

# REVISTA DE EXPERIMENTAL IV

Presentación de los trabajos de  
investigación

12/10/2010

Universidad La Salle

Lic. Ximena Borda

**DIRECCION:** Lic. Ximena Borda de Bravo

**PRODUCCION: Psicología Experimental IV**

- Camargo Valda Carolina
- Duchén Vaca Lena Liz
- Galías Pastor Stephanie Alexandra
- García Gregori Deborah Soledad
- Guzmán Gabriela Vargas
- Mercado Valverde Indira Marisol
- Peláez Becke Vanessa Melina
- Peña Espejo Raquel Rossana
- Rodas Vacaflor Rosario Estefanía
- Torres Velasco María Alexandra
- Vera Rodríguez Maribel Stephanie

**DIAGRAMACION:** Torres Velasco María Alexandra  
Guzmán Vargas Gabriela

12º Edición  
Noviembre 2010

Carrera de Psicología

**AGRADECIMIENTOS**

De forma muy especial queremos agradecer a la Lic. Ximena Borda por su apoyo constante, por ser una guía para nosotros y ayudarnos a ser mejores investigadores.

Gracias a ella que siempre nos incentiva a la investigación y que es un pilar fundamental en la realización de esta revista.

De igual forma queremos agradecer a las personas que formaron parte de las investigaciones, por su colaboración y apoyo que fue muy significativa en cada una de las investigaciones que se presentaron.

## EDITORIAL

La Revista semestral de Psicología Experimental en su decima edición tiene la finalidad de difundir las investigaciones efectuadas por los alumnos de la materia de Psicología Experimental III.

Los reportes experimentales se realizaron siguiendo las exigencias metodologicas de la APA (American Psychological Association).

Es muy grato perseverar y dar continuidad a este proyecto de investigación que genera en los alumnos un hábito para efectuar investigaciones aplicando principios metodológicos, control de variables, registros sistemáticos y observación rigurosa en las investigaciones realizadas.

Agradezco a todos los alumnos que se esforzaron para hacer realidad la publicación de esta decima edición de la revista de Psicología Experimental.

Lic. Ximena Borda de Bravo

## TOLERANCIA: UN ESTUDIO COMPARATIVO EN NIÑOS DE 9 – 12 AÑOS Y ADULTOS DE 25 – 45 AÑOS ANTE DETERMINADAS SITUACIONES

Por: Alexandra Torres

### Resumen

En un mundo en el cada vez las personas tienen que tratar más con personas diferentes a ellos, ya sea por cuestiones económicas, religiosas, etc. es necesario que se sea tolerante, por eso es fundamental que este valor se enseñe desde pequeños. Para comprobar esto se realizo una prueba a niños y adultos para verificar cual de estos es más tolerante.

### Capítulo I INTRODUCCIÓN

#### I.1 Planteamiento del problema

La tolerancia juega un papel muy importante en las relaciones de los niños con sus iguales y con su familia. La tolerancia les ayuda a que tengan una buena integración a un grupo o equipo. El niño no nace tolerante. Su conducta natural es que todo sea para sí, y que todos estén de acuerdo con él, por lo que es indispensable que el proceso de aprendizaje acerca de la tolerancia, empiece desde bien temprano. La igualdad, la tolerancia y la empatía deben considerarse valores prioritarios de enseñanza dentro de la familia de cada niño

## I.2 Justificación

Ser tolerante es lo mismo que ser respetuoso, indulgente y considerado con los demás. Es una cualidad personal que se define como el respeto a las ideas, creencias o prácticas de los demás, aunque sean diferentes o contrarias a las nuestras. Ser tolerante es ser condescendientes y permisivo con alguien a causa de las circunstancias que medien, es no impedir que haga lo que éste desee, es aceptar y admitir la diferencia o la diversidad. Para que los niños establezcan buenas relaciones con sus semejantes, es necesario que aprenda a ser tolerante desde muy pequeño.

Es por esto, que la tolerancia debe ser enseñada desde que uno es pequeño, así se ha de poder evitar el rechazo, los conflictos y la poca comunicación con los demás.

## I.3 Objetivos

### Objetivo General

Identificar el nivel de tolerancia que los niños entre 9 – 12 años tienen ante distintas situaciones de la vida descritas en el instrumento.

### Objetivos Específicos

- Aplicar el instrumento al grupo de niños seleccionado, e interpretar los resultados
- Explicar la importancia de la enseñanza de la tolerancia a los niños para con los demás.

## I.4 Hipótesis

Los niños presentan un nivel más alto de tolerancia que los adultos ante determinadas situaciones

## Capítulo II MARCO TEÓRICO

### *¿Qué es Tolerancia?*

Ser tolerante es lo mismo que ser respetuoso, indulgente y considerado con los demás. Es una cualidad personal que se define como el respeto a las ideas, creencias o prácticas de los demás, aunque sean diferentes o contrarias a las nuestras. La tolerancia protege en contra de la discriminación y evita conflictos. La tolerancia abre las posibilidades de cooperación entre grupos antagónicos: es un camino hacia la civilidad y el respeto. Según Hall y Rodeghier (1994: 300) la educación y la tolerancia son dos conceptos muy amplios. Sin embargo, aseguran que así como la educación amplía el conocimiento, probablemente refuerce también las creencias, valores la seguridad emocional, cualquiera de las cuales, a cambio, estimulará la tolerancia. (Ingrid Hernández, 2004, Revista Mexicana de Ciencias Políticas y Sociales)

### *Los niños y la enseñanza de la tolerancia*

Las escuelas y los padres cumplen un papel fundamental en la educación de los seres humanos desde la niñez hasta la edad adulta. En el caso de la escuela pueden existir actividades en la que los niños se vean obligados a interactuar en situaciones con personas distintas a ellos, esto les enseñara quizá a vivir dentro de contextos y ambientes diferentes a los propios. En la convivencia intergrupar dentro de las escuelas llevará a los niños a conocer que existen diferencias entre ellos, así como a aprender a dialogar con el propósito de alcanzar pacíficamente un fin común.

(Ingrid Hernández, 2004, Revista Mexicana de Ciencias Políticas y Sociales)

En la familia, concebida como la base de la sociedad aparece como la primera referencia con la que cuentan los niños para el aprendizaje de valores. Con el propósito de evitar conflictos y vivir

en armonía, los padres deben enseñar a sus hijos a respetarse mutuamente así como a comprender que cada persona cuenta con una personalidad distinta. (Ingrid Hernández, 2004, Revista Mexicana de Ciencias Políticas y Sociales).

### Capítulo III MÉTODO

#### III.1 Tipo de investigación

La siguiente investigación es de tipo cuasi experimental, porque cuyo propósito es probar si hay relaciones causales sin tener pleno control sobre las variables en la que los participantes se asignan a grupos con base en alguna característica o cualidad que estas personas aportan al estudio.

#### III.2 Participantes

Los participantes son 20 niños entre las edades de 9 – 12 años de edad, de los cursos 3º, 4º, 5º y 6º básico del colegio Unidad Educativa “F.F.A.A. de la Nación” y 10 personas adultas entre las edades de 25 a 45 años de edad. Tanto los niños como los adultos, procedentes de una clase social media baja.

#### III.3 Ambiente

El patio de recreo del colegio Unidad Educativa “F.F.A.A. de la Nación” de la zona de Bolognia. A las personas se les pregunto en la calle, mientras caminaban o se encontraban en su puesto de trabajo (puestos de dulces, vendedores de periódico, etc.).

#### III.4 Variables

*Variable Independiente:* La variable independiente son los cuestionarios respectivos para niños y adultos

*Variable Dependiente:* Son las respuestas de cada una de las preguntas del cuestionario respondida por los niños y los adultos

#### III.5 Instrumentos

El instrumento ha de ser un cuestionario conformado de 32 preguntas cortas de elección múltiple, divididas en 4 grupos de 8, ya que están catalogadas por situaciones:

- Ser tolerante con los demás
- Es tolerante quien ama la paz
- El tolerante comienza por casa
- El tolerante detiene la violencia

Los resultados son valorados en tres escalas:

- 0 – 12 puntos: Nada tolerante
- 12 - 21 puntos: Muy poco tolerante
- 22 – 30 puntos: Muy tolerante

Por otro lado se realizo un pequeño cuestionario, en el que se mencionan algunas de las situaciones, para los adultos siendo un total de 8 preguntas, valoradas en dos escalas:

- 0 – 4: Poco tolerante
- 5 – 8: Tolerante.

#### III.6 Procedimiento

*Fase 1.* El día miércoles 24 a las 4:30 PM, se visitó las instalaciones del colegio y se fue curso por curso (3º, 4º, 5º y 6º), preguntando por niños que ya tengan los 9 – 12 años cumplidos, se seleccionaron 5 niños de cada curso, y posteriormente se los llevo al patio de recreo y se les pidió que tomaran asiento.

*Fase 2.* Se comenzó el cuestionario explicando en que consistía la prueba y aclarando que si alguno de ellos tenía alguna duda con una pregunta, preguntara. La toma de todo el cuestionario duro entre 10 – 15 min.

*Fase 3.* Posteriormente el cuestionario para adultos se tomo de manera aleatoria a personas, en la calle. Personas que se encontraban en sus puestos de trabajo o caminando.

