grande la ayuda que se le proporciona al joven en el momento que más la necesita y que puede significar el rescate de una voluntad y el encauzamiento de una vocación y la realización de una persona.

## CONCLUSIONES

Se pone de manifiesto, que el docente y el padre de familia entiende ahora las causas y las consecuencias de la Depresión en los adolescentes y como estas afectan en la toma de decisiones y que acciones debe tomar en el momento que vean a sus estudiantes y/o hijos en síntomas depresivos. Aun cuando es “normal” que los estudiantes experimenten cambios periódicos en el estado de ánimo, se debe estar atento a indicadores de depresión como lo es el experimentar una intensa y permanente tristeza que interfiere en el desempeño personal, social, laboral, entre otros.

Es un trastorno que se presenta frecuentemente en adolescentes, y se considera que será en un futuro el estado de ánimo de los seres humanos.

Es por ello que es importante tener claridad de que si se presentan cinco de los siguientes síntomas, es recomendable acudir a un profesional para la valoración psicológica correspondiente quien a su vez y dependiendo de la severidad del caso hará equipo multidisciplinario con personal médico

Se determinaron a través de baterías de pruebas psicológicas los factores que incluyen en el adolescente en el momento de elegir la carrera universitaria, midiéndose la personalidad, y su actitud y aptitud, pero también se evidenció que la institución no cuenta con un plan de orientación para la población estudiantil en general, lo cual desencadena que muchos estudiantes no elijan correctamente sus carreras.

Los docentes y padres de familia así como los directivos de la Unidad Educativa “Dr. Carlos Monteverde Romero”, consideran de gran valor la aplicación de los talleres ya que permitió que los padres de familia participen ante el llamado de dar el tiempo a sus hijos para atender los problemas que registran en el aprendizaje de los jóvenes.

## RECOMENDACIONES

1. Que los padres de familia conozcan y se vean incentivados en las actividades educativas que determinen nuevas investigaciones acerca de la depresión y sus síntomas, que los docentes se capaciten más en fundamentos teóricos sobre la depresión.
2. La Unidad Educativa debe trabajar mejor sobre las elecciones de las carreras universitarias por parte de los estudiantes, debe establecer como institución convenios de cooperación con universidades públicas y privadas para que se hagan talleres in situ sobre las carreras que ellos ofertan y así los estudiantes puedan elegir con mayor facilidad las mejores opciones.
3. Una buena comunicación ayuda a que se actúe positivamente en los diferentes entornos. Por lo que, los hijos que deben sentirse queridos, atendidos y valorados por sus padres y sentir que están para ayudarlos y hacer frente juntos cualquier situación que se presente.
4. La asistencia de los padres a las reuniones que programe el DECE o el llamado de los docentes, son de gran valor para que conozcan el personal que está al frente de los procesos educativos y confiando en sus criterios colabore con el desempeño académico del estudiante. Elaborar trimestralmente o cuatrimestralmente talleres enfocados en la salud mental de los adolescentes dirigidos a padres de familia, docentes y los estudiantes.
5. En el tiempo libre de los estudiantes procurar que se ocupen de otras actividades como deportes, actividades extra curriculares. y en especial compartir tiempo con ellos escuchar sus dudas, darles confianza para que puedan dar su opinión con respecto a las decisiones en cuanto a su educación.