*Fase 4.* Por último se procedió a analizar los resultados

#### Capítulo IV RESULTADOS

| Cuestionarios | Niños     | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---------------|-----------|---|---|---|---|---|
|               | Preguntas |   |   |   |   |   |
|               | 1         | x | x | o | o | o |
|               | 2         | o | o | o | o | x |
|               | 3         | o | o | x | x | o |
|               | 4         | o | o | o | o | o |
|               | 5         | x | x | o | o | x |
|               | 6         | o | x | x | o | o |
|               | 7         | o | o | o | o | o |
|               | 8         | o | x | x | x | o |

En la presente tabla se registraron los resultados generales de cada uno de los niños a los cuales se aplicó el cuestionario, de acuerdo a las edades de 9 – 12 años de sus respectivos cursos. Todos los niños tienen respuestas muy tolerantes por lo que la mayoría se consideran niños y niñas tolerantes. Cabe mencionar que algunos de los niños tuvieron la necesidad de justificar su respuesta.

#### *Cuestionario para Adultos*

| Sujetos    | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
|------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| Pregunta 1 | x | o | o | x | x | o | o | o | x | x  |
| Pregunta 2 | o | o | o | o | x | x | o | x | o | o  |
| Pregunta 3 | x | x | x | x | x | x | o | o | o | x  |

| Pregunta 4 | o | o | o | o | o | o | x | x | x | x |
|------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Pregunta 5 | x | o | o | x | o | x | x | x | o | o |
| Pregunta 6 | x | x | x | o | x | x | o | o | x | x |
| Pregunta 7 | o | x | o | x | x | x | o | o | x | x |
| Pregunta 8 | x | x | o | o | o | o | x | x | o | o |

A partir de los resultados de esta encuesta se puede observar que la mayoría de las personas adultas son poco tolerantes a las situaciones presentadas.

Por lo tanto también a partir de estas conclusiones, se puede decir que los niños son más observadores, más comprensivos con los demás ya que se ponen a pensar que otras posibilidades tienen con respecto a las situaciones.

#### Capítulo V CONCLUSIONES

La tolerancia a los demás en niños es muy importante, ya que ha de ser principalmente del hogar de donde estos la aprendan, la escuela también desempeña un papel fundamental en esta. Aprendiendo a ser tolerantes los niños conforme vayan creciendo han de ver menos obstáculos en cuanto a sus relaciones sociales, así como el trato que ellos reciban de los demás. A partir de los resultados de la prueba la hipótesis se ha comprobado, más que todo debido a que la tolerancia a pesar de no ser enseñada específicamente en la escuela, ellos ya llevan ciertos valores provenientes del hogar, como es el respeto. Así también a partir de alguno de los fundamentos del porque de sus respuestas, también se menciona que el niño intuye como ha de comportarse.

## REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Relaciones con los demás. Disponible en: <http://www.guiainfantil.com/1220/educar-en-valores-la-tolerancia.html>
- La tolerancia en los niños. Disponible en: [http://www.conmishijos.com/expertos-familia/la\\_tolerancia\\_en\\_los\\_ninos/30](http://www.conmishijos.com/expertos-familia/la_tolerancia_en_los_ninos/30)
- Test de Tolerancia Infantil. Disponible en: [http://www.mochilapastoral.com/Recursos\\_periscopioViejos/tolerancia\\_test.htm](http://www.mochilapastoral.com/Recursos_periscopioViejos/tolerancia_test.htm)

## IMPACTO VISUAL EN LA PERCEPCIÓN DE LA POBREZA EN LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD LA SALLE

Por: Gabriela Guzmán

### Resumen

La pobreza es una situación o forma de vida que surge como producto de la imposibilidad de acceso o carencia de los recursos para satisfacer las necesidades físicas y psíquicas básicas humanas y que afecta a un gran porcentaje de la población de Bolivia, es por eso que en la presente investigación a manera de conocer la percepción que los jóvenes tiene al respecto de la pobreza en Bolivia, se aplica un cuestionario que consta de 7 preguntas sobre el tema y un conjunto de imágenes, esto bajo el diseño A – B – A para así observar el impacto de las imágenes causado en los participantes.

### Capítulo I INTRODUCCIÓN

#### I.1 Planteamiento del problema

Hoy en día se puede ver el crecimiento del impacto visual en la sociedad y la forma en la que perciben las cosas que les rodean.

Las imágenes son un estímulo visual discriminativo, es por eso que cuando una persona recibe un estímulo visual genera algún tipo de cambio emocional, conductual y cognitivo.

En base a este planteamiento se formula la siguiente pregunta: ¿Existe impacto visual en la percepción de la pobreza en las personas?

## I.2 Justificación

El presente trabajo de investigación se justifica en la medida que permitirá entender el fenómeno del impacto visual en la percepción de la pobreza en los sujetos, dando lugar a un abordaje más amplio de cómo influye en las personas las imágenes específicas de un fenómeno. También, es relevante el aporte científico al tener nuevos conocimientos de la aplicación del impacto visual en la percepción de sujetos y cómo este puede ser utilizado en temas científicos determinados.

## I.3 Objetivos

### Objetivo General

Determinar el impacto visual en la percepción de la pobreza en estudiantes de la Universidad La Salle.

### Objetivos Específicos

- Conceptualizar la percepción visual
- Determinar si el impacto de una imagen cambia la percepción de las personas.

## I.4 Hipótesis

El impacto visual puede cambiar la percepción del sujeto

## Capítulo II MARCO TEÓRICO

### *Emoción ante la Percepción*

Aaron Beck, uno de los padres fundadores de la terapia de comportamiento cognitivo dijo que “la emoción sigue a la percepción”, significando que la forma en que nos sentimos acerca de una situación es el resultado de la forma en que la percibimos. En este artículo vamos a considerar cómo, con EFT, la idea de que “la emoción sigue a la percepción” es realmente un camino de doble vía y por lo tanto vemos con frecuencia la inversa, es decir, que “la percepción sigue a la emoción”. (Gwyneth Moss, Traducido por María Inés Sención, EFT-ADV, 2008).

Todos pueden percibir una situación de una manera y encontrarnos en las garras de una fuerte emoción que cambia tan pronto como obtenemos más información y una percepción más fresca.

### *Percepción de una imagen*

Desde el cerebro las sensaciones transmiten multitud de características de todo tipo de los objetos, y la respuesta perceptiva se corresponde con la selección de la información más apropiada que cada uno almacena en su cerebro y de acuerdo con los datos sensoriales del momento de su producción. (Wordpress. La imagen fija. CAM, 2010).

La percepción de una imagen está, pues, directamente relacionada con la manera en la que cada individuo puede captar la realidad, y, al mismo tiempo, está también vinculada a su bagaje personal y cultural.

Los órganos que reciben los estímulos son los sentidos que recogen la información del mundo exterior (vista, oído, tacto...), y también del interior (movimiento, equilibrio, hambre, fatiga...). Estos estímulos -sensaciones-, limitados por nuestra capacidad, no se perciben aislados: puntos de luz, color, etc., sino formando parte

de un todo, una manzana, un puente, un cuadro.... Podemos tratar de definir la percepción como, el proceso por el que elaboramos e interpretamos la información recibida a través de los sentidos formando objetos, situaciones, etc., en suma, unidades que poseen un sentido para nosotros. (Wordpress. La imagen fija. CAM, 2010).

### *Percepción*

Es la habilidad de detectar elementos y sucesos presentes en el medio ambiente mediante mecanismos sensibles a algún tipo de energía

Los seres del reino animal se diferencian de sus congéneres del reino vegetal fundamentalmente en que tienen la posibilidad de accionar en su medio ambiente y modificarlo en parte según su propia conveniencia. A diferencia de las plantas, que solo pueden modificar sus tamaños u orientaciones en busca de mas luz, los animales pueden, a través de la locomoción y de acciones de otras índoles como escarbar etc., modificar parcialmente el medio ambiente facilitando el encuentro de alimentos o compañeros sexuales; sin embargo, para poder manejarse en su medio con cierta eficacia deben primero comprenderlo y luego accionar y controlar llos efectos de sus acciones lo cual realizan mediante los sentidos

## Capítulo III MÉTODO

### III.1 Tipo de investigación

La presente investigación es de tipo cuasi experimental con un diseño A-B-A, donde se observa a los sujetos antes del tratamiento, situación A o línea base; después se aplica el tratamiento, situación B; finalmente se observa nuevamente a los sujetos sin someterlos a tratamiento, situación A o línea base. En este diseño se debe ser

constante, haciendo el mismo número de mediciones y las condiciones han de ser estándares.

### III.2 Participantes

Para la presente investigación se trabajará con una muestra de 20 estudiantes de ambos sexos de la Universidad La Salle, de los cuales 9 son mujeres y 11 son hombres. Las edades de los participantes oscilan entre 19 y 26 años.

La selección de muestra de la presenta investigación es de tipo no probabilística, esto quiere decir que se seleccionó a los participantes de la muestra por conveniencia.

### III.3 Ambiente

El ambiente en el que se realizará la presente investigación se será laboratorios de computación de la Universidad La Salle, por la mañana.

### III.4 Variables

*Variable independiente:* Cuestionario e imágenes visuales, las cuales son referentes a gente de la calle en situaciones diarias para conseguir sustento.

*Variable dependiente:* Respuestas de los sujetos

### III.5 Instrumentos

El instrumento que se utilizará para la presente investigación constará de 7 ítems con 5 preguntas cerradas y 2 abiertas.

También se utilizarán imágenes en la segunda etapa (situación B).