## REFERENCIAS

- Agustina Regueiro Carlevaro. (27 de Octubre de 2015). Depresión en Adolescentes y su relacion con las TIC. *Tesis de Pregrado - Universidad de la República*. Montevideo.
- Alles, M. (2013). *Comportamiento organizacional: cómo lograr un cambio cultural a través de gestión por competencias*. Ediciones Granica.
- American Psychiatric Association. (2013). Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales. . Barcelona.: Masson, Quinta edición. DSM-V. .
- American Psychiatric Association. (s.f.). DSM - IV. En A. P. Association., *Manual diagnóstico y estadístico de los Trastornos Mentales* (pág. 346). ©MASSON, S.A.
- Amorín, David. (2015). Depresión y Adolescencia, No mas. En D. Amorín, *Depresión y Adolescencia, No mas* (pág. 121). Montevideo: UNFPA.
- Anrango y Antamba, K. y. (12 de Octubre de 2014). *Estudio de los procesos de Orientación Vocacional en los décimos años de Educación Básica del Colegio Experimental Jacinto Collahuazo*. Obtenido de Recuperado el de <http://www.repositorio.utn.edu.ec>.
- Anrango y Antamba, K. y. (12 de Octubre de 2014). *Estudio de los procesos de Orientación Vocacional en los décimos años de Educación Básica del Colegio Experimental Jacinto Collahuazo*. Obtenido de Recuperado el de <http://www.repositorio.utn.edu.ec>.
- Arista, E. C. (2016). *Psicoterapia contemporánea: dilemas y perspectivas*. ITESO.
- Belcaguy, M; Cimas, M; Cryan, G & Loureiro, H. (2015). *Adolescencia y tecnología de la información y la comunicación*. Buenos Aires: Universidad de Buenos Aires, Facultad de Psicología. Psicología Evolutiva Adolescencia.
- Belloch, A.; Sandín, y Ramos . (2013). Manual de psicopatología. . Madrid: McGraw-Hill (vol. 1 y 2). Edición revisada.
- Boza, A., Toscano, M., & Salas, M. (2014). Roles y funciones del orientador en educación secundaria. *Revista de Educación*, 111-131.
- BURTON, T. (2016). *Environmental Information System*. Obtenido de <http://www.ces.iisc.ernet.in/energy/HC270799/HDL/spanish/1h005s/1h005s08.htm>
- Calle Cifuentes, J. (2017). *Proyecto piloto de un instrumento de asesoría y consejería psicológica virtual para adolescentes*. Obtenido de <http://200.24.17.74:8080/jspui/handle/fcsh/1101>

- Cancrini. (2018). La identidad del Adolescente. Como se construye. *ADOLESCERE. Revista de Formación Continuada de la Sociedad Española de Medicina de la adolescencia Volumen (II)*, 18.
- Carabobo, U. d. (2014). *Revista Ciencia de la Educación*, 279.
- Cari Huachaca, V. &. (2017). *Resiliencia y proyecto de vida en adolescentes en estado de abandono*. Arequipa. Obtenido de <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/4787>
- Carlevaro, A. R. (27 de Octubre de 2015). *Depresión en Adolescentes y su relacion con las TIC*.
- Carlevaro, A. R. (2015). *Depresión en adolescentes y su relación con las TIC*.
- Casullo, M. M. (2014). Proyecto de vida y decisión vocacional.
- Chumbay, N. (17 de Enero de 2015). *Análisis sistémico de la incidencia de la Orientación Vocacional en la elección de la carrera de los estudiantes matriculados en el primer ciclo de la UPS durante el período 2008-2009*. Obtenido de <http://www.dspace.ucuenca.edu.ec>.
- Chumbay, N. (17 de Enero de 2015). *Análisis sistémico de la incidencia de la Orientación Vocacional en la elección de la carrera de los estudiantes matriculados en el primer ciclo de la UPS durante el período 2008-2009*. Obtenido de <http://www.dspace.ucuenca.edu.ec>.
- Crussí, F. G. (2016). *La enfermedad del amor: La obsesión erótica en la historia de la medicina*. Debate.
- Daniel Ortega. (2017). *Tesis Adolescencia y Depresión*. Obtenido de [dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/.../1/Cristina%20Yasmin%20Jadán%20López.pdf](http://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/.../1/Cristina%20Yasmin%20Jadán%20López.pdf)
- DSM-IV-TR. (2013). En López-Ibor, *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales*. (pág. 323). España: Barcelona: Masson.
- Educación, M. d. (Abril de 2014). Normativa para la organización y el funcionamiento del Departamento de Consejería Estudiantil en los establecimientos del Sistema Nacional de Educación. *Ministerio de Educación. Acuerdo Ministerial 069-14*. Quito.
- Educación, M. d. (2014). Normativa para la organización y funcionamiento del Departamento de los Departamentos de Concejería Estudiantil. *Acuerdo Ministerial 0094*.
- Educación, M. d. (2015). *Manual de Orientación Vocacional y Profesional*. Obtenido de [www.educación.gob.ec: https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2016/06/A.-Manual-de-OVP.pdf](https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2016/06/A.-Manual-de-OVP.pdf)