### III.6 Procedimiento

*Fase I:* Selección de los participantes.

En esta fase se elegirán a los participantes de la investigación, dicha selección será aleatoria.

*Fase II:* Aplicación del instrumento.

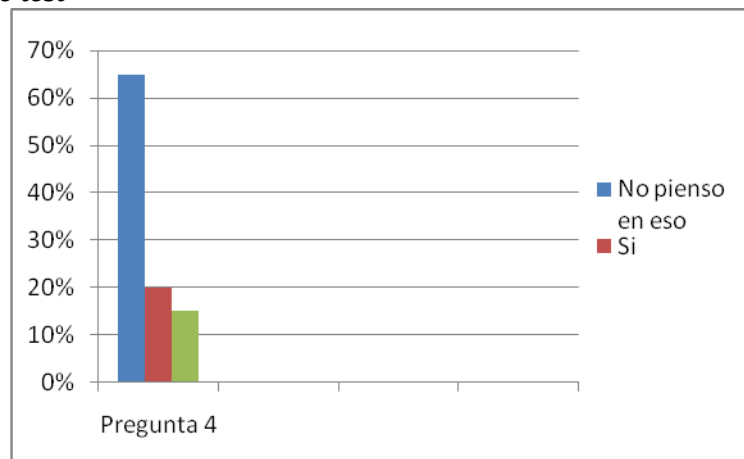
Será realizada en las instalaciones de la Universidad La Salle.

*Fase III:* Análisis de los datos.

Se configurarán los datos para posteriormente realizar el análisis total de la existencia de la variable, siguiendo los objetivos planteados

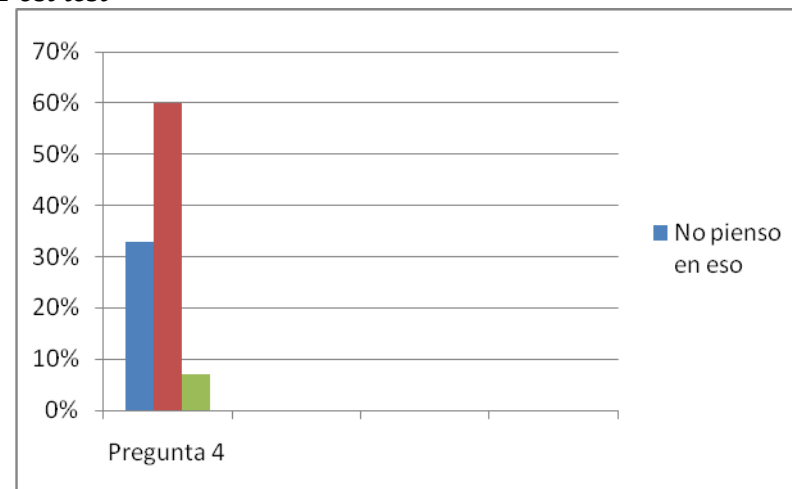
## Capítulo IV RESULTADOS

*Pre test*



En la gráfica siguiente se observan las respuestas iniciales de los participantes, antes de que se les muestren las imágenes. Las respuestas van así: Un 65% de las personas respondieron “no pienso en eso”, otro 20% respondió “si” y finalmente un 15% respondió “no”.

*Post test*



Posteriormente después de que se muestren las imágenes a los participantes, se puede observar que hubo un cambio significativo en las respuestas en comparación a las anteriores del pre – test: Un 33% de las personas mantuvo su respuesta a “no pienso eso”, un 60% de las personas cambio su respuesta a “si” y por último está un 7% personas que respondió “no”.

## Capítulo V CONCLUSIONES

Gracias a la aplicación de un diseño de tipo A-B-A se pudo ver claramente la influencia de la variable independiente, en este caso imágenes de pobreza.

En base a los datos obtenidos se puede ver que existe influencia del impacto visual en la percepción de los sujetos, donde en el pre-test tenemos respuestas diferentes a las del post-test.

Las respuestas del pre-test son generalmente indiferentes al tema, mostrando una idea de que la pobreza no influye en ellos. Por otro lado, la respuestas del post-test van más referidas a una análisis de lo que es la pobreza en el medio, mostrándose abiertos a ayudar al pobre o sensibles con su situación.

Se pudo también determinar paralelamente la percepción de la pobreza que tiene los sujetos, pudiendo usar los datos en investigaciones con otro objetivo pero dirigidas a un mismo tema.

#### REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- <http://laimagenfija.wordpress.com/la-imagen-la-percepcion-ilusiones-opticas/la-percepcion/>
- <http://www.eftmx.com/newsletter/emotions-perception-sp.html>
- [www.ipside.org/documentos/001psipob.doc](http://www.ipside.org/documentos/001psipob.doc)
- Tessier, R. (1994). Dimensiones ecológicas de la familia: la situación social de los niños. *Revista de Psicología de la*
- Acevedo, M. I. (1996). Factores de vulnerabilidad asociados a la condición de pobreza. Un enfoque ecosistémico cognitivo. Aprendizaje y comportamiento
- Estefanía, M. T. & Tarazona, D. (2003). Psicología y pobreza. ¿Hay algo psicológico en la pobreza o es la pobreza algo psicológico?
- Alarcón, R. (1986). Psicología, pobreza y subdesarrollo
- Saavedra & Planas (1996) citado en J. Whittaker (Ed.) La psicología social en el mundo de hoy
- Strumpel, B. (1979). Conducta y bienestar económicos: modelos y enfoques interdisciplinarios
- Ardila, R. (1979). Psicología social de la pobreza

## MÚSICA DE MOZART COMO UNA TÉCNICA DE RELAJACIÓN PARA NIÑOS DE 8 MESES

Por: Stephanie Galias

### Resumen

Dentro de las investigaciones realizadas sobre la música clásica y los últimos descubrimientos sobre los embarazos y el desarrollo de los bebés dentro del vientre han sugerido que la música clásica de Mozart es una técnica para la relajación de los bebés en su desarrollo intrauterino, dentro del vientre, como al nacer.

Se demostró que esta música ayuda a que los bebés se relajen de manera positiva y puedan dormir más tranquilos, en el experimento que se realizó se comprueba que la música clásica de Mozart influye que duerman de manera más profunda para un sueño de tranquilidad y paz.

La música clásica también estimula diferentes áreas de la corteza cerebral, haciendo que es la audición se estimule.

### Capítulo I INTRODUCCIÓN

#### I.1 Planteamiento del problema

La música clásica es una melodía que relaja tanto la mente como el cuerpo de un bebé de ocho meses y al hacerle escuchar podremos llevar a un descanso tranquilo antes de la siesta para llegar a la relajación del bebé.

#### I.2 Justificación

La investigación tiene una relevancia con fines académicos.

Relevancia social: Esta investigación ayudara a la relajación del bebe de 9 meses.

Relevancia Científica: Aportará con una investigación experimental manipulando la variable independiente para obtener la respuesta deseada.

### I.3 Objetivos

#### Objetivo General

Crear una técnica de relajación para la bebe de 9 meses mediante la música clásica durante las siestas.

#### Objetivos Específicos

- Comprobar la hipótesis planteada.
- Aplicar la investigación.
- Crear un estímulo musical para él bebe.

### 1.4 Hipótesis

La música clásica de Mozart es una técnica de relajación para los bebes antes y durante la siesta

## Capítulo II MARCO TEÓRICO

El término música clásica aparece por primera en 1836 y señala las composiciones europeas más destacadas del siglo anterior. Con el tiempo significa lo opuesto a la música popular en el lenguaje corriente. Es el nombre habitual de la música culta, académica, docta y otros. La música clásica, en la historia de la música y la musicología, es la música del clasicismo o período clásico (1750-1820). Es la música de tradición culta.

*Amadeus Mozart.*

Wolfgang Amadeus Mozart (1756-1791), compositor austriaco del periodo clásico. Uno de los más influyentes en la historia de la música occidental. Nació el 27 de enero de 1756 en Salzburgo, y lo bautizaron con el nombre de Johannes Chrysostomus Wolfgang Amadeus Mozart. Estudió con Leopold Mozart, su padre, conocido violinista y compositor que trabajaba en la orquesta de la corte del arzobispo de Salzburgo.

#### *Mozart influencia en los bebés.*

Se publicó hace algún tiempo un estudio que demostraba que los niños pueden oír dentro del vientre de la madre. Y que una excelente forma de hacer que el tránsito entre la vida dentro de la madre y la vida fuera de ella no resultara muy traumática, era gracias a la música. En los últimos meses del embarazo, es recomendable oyeran música de Mozart.

Hay unas cualidades en la música de Mozart que la convierten en especialmente indicada, según las investigaciones. Son sus ritmos y sus melodías de alta frecuencia, junto con la lógica formal y sobre todo la simplicidad de sus composiciones los que estimulan las regiones creativas y motivadoras del cerebro de niños y mayores.

Los pocos que han tratado de dar alguna base a la teoría de la música de Mozart para los bebés, han argumentado que este músico fue quien creó las melodías más variadas que existen. Se comprobó que la música de este genio activan la corteza auditiva y zonas asociadas con la emoción, también logra activar áreas del cerebro vinculadas con la coordinación motora fina, la visión y procesos superiores del pensamiento.

#### *Investigaciones sobre el efecto de Mozart. (Aportaciones)*

En 2003 la revista Nature publicó una investigación de la Universidad de California que reforzaba la idea concluyendo que solo diez minutos de una sonata para piano de Mozart bastaban para mejorar nuestro razonamiento espacial y relajante

### Capítulo III MÉTODO

#### III.1 Tipo de investigación

El tipo de investigación es exploratorio experimental por que se propone una variable la cual se manipula para ver si la técnica de la música clásica en las siestas ayuda a la relajación del bebe de 8 meses

#### III.2 Participantes

Para la presente investigación, se trabajó con un bebé de 9 meses.

#### III.3 Ambiente

El ambiente puede ser en el entorno familiar, la casa y el dormitorio de la bebe de 9 meses.

#### III.4 Variables

*Variable independiente* La Sinfonía nº 40 de Mozart, que se aplicará durante los primeros 5 minutos antes de la siesta y durante la siesta se repetirá 2 veces más la música seleccionada.

*Variable dependiente.* La relajación de la bebé de 9 meses durante las siestas: un bebe al dormir debe relajarse y la hora de la siesta es cuando empieza a descansar después de haber estado despierto durante la mañana.

#### III.5 Instrumentos

El instrumento que se utilizó es una pieza musical de Mozart

#### III.6 Procedimiento

Se le hará dormir mediante la música clásica de Mozart a las horas de 02:30 poniendo una sola pieza de la Sinfonía nº 40 durante el inicio de la siesta una de 8 minutos. Hasta que llegue

a dormir completamente. Durante toda la siesta el volumen se rebaja para que esté suave en el ambiente con 15 minutos. Esto se hace todos los días a la misma hora durante la siesta de la tarde. En la aplicación de la música se tiene preparado el CD con la pieza solo se utilizara una sola del intérprete clásico Mozart. Al iniciar la música tendrá un volumen más elevado que el volumen que se utilizara durante los 15 minutos.

### Capítulo IV RESULTADOS

| Hora     | Lunes | martes | Miércoles | Variables extrañas                                            |
|----------|-------|--------|-----------|---------------------------------------------------------------|
| 02:30 pm | x     | x      | X         | No hubo ninguna variable que afecto la investigación          |
| 03:30 pm | x     | o      | X         | Paso un avión e influyo en la siesta de la bebe martes        |
| 04:30 pm | x     | o      | X         | No pudo continuar con la siesta completa por el avión martes. |
| 05:00 pm | o     | x      | X         | Se produjo una variable extraña el lunes                      |

|  |                            |                      |                    |  |
|--|----------------------------|----------------------|--------------------|--|
|  | Siesta<br>semi<br>completa | Siesta<br>incompleta | Siesta<br>completa |  |
|--|----------------------------|----------------------|--------------------|--|

#### Capítulo IV CONCLUSIONES

Se pudo ver que la música de Mozart aplicada como una técnica para la siesta de un bebe fue de ayuda porque cuando se aplicó los tres días seguido la bebe presento un sueño profundo el ultimo día el cual nos dice que esta música relaja el sueño de una bebe. La hipótesis no se refuta la música clásica ayuda a que él bebe tenga un sueño profundo durante las siestas.

También esta música clásica no solo relaja a la mente también estimula las áreas auditivas del niño, antes de los cuatro años les ayudara a conocer melodías que fueron reconocidas como una música clásica innata y selectiva.

#### REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- [http://es.org/wiki/Efecto\\_Mozart](http://es.org/wiki/Efecto_Mozart)
- [http://es.org/Efecto\\_Mozart\\_beberelajados](http://es.org/Efecto_Mozart_beberelajados)

## PROGRAMA DE RELAJACIÓN DE LA DISCIPLINA FISICA YOGA

Por: Indira Mercado

#### Resumen

El siguiente trabajo fue realizado con el fin de elaborar un programa de relajación mediante la disciplina física del Yoga para que las personas lo puedan utilizarlo día a día, y de ese modo puedan evitar los efectos contraproducentes que ocasiona el estrés a las personas en su vida diaria

#### Capítulo I INTRODUCCIÓN

En la introducción de esta investigación se elaboró y explicó el problema, también se especifican los conceptos principales, formulando la pregunta de investigación. Se realizó una justificación contemporánea, científica y social, logrando así hacer un pequeño aporte dentro del conocimiento de la psicología.

##### I.1 Planteamiento del problema

En base a este trabajó se formuló la siguiente pregunta de investigación: ¿Se puede obtener una mejor relajación mediante la actividad física del yoga?

##### I.2 Justificación

La siguiente investigación fue realizada con fines académicos y principalmente tuvo el propósito de mostrar un tipo de disciplina

física como el Yoga para obtener una mejor relajación y evitar el estrés que las personas viven día a día

### I.3 Objetivos

#### Objetivo General

Investigar si el programa de yoga puede llevar a una relajación corporal, y así de ese modo combatir los efectos contraproducentes para la salud provocados por el estrés.

#### Objetivos Específicos

- Identificar los factores que influyen para la aparición del estrés.
- Identificar los factores que influyen en la relajación.
- Identificar los tipos de relajación que existen.

### 1.4 Hipótesis

La relajación corporal puede ser obtenida mediante la disciplina física del yoga y de esta manera evitar los efectos contraproducentes para la salud provocados por el estrés

## Capítulo II MARCO TEÓRICO

### *Relajación consciente*

“El Yoga progresa sistemáticamente por experiencia personal. Completa relajación del cuerpo y del espíritu, fuerte contracción del organismo para proporcionarle una vigorosa resistencia, profunda concentración para que el espíritu adquiriera un poder de control sobre la materia, respiración dinámica y rejuvenecimiento el cuerpo disciplinando el espíritu, tales son las bases de esta técnica milenaria que hace a los seres dotados de mayores posibilidades naturales” (Maestre Serge Raynaud de la Ferrière).

Las diversas disciplinas del Hatha Yoga implican la relajación profunda y consciente del cuerpo y la mente. La relajación, en este momento de la clase de Yoga, desvanece tensiones, genera una pausa adecuada para adentrarnos en nuestro propio cuerpo y nos prepara para una adecuada para asanas. Sin relajación no podemos avanzar en las diversas disciplinas del Hatha; por ello acentuar y dirigir una relajación tiene una connotación didáctica que favorece aprendizajes y experiencias posteriores a la práctica.

La relajación es un proceso multifacético que involucra el control consciente del sistema nervioso somático y su control sobre el músculo cardíaco, así como en la disminución de la actividad mental y emocional. No hay que hacer ejercicios de relajación demasiado tiempo (bastan una o dos veces al día durante 10 minutos).

De acuerdo con la tradición, uno de los objetivos principales del Hatha Yoga es entrenar el cuerpo y la mente para disciplinas superiores del Yoga que podríamos englobar con el concepto de “meditación”. La relajación es parte de este entrenamiento. Este último permite aprender a distensionar conscientemente cada parte de nuestro cuerpo. También es importante mantener la atención en los músculos, articulaciones y estructura de la postura realizada, mientras se respira desde el diafragma.

Lo primero y esencial es tener la mente libre de preocupaciones antes de comenzar la relajación. La relajación no requiere de artificios, únicamente la toma de consciencia de las diferentes partes del cuerpo en tensión y su proceso de relajación.

Con la práctica, es posible desarrollar la capacidad de relajarse de diferentes maneras y en breves instantes.

¿Por qué es tan importante, en nuestra época la relajación?

Primero debemos comprender a que se llama tono muscular. El tono se define como “la actividad de un músculo en reposo aparente.

El tono tiene una relación con nuestra mente, ya que el cuerpo ejerce control sobre las funciones mentales; es el vínculo entre el cerebro y los 656 músculos de nuestro cuerpo. Al estar tensos, esos músculos envían miles de impulsos nerviosos, produciendo en todo el cuerpo una gran excitación. Es como estar en una situación de peligro, estrés o angustia en forma permanente.

Por otro lado, cada cambio de consciencia actúa sobre el conjunto de tensiones. Se comprende, entonces, que al actuar sobre la tonicidad se puede influir sobre todo el organismo psicosomático.

El ritmo de vida actual, cada vez más rápido, nos induce con mayor frecuencia a estados de ansiedad y tensión nerviosa, que terminan enfermándonos y acortando nuestras expectativas de vida. Solo basta pensar como cada vez más personas entre los 25 y 40 años están sufriendo de hipertensión arterial, enfermedades cardíacas, caída de pelo, síndrome de colon irritable, por solo nombrar algunos padecimientos. Otro efecto dañino de la ansiedad y de la tensión nerviosa, son los bloqueos mentales que nos impiden pensar con claridad y, por ende, actuar con inteligencia y sensatez ante cualquier situación que requiera de nosotros respuestas adecuadas.

Las fuentes internas de estrés tienen su origen en nuestra alimentación, en la falta de entrenamiento psicofísico y en ciertos esfuerzos psicológicos tendientes a manejar las dificultades. Los estilos conflictivos de pensamiento pueden ser causa de enorme agitación interna. Diariamente todos experimentamos conflictos menores que consumen buena parte de nuestra energía y de nuestra fortaleza psíquica. Conflictos sencillos relacionados con nuestras metas cotidianas, como decidir entre ir a un lugar o quedarnos en casa, se encuentran entre los estresores de menor intensidad que, no obstante, tiene la capacidad de perturbarnos.