- España, P. C. (2019). *PEARSON*. Obtenido de <https://www.pearsonclinical.es/producto/54/bdi-ii-inventario-de-depresion-de-beck---ii>
- FREUD, Sigmund. (s.f.). *Tratamiento Psiquico*. Buenos Aires: Ediciones Amorrortu.
- García Gamboa, K. T. (2018). *Trastorno de comportamiento y el desarrollo emocional en los estudiantes de la Unidad Educativa Corazón de Jesús*. Babahoyo. Obtenido de <http://dspace.utb.edu.ec/handle/49000/5503>
- García, A. (2016). La depresión en Adolescentes. *Revista de estudios de Juventud. La salud mental de las personas jóvenes en España.*, 85.
- Gómez Valencia, H. M. (2015). *Educación sexual y en valores: una propuesta formativa para estudiantes del grado 302 jornada tarde del colegio nuevo san Andrés de los altos*.
- González, E. L. (2014). *Psicología general*. Grupo Editorial Patria.
- González, J. (2014). La Orientación Profesional en América Latina. Fortalezas y Debilidades, Amenazas y Oportunidades. . *Revista Mexicana de Orientación Educativa*, 44-49.
- Güemes-Hidalgo, M. C.-F. (2017). Pubertad y adolescencia. *Revista de Formación Continuada de la Sociedad Española de Medicina de la Adolescencia*.
- Guevara Pérez, W. O. (2013). *Prevalencia de Embarazo en Adolescentes y factores psicosociales asociados, en colegios de Cuenca-Ecuador 2012*. Cuenca: Universidad de Cuenca.
- Hernández Ó, M. C. (2014). *Depresión en Niños y Adolescentes*. Obtenido de <http://www.ces.iisc.ernet.in/energy/HC270799/HDL/spanish/1h005s/1h005s08.htm>
- Hidalgo Acosta, N. G. (2015). *Influencia de los resultados de los test en la elección vocacional de los estudiantes del décimo año paralelo ayb de la unidad educativa San José María Escrivá del año lectivo 2015–2016*. Guayaquil: ULVR.
- <https://www.rchsd.org>. (Marzo de 2015). Obtenido de <https://www.rchsd.org/health-articles/depresin/>
- Instituto Nacional de la Salud. (Publicación de NIH Num. SP 09 3561). *DEPRESION*. En I. N. Mental.
- ISSUU. (s.f.). [https://issuu.com/eduardovargashernandez/docs/adolescencia\\_\\_1\\_.docx](https://issuu.com/eduardovargashernandez/docs/adolescencia__1_.docx). Obtenido de [https://issuu.com/eduardovargashernandez/docs/adolescencia\\_\\_1\\_.docx](https://issuu.com/eduardovargashernandez/docs/adolescencia__1_.docx)
- Jarrín, T. A. (2016). *LA DEPRESIÓN COMO EFECTO DE LA MIGRACIÓN PARENTAL EN LOS ADOLESCENTES, Estudio a realizarse en estudiantes del colegio “Octavio Cordero Palacios” de la ciudad de Cuenca*. Cuenca.