Además de los conflictos internos, las emociones indeseadas constituyen otra fuente interna de estrés. A veces sentimos

ansiedad o ira por algún acontecimiento del medio externo, pero a veces no les permitimos a esas emociones expresarse, y entonces siguen mortificándonos, convirtiéndose en una fuente interna de estrés. Cuando no podemos serenar nuestra mente o liberarnos de ciertas emociones, quedamos en un patrón de estrés interno.

En el organismo el estrés presenta una secuencia específica. Primero se presenta la situación o evento estresante que se denomina “estresor: cualquier evento que cause impacto o impresión en el organismo humano”. El estresor genera ciertas exigencias en el cuerpo con el fin de que este se encuentre listo para responder y, en consecuencia, el cuerpo debe adaptarse a ellas. Segundo, el estrés se presenta como resultado de esta misma necesidad de adaptarse: “la respuesta no específica a cualquier demanda”. El estrés es, entonces, el conjunto de cambios bioquímicos y físicos que se presentan en el organismo como resultado del evento estresante, o estresor.

Cuando el individuo lo rodean demasiados estresores, el nivel de estrés que experimenta su organismo puede superar su capacidad de adaptarse, lo cual lo hace vulnerable a sufrir alguna enfermedad física. En este momento es probable que la persona padezca las consecuencias patológicas del gran estrés que ha experimentado y contraiga alguna enfermedad. O, si el individuo sufre ya de alguna alteración orgánica, como por ejemplo dolores o enfermedades crónicas, su condición puede empeorar.

El punto clave es que el estrés es acumulativo, y que daña directamente el organismo.

### Capítulo III MÉTODO

#### III.1 Tipo de investigación

El diseño de esta investigación será cuasi experimental descriptivo ya que solo se tendrá el control sobre una variable que será el programa de relajación de yoga y se describirán los diferentes tipos de relajación.

#### III.2 Participantes

Estudiantes principiantes de yoga

#### III.3 Ambiente

La gran fraternidad universal

#### III.4 Variables

*Variable independiente.* Programa de relajación de la disciplina física yoga

*Variable dependiente.* La respuesta que cada participante tenga (relajación)

#### III.5 Instrumentos

- Asanas o posturas de yoga
- Relajación consiente
- Un equipo de sonido
- Colchonetas o mats

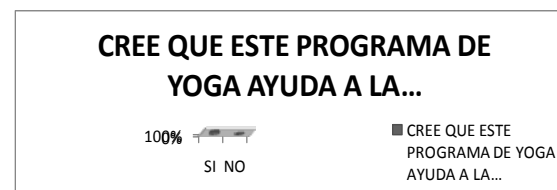
#### III.6 Procedimiento

Se trabajara a través de la animación pedagógica que es una metodología para enseñar y aprender. Se fundamenta en la vivencia, experiencia y trabajo de grupo, con base en actividades implícitas que son analizadas después de que cada grupo ha participado de ellas, donde el coordinador ha programado o

planificado una serie de ejercicios que serán utilizados para provocar y generar el aprendizaje colectivo y personal, dinámico grupal, razonamiento y creatividad. El tiempo a utilizarse en esta metodología será de una hora aproximadamente.

- Primero se procedió a la elaboración de un programa de relajación de la disciplina física Yoga para principiantes
- Posteriormente se elaboro un cuestionario
- Luego se puso en práctica el programa de relajación con estudiantes del tercer semestre de psicología de la Universidad La Salle instruidas por la profesora de Yoga Marlene J. Valverde España
- Y finalmente se tabularon los resultados y se procedió a elaborar una conclusión

### Capítulo IV RESULTADOS



Se pudo observar que en la primera pregunta el 100% de las respuestas fueron que este programa si podía ayudar a la relajación corporal.

### SIENTE Ud. QUE ESTA RELAJADO



En la segunda pregunta se pudo observar que el 100% de las respuestas fueron que si, los participantes se sentían relajados.

### CREE Ud. QUE CUANDO ESTA RELAJADO (A) REDUCE EL ESTRÉS



En la tercera pregunta se pudo observar que un 100% de la respuesta creían que cuando estaban relajados podían reducir el estrés.

#### Capítulo IV CONCLUSIONES

Mediante la presente investigación se pudo comprobar la hipótesis que fue propuesta y de este modo demostrar que el programa de relajación mediante la disciplina física del Yoga realizado puede producir una relajación corporal y así ayudar a

combatir los efectos contraproducentes para la salud que conlleva en estrés.

#### REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Red G.F.U. para la fraternidad humana “Una Clase de Yoga”. Coedición “Red G.F.U./Asociación Internacional de Yoga Yoguismo/solar fundación cultural colección “Yoguismo”.

#### CASO ÚNICO: CAMBIO EN EL HÁBITO DE FUMAR

Por: Raquel Peña y Carolina Camargo

#### Capítulo I INTRODUCCIÓN

##### I.1 Planteamiento del problema

El propósito de esta investigación es conocer el impacto de un video de concientización sobre los efectos del cigarrillo en la salud de las personas en un joven de 21 años que consume diariamente de 5 a 8 cigarrillos, mediante la aplicación de un cuestionario.

##### I.2 Justificación

Esta investigación tiene relevancia académica ya que es un trabajo presentado para la materia de Psicología Experimental IV, también tiene relevancia contemporánea ya que es un tema que tiene mucha importancia en la actualidad, al ser un problema que se acrecienta en la sociedad juvenil del país. También tiene

relevancia científica ya que es un aporte para investigaciones futuras que servirá como base de información.

### I.3 Objetivos

#### Objetivo General

Reducir la cantidad de cigarrillos que consume un joven de 21 años durante un día.

#### Objetivos Específicos

- Investigar sobre los efectos nocivos del cigarrillo en el cuerpo.
- Investigar cuales son los síntomas que se producen en el cuerpo a causa del consumo de cigarrillos.
- Aplicar un pre test al participante.
- Aplicar el instrumento.
- Aplicar un post test al participante.
- Recopilar los resultados.
- Analizar los resultados.

### 1.4 Hipótesis

El joven de 21 años reducirá su consumo diario de cigarrillos mayor al 50%, al presentarse un video de motivación para dejar de fumar

## Capítulo II MARCO TEÓRICO

### *El cigarrillo crea tanta ó mayor adicción que otras drogas*

La Nicotina es un poderoso estimulante. Es la que proporciona el sabor al cigarrillo y obliga a la persona a querer cada vez mayor cantidad. Después de inhalar la Nicotina, el flujo sanguíneo va acumulando la sustancia en cada célula del organismo y a medida

que el tiempo pasa, las células se acostumbran y piden más al cuerpo. Por ello, el fumador se vuelve irritable y nervioso; con el cigarrillo se "calma" y la Nicotina se convierte en un "tranquilizante" semejante a la cafeína. La experiencia demuestra que la nicotina está entre las drogas que crean mayor adicción, junto con la heroína y la cafeína.

### *Daños y síntomas que acusan daño en el cuerpo*

La siguiente es la lista de los síntomas que se generan como consecuencia del fumar:

- Cansancio por falta de oxígeno en las células.
- Dolor y pesadez en la cabeza.
- Ronquera e irritación en la garganta.
- Tos del fumador.
- Pinchazos en el pecho.
- Disminuye la capacidad pulmonar, disminuyendo los mecanismos de defensa del sistema respiratorio lo que hace al fumador más propenso a infecciones, gripes, etc.
- El cigarrillo en los jóvenes retrasa a niveles el crecimiento.
- En la mujer, si además usa anticonceptivos, se aumentan los riesgos de trombosis, se le envejecen los tejidos y se forman arrugas por resequedad en la piel.
- El semblante de un fumador es pálido y apergaminado, las encías se debilitan, los dientes se manchan y las hormonas se alteran. Las fumadoras llegan a la menopausia antes que otras mujeres.
- La Nicotina genera cáncer de la garganta, una úlcera viva que prácticamente no permite ni comer, ni beber, ni dormir al fumador.

### Capítulo III MÉTODO

#### III.1 Tipo de investigación

La investigación es la de caso único donde el diseño es intra-serie por que se observará el cambio sistemático dentro de una serie de datos examinados a través del tiempo, efectuándose mediciones simples de los datos que se desea investigar.

Se utilizará el “Diseño de Fase de Cambio Simple” por que se implementará el nivel de estabilidad y la tendencia dentro de una serie de datos tomadas bajo condiciones similares a través del tiempo. Un cambio en la condición influenciará en la conducta del sujeto, este diseño es A/B en que la condición A cambia al implementar la condición B, luego se examinará la estabilidad, el nivel y la tendencia del cambio concomitante en la serie de datos tomados bajo la nueva condición B

#### III.2 Participantes

La persona elegida a la cual se le aplicó el diseño de caso único tuvo que ser seleccionada por diferentes características, como por ejemplo ser un fumador frecuente, etc. La persona seleccionada es del sexo masculino, de 21 años de edad y fuma regularmente desde hace 6 años de los cuales son 5 que se considera adicto

#### III.3 Ambiente

La entrevista inicial se realizó en la ULS, la muestra del video se realizó en la casa del sujeto para minimizar la ansiedad, y los test aplicados antes y después de la prueba se realizó en la ULS.

#### III.4 Instrumentos

Primeramente se utilizó una entrevista semi dirigida donde se obtuvieron datos generales de la persona y ver su relación directa con los cigarrillos. Posteriormente se utilizó un test de ansiedad

relacionado con el tabaco, este es el test de tolerancia a la nicotina de Fagerström

*Video de motivación. Allen Carr (Es fácil dejar de fumar si sabes como)*

Es fácil dejar de fumar si sabes cómo (The Easy Way to Stop Smoking) primero fue un libro de Allen Carr en el que se plantea un método para dejar de fumar. Es reconocido como el sistema más eficaz. El libro ha sido traducido a más de veinticinco idiomas y vendido cerca de diez millones de copias en 45 países.

Los puntos que toma el video son los siguientes:

- Toma tu decisión
- No envidies a los fumadores
- Mata de hambre al monstruito
- Solo un cigarrillo no existe
- Sin sustitutos
- No llesves cigarrillos contigo ni los guardes en ningún sitio
- Evita “solo uno para ocasiones especiales”

### Capítulo IV RESULTADOS

#### *Primera entrevista*

En esta entrevista además de datos generales se obtuvieron los siguientes datos relevantes en relación a la nicotina y el individuo, además de la generalización de su entorno social respecto al mismo.

- El individuo fuma alrededor de 5 a 8 cigarrillos al día
- Sus familiares más cercanos (madre, abuelos, primos) también son adictos al cigarrillo
- Desde la primera vez que fumó pasaron 6 años de los cuales son 5 en la que se considera adicto

*Primer test.*

El resultado del test de tolerancia a la nicotina de Fagerström tuvo un puntaje de 7, el cual quiere decir que la persona tiene una elevada adicción a la nicotina.

*Segunda entrevista*

La persona después de ver el video sostuvo que tenía todas las intenciones de dejar de fumar y que lo haría desde ese momento.

*Segundo Test*

En este test se obtuvo un puntaje de 0, el cual muestra que ya no hay ansiedad ni dependencia por la nicotina.

#### Capítulo IV CONCLUSIONES

La investigación mostró que la persona después de mostrado un video de motivación para dejar de fumar, decidió dejar de hacerlo desde el momento en que terminó el video. El síndrome de abstinencia se presentaba pero era controlado por el sujeto como se mostraba en el video. Las instrucciones mostradas en el mismo fueron llevadas en su totalidad por el sujeto.

Ya no se presentaban deseos por fumar, no sentía la ansiedad que sentía antes cuando trataba de dejar de fumar, esta persona siente que puede llegar a controlar toda su ansiedad y hacerle caso omiso al mismo hasta el punto de dejar de sentir el síndrome de abstinencia por dejar de fumar.

Este caso muestra que el cerebro tiene una gran capacidad para intervenir en procesos fisiológicos, como ser la ansiedad, hasta tal grado en que puede eliminarla completamente. También es importante tener en cuenta el grado de motivación que tenía la persona antes de presentarse el video para dejar de fumar.

Son por estos motivos que se cumplieron todos los objetivos de dicha investigación y no se rechaza la hipótesis por que disminuyó su consumo de cigarrillos hasta llegar a 0 siendo el 100% de reducción de consumos del mismo.

#### REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- [www.anael.org/cigarro/index.htm](http://www.anael.org/cigarro/index.htm)
- <http://www.easywayecuador.com/metodo.htm>
- <http://www.comodejardefumar.com/>
- <http://www.quiero-dejar-de-fumar.com/allen-carr.html>
- <http://www.uiah.fi/projekti/metodi/271.htm>.

## HABILIDADES SOCIALES

Por: Indira Mercado, Lena Duchén y Stephanie Galias

### Capítulo I INTRODUCCIÓN

#### I.1 Planteamiento del problema

¿El sujeto Franco S. de la edad de 20 años tendrá un puntaje dentro del rango normal de la escala de las Habilidades Sociales?

#### I.2 Objetivos

##### Objetivo General

Evaluar si el sujeto Franco S. de la edad de 20 años presenta un rango normal dentro de la escala de Habilidades Sociales.

##### Objetivos Específicos

- Aplicar la prueba de la escala de Habilidades Sociales
- Identificar mediante los resultados las Habilidades Sociales más bajas y las más altas.
- Reforzar las Habilidades Sociales más bajas obtenidas del resultado.

### Capítulo II MARCO TEÓRICO

Las habilidades sociales es entendida como un sentido amplio que se manifiesta, pero las habilidades sociales son, la expresión de nuestros sentimientos, decir en público nuestra opinión, discrepar del punto de vista de la otra persona, iniciar una relación que nos interesa o poner un punto final en una relación que vemos que no conviene.

Pero hace pocas décadas se pone más énfasis en la adquisición de competencias técnicas para mejorar las relaciones interpersonales.

Hay personas que no se relacionan de manera constructiva en su entorno social, familiar y trabajo lo cual trae dificultades.

Estas dificultades para interactuar adecuadamente con otras personas hoy es considerada como un déficit en habilidades sociales. El objetivo del EHS, es medir la conducta asertiva o habilidades sociales.

Como hemos visto hoy en día, el desempeño de cualquier rol profesional exige conocer y dominar junto a capacidades conceptuales y técnicas, un conjunto de habilidades sociales.

Hoy en día numerosas definiciones han tratado de definir lo que es una conducta socialmente habilidosa, no habiéndose llegado todavía a un acuerdo explícito.

Teóricos como Meichenbaum, Butler y Grudsen (1981), afirman que es imposible desarrollar una definición consistente de competencia social ya que esta es parcialmente dependiente del contexto cambiante. La habilidad social debe considerarse dentro de un marco cultural determinado, y los patrones de comunicación varían ampliamente entre culturas.

Desde nuestro punto de vista consideramos que es necesario tener en cuenta tanto el contenido como las consecuencias al definir la conducta socialmente habilidosa, por tanto hemos considerado una definición que resalta el concepto de expresión y no olvida el reforzamiento. Basado como el aprendizaje.

Tal como lo hemos mencionado anteriormente, para que una conducta pueda considerarse como socialmente habilidosa deben tenerse en cuenta las personas, el contexto que la rodea y la interacción. En nuestra investigación el contexto lo da la organización municipal donde factores culturales y situacionales determinan las normas sociales, las personas son los mandos

medios y los funcionarios de los otros niveles de dicha organización.

La asertividad, Implica la expresión directa de los propios sentimientos, necesidades, derechos legítimos u opiniones sin amenazar o castigar a los demás y sin violar los derechos de esas personas.

#### *Habilidades que se evalúan*

*Autoexpresión.* En situaciones sociales. Este factor refleja la capacidad de expresarse uno mismo de forma espontánea, y sin ansiedad, en distintos tipos de situaciones sociales: entrevistas laborales tiendas y lugares oficiales, en grupos y reuniones sociales. Obtener una alta puntuación indica facilidad para interacciones en tales contextos, para expresar propias opiniones y sentimientos y hacer preguntas.

*Defensa de los propios derechos como consumidor.* Una alta puntuación refleja la expresión de conductas asertivas frente a desconocidos en defensa de los propios derechos en situaciones de consumo.

*Expresión de enfado o disconformidad.* La idea es de evitar conflictos o confrontaciones con otras personas, una puntuación alta indica la capacidad para expresar enfado, sentimientos negativos justificados con otras personas.

Una puntuación baja presenta la dificultad para expresar enfado y prefieren callarse lo que le molesta con tal de evitar conflictos con los demás.

*Decir no y cortar interacciones.* Refleja la habilidad para cortar interacciones que no se requieren mantener como cortar la charla con amigos a los que se les quiere interrumpir. Esta habilidad es la que permite cortar relaciones a largo plazo y corto haciendo que cortemos relaciones interpersonales que no se desean mantener por más tiempo.

*Hacer peticiones.* Esta dimensión refleja la expresión de peticiones a otras personas de algo que deseamos. Una puntuación

alta indicaría que la persona que la obtiene es capaz de hacer peticiones semejantes y sin dificultad, mientras que una puntuación baja indica la dificultad para expresar peticiones de lo que queremos a otras personas.

*Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto.* El factor se define por la habilidad para iniciar interacciones con el sexo opuesto, y poder hacer un cumplido, un halago, hablar con alguien que te resulta atractivo. Una puntuación alta indica la facilidad es dar la iniciativa para entablar una charla con el sexo opuesto. Una puntuación baja indicaría dificultad para llevar a cabo espontáneamente y sin ansiedad tales conductas.

## Capítulo III MÉTODO

### III.1 Tipo de investigación

El diseño que se utilizó para la investigación fue de tipo A - B - A reversible ya que se utilizó la Escala de Habilidades Sociales que es la variable independiente en una muestra de un sujeto de la edad de 20 años, después como línea base se usó un programa de actividades para aumentar la habilidad social mas baja y posteriormente se aplicó el mismo cuestionario de al finalizar el programa

El tipo de estudio de la investigación es de tipo cuasi experimental ya que se tendrá control sobre una variable que es la Escala de Habilidades Sociales

### III.2 Participantes

En la presente investigación se utilizó una muestra de un sujeto único de 20 años con el nombre de Franco S.

### III.3 Ambiente

El cuestionario de Habilidades Sociales fue llevado a cabo en la casa del sujeto Franco S.

### III.4 Variables

#### *Variable independiente*

- El test de Escala de Habilidades Sociales
- Actividades para reforzar las habilidades bajas

#### *Variable dependiente*

- Las respuestas del test de Escala de Habilidades Sociales
- Los niveles de puntuación de las habilidades sociales

### III.5 Instrumentos

Para esta investigación de caso único se utilizó un Test llamado Escala de Habilidades Sociales de Elena Gismero Gonzáles que consta de 33 preguntas y evalúa seis habilidades básicas que son las siguientes:

Elaboración de un programa de actividades para reforzar las habilidades bajas.