- Jiménez, D. P. (14 de Abril de 2016). *Manual de recursos humanos 3ª ed.* ESIC Editorial. Obtenido de <http://www2.compromisoeducativo.edu.uy>.
- Klein, A. (2017). Imágenes psicoanalíticas y sociales del adolescente: Condiciones de surgimiento de la adolescencia. En *mágenes psicoanalíticas y sociales del adolescente: Condiciones de surgimiento de la adolescencia*. (págs. 24-25). Montevideo: Uruguay: Psicolibros.
- Lacayo Centeno, M. D. (2017). *Reclutamiento y Selección de Personal: Reclutamiento y Selección de Recursos Humanos elementos claves para el éxito de una Organización*. Managua.
- Llerena, O. (18 de Noviembre de 2014). *El papel de la familia en la Orientación Profesional de los hijos*. Obtenido de <http://www.psicologia-online.com>
- Lozano, V. A. (2014). *TEORÍA DE TEORÍAS SOBRE LA ADOLESCENCIA*. Valparaíso, Chile: Centro de Estudios Sociales.
- M. Güemes-Hidalgo, M. C.-F. (2017). <https://www.adolescenciasema.org>. Obtenido de <https://www.adolescenciasema.org/ficheros/REVISTA%20ADOLESCERE/vol5num1-2017/07-22%20Pubertad%20y%20adolescencia.pdf>
- M. Güemes-Hidalgo, M.J. Ceñal González-Fierro. (2017). <https://www.adolescenciasema.org>. Obtenido de <https://www.adolescenciasema.org/ficheros/REVISTA%20ADOLESCERE/vol5num1-2017/07-22%20Pubertad%20y%20adolescencia.pdf>
- MANOBANDA, S. &. (2014). *Utilización de los test online de evaluación y su repercusión en el desempeño pedagógico de los docentes del colegio Universitario “Juan Montalvo” en la ciudad de Ambato*. Ambato.
- Manual práctico para una orientación de calidad en el ámbito educativo. (2014). *Guía de orientación profesional coordinada*.
- Martínez Salazar, A. P. (2018). *El rol de la comunicación móvil en la construcción de las relaciones personales entre los adolescentes: estudio de los colegios Manuela Cañizares y Marista de Quito*. Universidad Andina Simón Bolívar, Sede Ecuador, Quito. Obtenido de <http://repositorionew.uasb.edu.ec/handle/10644/4511>
- Ministerio de Educación. (2014). *Manual práctico para una orientación de calidad en el ámbito educativo*. Obtenido de <https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2016/06/A.-Manual-de-OVP.pdf>
- Ministerio de Educación. (Abril de 2014). *Normativa para la organización y el funcionamiento del Departamento de Consejería Estudiantil en los establecimientos del Sistema Nacional de Educación*. Obtenido de [www.educacion.gob.ec](http://www.educacion.gob.ec)



- Ministerio de Educación. (2014). *Normativa para la organización y funcionamiento del Departamento de los Departamentos de Concejería Estudiantil*. Obtenido de [www.educacion.gob.ec](http://www.educacion.gob.ec)
- Ministerio de Educación. (2015). *Manual de Orientación Vocacional y Profesional*. Obtenido de [www.educación.gob.ec](http://www.educación.gob.ec): <https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2016/06/A.-Manual-de-OVP.pdf>
- MORALES, M. M. (2016). *EXPECTATIVAS Y ACTITUDES MOTIVACIONALES DE LAS MAESTRAS FRENTE A UN GRUPO DE ALUMNAS CON BAJO RENDIMIENTO ACADÉMICO DE UN COLEGIO PRIVADO DE LA CIUDAD DE GUATEMALA*. Guatemala.
- Morillo, G. &. (2014). *Desarrollo de las habilidades, técnicas básicas del fútbol en los niños que conforman las selecciones en los establecimientos educativos de Educación General Básica en la zona urbana de Otavalo y su influencia en la obtención de resultados, en los campeonatos*. Otavalo.
- Mosca, A., & Santiviago, C. (14 de Abril de 2015). *Conceptos y herramientas para aportar a la Orientación Vocacional ocupacional de los jóvenes*. Obtenido de <http://www2.compromisoeducativo.edu.uy>.
- Mundo, BBC. (2013). *Los ricos y las mujeres, los más deprimidos*. Obtenido de BBC Mundo: [http://www.bbc.com/mundo/noticias/2011/07/110726\\_depresion\\_global\\_men.shtml](http://www.bbc.com/mundo/noticias/2011/07/110726_depresion_global_men.shtml)
- Nemours Foundation. (Marzo de 2015). Obtenido de <https://www.rchsd.org/health-articles/depression/>
- Ojeda SR,. (2013). *Tratado de endocrinología pediátrica. Pubertad normal*. Madrid: McGraw-Hill Interamericana; .
- Organización Mundial de la Salud. (2013).
- Organización Mundial de la Salud. (22 de Marzo de 2018). *ORGANIZACION MUNDIAL DE LA SALUD*. Obtenido de <http://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression>
- Organización Mundial de la Salud. (2018). *Salud del adolescente*. Obtenido de Salud del adolescente: [http://www.who.int/maternal\\_child\\_adolescent/topics/adolescence/es/](http://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/es/)
- Organización Panamericana de la salud. (30 de Marzo de 2017). <https://www.paho.org>. Recuperado el 2019, de [https://www.paho.org/hq/index.php?option=com\\_content&view=article&id=13102:depression-lets-talk-says-who-as-depression-tops-list-of-causes-of-ill-health&Itemid=1926&lang=es](https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=13102:depression-lets-talk-says-who-as-depression-tops-list-of-causes-of-ill-health&Itemid=1926&lang=es)