### III.6 Procedimiento

En la primera fase “A” se aplicó al sujeto Franco de la edad de 20 años la Escala de Habilidades Sociales, luego se corrigió la Escala de Habilidades Sociales que realizó el sujeto Franco y por último se pudo ver las habilidades que tiene más altas o dentro del promedio y las más bajas.

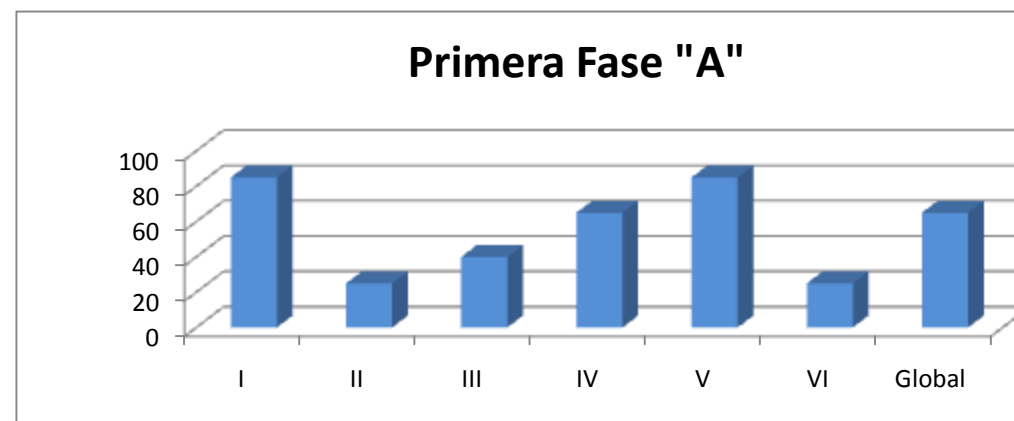
En la segunda fase “B” se realizó un programa de actividades que el sujeto Franco puede utilizar para reforzar las habilidades sociales que le salieron más bajas y con este poder mejorar.

En la tercera fase “A” después de una semana se volvió a aplicar la misma Escala de Habilidades Sociales, para observar si el sujeto a mejorado las habilidades más bajas que ha obtenido en la fase “A” mediante al programa que se le aplicó

## Capítulo IV RESULTADOS

En la primera fase “A” el sujeto Franco obtuvo en la Escala de Habilidades Sociales tres habilidades bajas del promedio normal las cuales fueron: expresión de enfado o disconformidad, defensa de los propios derechos como consumidor e iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto.

Las habilidades más altas en la Escala de las Habilidades Sociales fueron dos: autoexpresión en situaciones sociales y hacer peticiones.



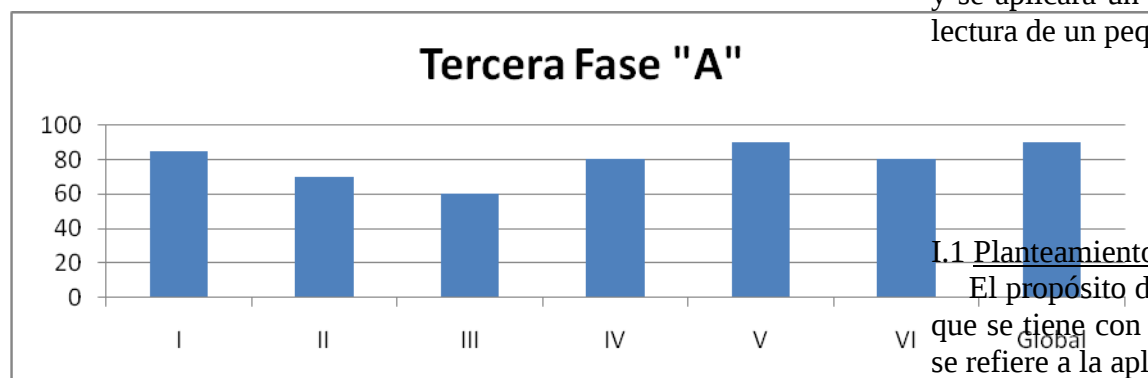
#### Programa para las dos habilidades más bajas

- Defensa de los propios derechos como consumidor: el sujeto Franco debe comenzar a tener más confianza en sí mismo y demostrar que puede reclamar los productos que están defectuosos. Primero debe comenzar con tiendas y compras pequeñas donde las cosas que reclame serán pequeñas, luego de superar estos pequeños

obstáculos el sujeto debe comenzar con cosas más grandes y que tengan mucha más importancia.

- Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto: el sujeto debe practicar primeramente comunicándose con integrantes de su familia del sexo opuesto donde el comience la charla. Luego debe comenzar una charla con amigas del la universidad o instituto comenzado con charlas pequeñas pero agradables e ir subiendo gradualmente a charlas más largas.

En la tercera fase “A” el sujeto Franco obtuvo en la Escala de Habilidades



## CASO DE ESTUDIO ÚNICO: PROGRAMA DE APRENDIZAJE DE LECTO ESCRITURA

Por: Estefanía Rodas

Resumen

El siguiente trabajo presenta el caso de un sujeto de 7 años de edad que se encuentra en la etapa de aprender a leer y a escribir. Se le aplicara un programa de ayuda para reforzar este procedimiento y se aplicara un dictado de palabras y frases acompañado de una lectura de un pequeño párrafo.

### Capítulo I INTRODUCCIÓN

#### I.1 Planteamiento del problema

El propósito del presente estudio es profundizar el conocimiento que se tiene con respecto a lo que es un estudio de caso único que se refiere a la aplicación de un tratamiento a un sujeto.

Es importante para el estudiante de psicología, sobre todo en la psicología clínica saber y aplicar lo que es el estudio de caso único.

Es así mismo importante conocer cómo se puede ayudar a reforzar el aprendizaje de lecto escritura de un niño.

¿Si se aplica un programa de aprendizaje de lecto escritura se puede reforzar este en un sujeto?

#### I.2 Justificación

*Psicológica:* Entender y aplicar un estudio de caso es fundamental para un estudiante de psicología

*Científica:* aportar con un estudio nuevo

*Social:* poder ayudar a reforzar el aprendizaje de lecto escritura en un niño.

### I.3 Objetivos

#### Objetivo General

Reforzar el aprendizaje de lecto escritura en un sujeto.

#### Objetivos Específicos

- Establecer un programa para el aprendizaje de lecto escritura.

## Capítulo II MARCO TEÓRICO

### *Etapas de la lectura*

La lectura requiere de un proceso de aprendizaje, y como tal se logra a través de un proceso gradual en el que se va adquiriendo cada vez mayor experiencia. La lectura no es inherente al cerebro humano, sino que debe ser aprendida y automatizada.

Existen tres etapas en el aprendizaje de la lectura:

*Logografica:* Reconocimiento de escrituras globales: Mamá, Coca-Cola, McDonalds, sin decodificación. Aquí no hay verdadera lectura sino un mero reconocimiento de la forma visual o logo, hay “actitud de lectura” pero no hay correspondencia grafema-fonema.

*Alfabetica:* comprensión del principio alfabético: asociación grafema-fonema, etapa de decodificación fonológica.

*Ortográfica:* reconocimiento de patrones ortográficos, necesario para la lectura fluída.

*Fluída-expresiva:* lectura del texto teniendo en cuenta la puntuación, expresión y el contexto. Implica el acceso directo a la semántica y un control automático del proceso de decodificación.

### *Etapas de la escritura*

Al igual que la lectura, la escritura no es inherente al cerebro humano sino que debe ser aprendida y automatizada, por lo cual necesita mediación de la enseñanza y tiempo para fijarla. Para leer al igual que para escribir, se requiere del conocimiento del abecedario (código arbitrario) y de la asociación con su correspondiente sonoro que son los fonemas (conciencia fonológica). El aprendizaje de la escritura también es gradual, por lo cual va evolucionando en la medida en que el niño va captando el principio alfabético.

Sus etapas son:

#### *Etapas pre-fonética:*

Presilábica: aún no hay comprensión del principio alfabético, por lo tanto no hay correspondencia grafema-fonema.

#### *Etapas fonética:*

Silábica: el niño puede detectar al menos un sonido de la sílaba, generalmente vocales o consonantes continuas.

Silábica-alfabética: el niño empieza a detectar y representar algunas sílabas en forma completa.

Alfabetica: el niño puede detectar todos los sonidos y representarlos adecuadamente con su letra.

#### *Etapas viso-fonética*

Ortográfica: el niño escribe respetando el código de escritura y sus excepciones.

## Capítulo III MÉTODO

### III.1 Tipo de investigación

El método utilizado en esta investigación es cuasi experimental ya que no existen el control total de las variables.

Con un tipo de diseño A-B-A.

### III.2 Participantes

El sujeto fue una niña de 7 años de edad (N.M).

### III.3 Ambiente

El ambiente donde se llevo a cabo la investigación fue la casa del sujeto.

### III.4 Instrumentos

Para esta investigacion se utilizo:

- Un programa de aprendizaje de lecto escritura que contiene tarjetas de imagenes con palabras y varias dinamicas
- Un dictado: un pequeño parrafo que narra la historia de una muñeca el cual se utilizo para que la niña lo escriba y lo lea.