- Pascuale., X. G. (2015). Trastornos del humor: trastornos depresivos. *Science Direct*.
- Patiño Juela, M. J. (2015). *Incidencia de la orientación vocacional en la elección de la carrera de psicología en estudiantes de la Universidad de Cuenca*. Cuenca.
- Patiño Juela, M. J., & Astudillo Cedillo, L. R. (2015). *Incidencia de la orientación vocacional en la elección de la carrera de psicología en estudiantes de la Universidad de Cuenca*. Cuenca. Obtenido de <http://dspace.ucuenca.edu.ec/jspui/handle/123456789/22787>
- Psicoterapeutas.com*. (2017). Obtenido de TRATAMIENTO PARA LA DEPRESION: [http://www.psicoterapeutas.com/trastornos/depresion/tratamientos\\_depresion.html](http://www.psicoterapeutas.com/trastornos/depresion/tratamientos_depresion.html)
- Quinde, M. &. (2015). Motivación personal y desarrollo de convicciones como estrategia para lograr el éxito académico y personal en los estudiantes del séptimo año de educación básica paralelo A y B de la escuela fiscal mixta Juan Montalvo de la ciudad de Pasaje, periodo, 2013.
- Rosas, L. &. (2017). *El clima laboral y su relación con el desempeño docente en la Escuela Académico Profesional de Obstetricia de la Universidad Nacional de Cajamarca 2015-2016*. Cajamarca.
- Ruiz Lázaro, P. (2013). En *Psicología del adolescente y su entorno* (págs. 45 - 46). Madrid, España: Artículo disponible en [www.sietediasmedicos.com](http://www.sietediasmedicos.com) . Ediciones Mayo.
- Ruiz Lázaro, P. (2013). *Psicología del adolescente y su entorno*. Obtenido de disponible en [www.sietediasmedicos.com](http://www.sietediasmedicos.com)
- Salinas, U. F. (2014). *Psicología Médica*. Obtenido de [https://issuu.com/istern/docs/revista\\_virtual](https://issuu.com/istern/docs/revista_virtual)
- Sánchez, M. &. (2013). *Bases teórico-prácticas de la Orientación Profesional*. Madrid: Editorial de la Universidad Nacional de Educación a Distancia.
- Sanchez, V. H. (2015). *CONOCIMIENTO, ACTITUDES Y APTITUDES SOBRE SEXUALIDAD*. TESIS, UNIVERSIDAD LAICA VICENTE ROCAFUERTE DE GUAYAQUIL, GUAYAQUIL. Obtenido de [repositorio.ulvr.edu.ec/bitstream/44000/1104/1/T-ULVR-1137.pdf](http://repositorio.ulvr.edu.ec/bitstream/44000/1104/1/T-ULVR-1137.pdf)
- SANCHEZ, VANESA HIDALGO. (2015). *CONOCIMIENTO, ACTITUDES Y APTITUDES SOBRE SEXUALIDAD*. TESIS, UNIVERSIDAD LAICA VICENTE ROCAFUERTE DE GUAYAQUIL, GUAYAQUIL.
- Sarmiento, A. G. (2014). *Depresión y Ansiedad en Adolescente del colegio Calasanz de Loja*. Tesis Pre grado, Loja. Recuperado el 16 de Mayo de 2019, de <http://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/13455/1/DEPRESI%C3%93N%20Y%20ANSIEDAD%20EN%20ADOLESCENTES%20DEL%20COLEGIO%20CALASA>

NZ%20DE%20LOJA%20MEDIANTE%20LA%20HERRAMIENTA%2023%20DEL%  
20MINISTERIO%20DE%20SALUD%20P%20C3%9ABLICA.pdf

Scarpati, M. P. (2014). *Límites, reglas, comunicación en familia monoparental Con hijos adolescentes*. Diversitas: Perspectivas en psicología.

SINTESIS, E. (2015). DESARROLLO POSITIVO DEL ADOLESCENTE. SINTESIS.