### III.5 Variables

*Variable dependiente:*

La evolucion de la lecto escritura del sujeto

*Variables independientes:*

- El programa de aprendizaje de lecto escritura
- El dictado
- El parrafo de lectura

### III.6 Procedimiento

Por dos semanas, 2 horas diarias de lunes a viernes se le aplico al sujeto el programa de aprendizaje de lecto escritura

Primero se le enseno tarjetas de dibujos q las cuales abajo tenia los nombres de los objetos. La nina debia leer las tarjetas y luego escribirlas

Luego se hizo que la nina delectre las palabrazy las separe por silabas

Se comenzaron hacer frases con poemas y canciones de manera que la niña tambien identifique la ortografia de las palabras ya cuando se obtuvo que la nina lea y escriba frases completas sin problema y fluidez se le aplico el dictado y la lectura del parrafo para luego preguntarle que habia entendido del mismo y saber cual era su grado de comprension Finalmebnte se puntuo este dictado y lectura midiendo la comprension, ortografia manejo de escritura y rapidez de lectura

## Capítulo IV RESULTADOS

- ortografia 3
- rapidez en la lectura 2,5
- escritura de las palabras 4
- comprension de la lectura 3

\*esta puntuación es sobre cinco puntos la cual se realizo con el dictado y la lectura del párrafo:

## Capítulo V CONCLUSIONES

La pregunta de investigacion fue respondida positivamente asegurando que luego de aplicar un programa de aprendizaje de lecto escritura se puede refozar este y mejorar los deficits que tenga el sujeto respecto a esto.

Se recomienda seguir con el programa y seguir reforzando la lecto escritura del sujeto poniendo mas enfasis en la rapidez y comprension de la lectura como en la ortografia en el momento de la escritura.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- <http://blog.jel-aprendizaje.com/procesos-de-adquisicin-de-la-lectura-y-escritura.php>

**IMPACTO DEL TEST DE MÚLTIPLES  
INTELIGENCIAS EN LA ELECCION DE CARRERA**

Por. Deborah García

Resumen

La teoría de las inteligencias múltiples es un modelo propuesto por Howard Gardner en el cual la inteligencia no es vista como algo unitario, que agrupa diferentes capacidades específicas con distinto nivel de generalidad, contrario a esto es vista como un conjunto de inteligencias múltiples, distintas e independientes. La inteligencia es definida como la capacidad cerebral por la que conseguimos penetrar en la comprensión de las cosas eligiendo el mejor camino. La formación de ideas, el juicio y razonamiento son actos esenciales e indicadores de la inteligencia. Haciendo un contraste a esta definición Howard Gardner empezó definiendo la inteligencia como la capacidad de resolver problemas o crear productos que son valorados en uno o más contextos culturales. Dos décadas después ofrece una definición más refinada y define las inteligencias múltiples como un potencial biopsicológico para procesar información que se puede activar en un marco cultural para crear problemas o crear productos que tienen valor para una cultura (Gardner,1999) Este cambio en las definiciones es importante ya que nos indica que las inteligencias no son algo tangible ni concreto, una cultura y todas sus actividades son factores determinantes para desarrollar y mostrar unas capacidades potenciales en un individuo.

Capítulo I

## INTRODUCCIÓN

### I.1 Planteamiento del problema

El propósito de esta investigación es conocer los conceptos relacionados con las inteligencias múltiples y averiguar cuál de estas inteligencias predomina en sujeto experimental, estudiante de la carrera de Ingeniería comercial. A través de esta investigación se pretende realizar un protocolo que evalúe cada una de estas inteligencias e indicar la forma de mejorarlas a través de ejercicios.

### I.2 Justificación

Esta investigación tiene relevancia académica ya que servirá a los estudiantes de psicología como una fuente de información relacionada con las inteligencias múltiples, los conceptos que estas implican y la forma en se pueden desarrollar y alcanzar el máximo potencial posible explotando una a una estas inteligencias. Es también un aporte para cualquier persona ya que adjuntamente se presenta un protocolo que permite evaluar a personas para determinar cuál de estas inteligencias es la predominante y presenta un conjunto de recomendaciones que indican la forma de mejorar el rendimiento en las áreas que exista mayor deficiencia.

### I.3 Objetivos

#### Objetivo General

Determinar el impacto del test de múltiples inteligencias en la elección de carrera del sujeto experimental.

#### Objetivos Específicos

- Investigar los conceptos relacionados con las inteligencias múltiples.
- Estructurar la información.
- Plantear una hipótesis.
- Aplicar un instrumento.

- Recopilar los resultados.
- Analizar los resultados obtenidos.
- Elaborar las conclusiones de acuerdo a los resultados obtenidos.
- Elaborar un protocolo que permita medir las inteligencias múltiples.
- Estructurar un conjunto de recomendaciones que permitan desarrollar al máximo cada una de estas inteligencias.

### I.4 Hipótesis

El sujeto experimental estudia una carrera acorde a su inteligencia predominante

## Capítulo II MARCO TEÓRICO

### *Inteligencia lingüística-verbal*

Radica en la competencia de usar las palabras de una forma creativa y eficaz, tanto en las expresiones orales como escritas. Supone siempre, tener una gran habilidad en el uso de la sintaxis, la fonética, la semántica y los usos pragmáticos del lenguaje.

El don del lenguaje es universal y su desarrollo en los niños es sorprendentemente similar en todas las culturas. Incluso en el caso de personas sordas a las que no se les ha enseñado explícitamente un lenguaje por señas, a menudo inventan un lenguaje manual propio y lo usan espontáneamente.

### *Inteligencia lógico-matemática*

Es la inteligencia que hace posible cálculos, cuantificar, considerar proposiciones, establecer y comprobar hipótesis y llevar a cabo operaciones matemáticas complejas.

### *Inteligencia espacial*

Es la habilidad con las imágenes, sean estas de la propia mente o con el mundo exterior.

Capacidad para percibir con precisión el mundo visual y espacial, llevar a cabo transformaciones sobre las percepciones e imaginar movimiento o desplazamiento interno entre las partes de una configuración.

### *Inteligencia musical*

Es la capacidad para percibir, discriminar, transformar y expresar las formas musicales, sensibilidad al ritmo, al tono, al timbre, a la frecuencia y a la melodía, y aislar sonidos en agrupamientos musicales.

### *Inteligencia corporal-kinestesica*

Es la habilidad para utilizar el propio cuerpo, para expresar una emoción, para competir en un juego, para crear un nuevo producto, etc.

### *Inteligencia naturalista*

Es la sensibilidad y la comprensión del mundo natural.

Capacidad de identificación del lenguaje natural y capacidad de curiosidad y disfrute ante el paisaje humanizado o no.

### *Inteligencia emocional-interpersonal*

Esta inteligencia hace referencia a la capacidad para acceder a los sentimientos propios y discernir las emociones íntimas, pensar sobre los procesos de pensamiento.

Implica conocer los aspectos internos del yo, los sentimientos y el amplio rango de emociones, la autorreflexión y la intuición.

### *Inteligencia intrapersonal*

Es la capacidad de percibir y comprender a otras personas, descubrir las fuerzas que las impulsan y sentir gran empatía por el prójimo; discernir y responder de manera adecuada a los estados de

ánimo, los temperamentos, las motivaciones y los deseos de los demás.

## Capítulo III MÉTODO

### III.1 Tipo de investigación

Es un diseño experimental de tipo hipotético-deductivo.

### III.2 Participantes

Estudiante de la carrera de Ingeniería comercial de la Universidad del valle de La ciudad de La Paz.

### III.3 Ambiente

Casa del sujeto experimental.

### III.4 Instrumentos

- Test de intereses
- Test sobre las inteligencias múltiples.

### III.6 Procedimiento

*Fase I:* Selección de los participantes.

En esta fase se elegirán a los participantes de la investigación, dicha selección será aleatoria.

*Fase II:* Aplicación del instrumento.

Será realizada en las instalaciones de la Universidad La Salle.

*Fase III:* Análisis de los datos.

Se configurarán los datos para posteriormente realizar el análisis total de la existencia de la variable, siguiendo los objetivos planteados

#### Capítulo IV RESULTADOS

Los resultados obtenidos de la aplicación del test de las inteligencias múltiples se muestran en la siguiente tabla:

| Inteligencia  | %  |
|---------------|----|
| Lingüística   | 76 |
| Matemática    | 55 |
| Espacial      | 69 |
| Kinestésica   | 72 |
| Musical       | 70 |
| Interpersonal | 84 |
| Intrapersonal | 68 |
| Naturista     | 62 |

#### Capítulo V CONCLUSIONES

De acuerdo con los resultados obtenidos la hipótesis planteada no se rechaza ya que nueve de los doce participantes tienen la inteligencia interpersonal de forma predominante lo que quiere decir tiene la capacidad de entender a los otros y relacionarse eficazmente con ellos, poseen una gran sensibilidad para entender las expresiones faciales, la voz, los gestos, las posturas, para responder adecuadamente. La inteligencia interpersonal se constituye a partir de la capacidad nuclear para sentir distinciones entre los demás, en particular, contrastes en sus estados de ánimo, temperamento, motivaciones e intenciones. Esta inteligencia permite leer intenciones y los deseos de los demás, aunque se los hayan ocultado. Lo que es sumamente importante para este sujeto ya que va muy relacionado con la carrera que ha elegido debido a que en el ámbito laboral va a tener que relacionarse bastante con la gente y poder establecer buenas relaciones con estos y entender sus necesidades.