Terra, M. (2013). *Protocolo de Atención en Salud Mental a la Población Infanto Juvenil*.

Trujillo Vargas, J. J. (2013). *Menores en riesgo: la violencia de los menores en diferentes contextos socioeducativos*.

Unidos, C. N. (2013). *CIE-10 - ES - Diagnósticos*.

Unidos, Centro Nacional de Estadísticas de Salud de Estados. (2013). *CIE-10 - ES - DIAGNOSTICOS*.

Victoria del Barrio. (2013). Como evitar que tu hijo se deprima. Sintesis. Obtenido de BBBC Mundo:

[http://www.bbc.com/mundo/noticias/2011/07/110726\\_depresion\\_global\\_men.shtml](http://www.bbc.com/mundo/noticias/2011/07/110726_depresion_global_men.shtml)

# ANEXOS

## ANEXO 1. ENCUESTAS A LOS PADRES DE FAMILIA

DATOS GENERALES	
NOMBRE DEL ADOLESCENTE: _____	
EDAD _____	FECHA DE NACIMIENTO _____
DOMICILIO _____	
TELÉFONO _____	CIUDAD _____
ESCUELA _____	
CURSO _____	
DATOS FAMILIARES	
NOMBRE DEL PADRE _____	
EDAD _____	ESCOLARIDAD _____
OCUPACIÓN _____	TELEFONO _____
NOMBRE DE LA MADRE _____	
EDAD _____	ESCOLARIDAD _____
OCUPACION _____	
DIRECCION DE TRABAJO _____	TELEFONO _____

1. ¿Ha notado cambios en la falta de interés de su hijo en realizar actividades que antes las desarrollaba con normalidad?

- SI
- NO

1. ¿Cuántos días en la semana ha notado que su hijo esta decaído, callado o muy distraído?

- Nunca
- Varios Días
- Casi todos los días

2. ¿Ha notado últimamente que su hijo tiene dificultades para conciliar el sueño?

- Si
- No

3. ¿Su hijo, ha presentado signos de cansancio físicos sin estar practicando ningún deporte o actividad extra?
- Si
  - No
4. ¿Usted como padre de familia ha notado que el apetito de su hijo ha cambiado drásticamente a un estado de inapetencia?
- Si
  - No
5. ¿Su hijo, se distrae fácilmente al punto que no puede mantener una conversación extendida?
- Si
  - No
6. ¿Su hijo/a presenta pensamientos sobre que estaría mejor muerto /a o de querer hacerse daño de algún modo?
- Si
  - No
7. ¿Con que frecuencia ha notado que su hijo/a esta triste?
- Si
  - No
8. ¿Cómo padres le gustaría asistir charlas, para mejorar la comunicación con sus hijos?
- Si
  - No
9. ¿Cree usted que debería conversar con sus hijos sobre sexo, drogas, aborto y suicidio?
- Si
  - No

## ANEXO 2. ENCUESTAS A LOS DOCENTE

### UNIDAD EDUCATIVA DR. CARLOS MONTEVERDE ROMERO

#### DATOS GENERALES

<b>NOMBRE DEL DOCENTE:</b>	
<b>TELÉFONO:</b>	<b>CIUDAD:</b>
<b>ASIGNATURA QUE IMPARTE:</b>	
<b>AÑOS DE EXPERIENCIA:</b>	

1. ¿Considera que los padres no se involucran demasiado como deberían de ser en el proceso educativo de sus hijos?
  - Si
  - No
2. ¿Considera usted como docente que en la actualidad los padres le dan prioridad a las calificaciones del colegio, en lugar de su estado emocional?
  - Si
  - No
3. ¿Cómo califica usted la asistencia de los padres a las reuniones convocadas por colegio?
  - Asisten
  - No Asisten
4. ¿Usted se siente preparado para identificar cuándo un estudiante está deprimida o/a?
  - Si
  - No
5. ¿Usted considera que hay buena comunicación con sus estudiantes?
  - Si
  - No

6. ¿Alguna vez sus estudiantes le han propuesto hablar sobre temas como las carreras universitarias?
- Si
  - No
7. ¿Usted considera necesario implementar Talleres sobre depresión y Orientación Vocacional en la institución educativa?
- Si
  - No
8. ¿Cree usted que sería necesario orientar a los padres, con herramientas para fortalecer la comunicación con sus hijos?
- Si
  - No
9. ¿Con que frecuencia los padres de familia le comunican al docente de alguna situación negativa que genere en casa cambios de conducta o rendimiento de sus hijos?
- Si
  - No



### ANEXO 3. FICHA DE OBSERVACIÓN

#### UNIDAD EDUCATIVA “DR. CARLOS MONTEVERDE ROMERO”

**Fecha de Observación:**

**Curso:**

**Asignatura en la que se observó:**

<b>CONDUCTA</b>	<b>SI</b>	<b>NO</b>
<b>OBSERVADA</b>		
Tiene facilidad para hacer cálculos matemáticos		
Demuestra interés en las ciencias		
Se preocupa por el bienestar la equidad y justicia de sus compañeros de clases		
Prefiere realizar trabajos manuales		
Le gusta participar en obras teatrales que realiza la institución.		

## ANEXO 4. TEST DE FRASES INCOMPLETAS

### TEST DE FRASES INCOMPLETAS DE SACKS (M y F)

NOMBRE _____	EDAD ___ años ___ meses
FECHA _____	TIEMPO _____
SEXO _____	FECHA DE NACIMIENTO _____
ESCOLARIDAD _____	

Instrucciones: A continuación hay 60 frases incompletas. Lea cada una y complétela con lo primero que venga a su mente. Trabaje tan a prisa como sea posible. En caso que no pueda completar una, encierre el número correspondiente en un círculo y termine después.

1. Siento que mi padre raras veces
2. Cuando tengo mala suerte
3. Siempre anhelé
4. Si yo estuviera a cargo
5. El futuro me parece Las personas que están sobre mi
6. Sé que es tonto pero tengo miedo de Creo que un verdadero amigo Cuando era niño (a)
7. Mi idea de mujer (hombre) perfecta
8. Cuando veo a un hombre y a una mujer juntos
9. Comparada con las demás familias, la mía
10. En las labores me llevo mejor con
11. Mi madre Haría cualquier cosa por olvidar la vez que
12. Si mi padre tan solo
13. Siento que tengo habilidades para
14. Sería perfectamente feliz si
15. Si la gente trabajara para mi
16. Yo espero
17. En la escuela, mis maestros
18. La mayoría de mis amistades no saben que tengo miedo de
19. No me gusta la gente que
20. Pienso que la mayoría de los muchachos (as)
21. Yo creo que la vida matrimonial
22. Mi familia me trata como Aquellos con los que trabajo
23. Mi madre y yo
24. Mi mas grande error fue
25. Desearía que mi padre Mi mayor debilidad es
26. Mi ambición secreta en la vida
27. La gente que trabaja para mi
28. Algún día yo

29. Cuando veo al jefe venir
30. Quisiera perder el miedo de
31. La gente que más me agrada
32. Si fuera joven otra vez
33. Creo que la mayoría de las mujeres (hombres)
34. Si tuviera relaciones sexuales
35. La mayoría de las familias que conozco
36. Me gusta trabajar con la gente que
37. Creo que la mayoría de las madres
38. Cuando era mas joven me sentía culpable de
39. Siento que mi padre es
40. Cuando la suerte se vuelve en contra mía
41. Cuando doy ordenes, yo
42. Lo que mas deseo en la vida es
43. Dentro de algún tiempo
44. La gente a quien yo considero mis superiores
45. Mis temores en ocasiones me obligan a
46. Cuando no estoy, mis amigos
47. Mi más vívido recuerdo de la infancia
48. Lo que menos me gusta de las mujeres (hombres)
49. Mi vida sexual
50. Cuando era niño (a), mi familia
51. La gente que trabaja conmigo, generalmente
52. Me agrada mi madre, pero

## ANEXO 5. INVENTARIO DE DEPRESION DE BECK

### Inventario de Depresión de Beck

En este cuestionario aparecen varios grupos de afirmaciones. Por favor, lea con atención cada una. A continuación, señale cuál de las afirmaciones de cada grupo describe mejor cómo se ha sentido durante esta última semana, incluido en el día de hoy.

- No me siento triste
- Me siento triste.
- Me siento triste continuamente y no puedo dejar de estarlo.
- Me siento tan triste o tan desgraciado que no puedo soportarlo.
  
- No me siento especialmente desanimado respecto al futuro.
- Me siento desanimado respecto al futuro.
- Siento que no tengo que esperar nada.
- Siento que el futuro es desesperanzador y las cosas no mejorarán.
  
- No me siento fracasado.
- Creo que he fracasado más que la mayoría de las personas.
- Cuando miro hacia atrás, sólo veo fracaso tras fracaso.
- Me siento una persona totalmente fracasada.
  
- Las cosas me satisfacen tanto como antes.
- No disfruto de las cosas tanto como antes.
- Ya no obtengo una satisfacción auténtica de las cosas.
- Estoy insatisfecho o aburrido de todo.
  
- No me siento especialmente culpable.
- Me siento culpable en bastantes ocasiones.
- Me siento culpable en la mayoría de las ocasiones.
- Me siento culpable constantemente.
  
- No creo que esté siendo castigado.
- Me siento como si fuese a ser castigado.
- Espero ser castigado.
- Siento que estoy siendo castigado.
  
- No estoy decepcionado de mí mismo.
- Estoy decepcionado de mí mismo.
- Me da vergüenza de mí mismo.
- Me detesto.
  
- No me considero peor que cualquier otro.

- Me autocrítico por mis debilidades o por mis errores.
- Continuamente me culpo por mis faltas.
- Me culpo por todo lo malo que sucede.
  
- No tengo ningún pensamiento de suicidio.
- A veces pienso en suicidarme, pero no lo cometería.
- Desearía suicidarme.
- Me suicidaría si tuviese la oportunidad.
  
- No lloro más de lo que solía llorar.
- Ahora lloro más que antes.
- Lloro continuamente.
- Antes era capaz de llorar, pero ahora no puedo, incluso aunque quiera.
  
- No estoy más irritado de lo normal en mí.
- Me molesto o irrito más fácilmente que antes.
- Me siento irritado continuamente.
- No me irrito absolutamente nada por las cosas que antes solían irritarme.
  
- No he perdido el interés por los demás.
- Estoy menos interesado en los demás que antes.
- He perdido la mayor parte de mi interés por los demás.
- He perdido todo el interés por los demás.
  
- Tomo decisiones más o menos como siempre he hecho.
- Evito tomar decisiones más que antes.
- Tomar decisiones me resulta mucho más difícil que antes.
- Ya me es imposible tomar decisiones.
  
- No creo tener peor aspecto que antes.
- Me temo que ahora parezco más viejo o poco atractivo.
- Creo que se han producido cambios permanentes en mi aspecto que me hacen parecer poco atractivo.
- Creo que tengo un aspecto horrible.
  
- Trabajo igual que antes.
- Me cuesta un esfuerzo extra comenzar a hacer algo.
- Tengo que obligarme mucho para hacer algo.
- No puedo hacer nada en absoluto.
  
- Duermo tan bien como siempre.
- No duermo tan bien como antes.
- Me despierto una o dos horas antes de lo habitual y me resulta difícil volver a dormir.
- Me despierto varias horas antes de lo habitual y no puedo volverme a dormir.
  
- No me siento más cansado de lo normal.
- Me canso más fácilmente que antes.

- Me canso en cuanto hago cualquier cosa.
- Estoy demasiado cansado para hacer nada.
  
- Mi apetito no ha disminuido.
- No tengo tan buen apetito como antes.
- Ahora tengo mucho menos apetito.
- He perdido completamente el apetito.
  
- Últimamente he perdido poco peso o no he perdido nada.
- He perdido más de 2 kilos y medio.
- He perdido más de 4 kilos.
- He perdido más de 7 kilos.
- Estoy a dieta para adelgazar SI/NO.
  
- No estoy preocupado por mi salud más de lo normal.
- Estoy preocupado por problemas físicos como dolores, molestias, malestar de estómago
- Estoy preocupado por mis problemas físicos y me resulta difícil pensar algo más.
- Estoy tan preocupado por mis problemas físicos que soy incapaz de pensar en cualquier cosa.
  
- No he observado ningún cambio reciente en mi interés.
- Estoy menos interesado por el sexo que antes.
- Estoy mucho menos interesado por el sexo.
- He perdido totalmente mi interés por el sexo.