

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN
Escuela de Posgrado
Unidad de Posgrado en Educación



Una Institución Adventista

**EFFECTOS DEL PLAN PEDAGÓGICO “ESTOY CAMBIANDO” EN EL
DESARROLLO DE LA PUBERTAD DE LOS ALUMNOS DEL
SEXTO GRADO DE PRIMARIA DE LA ESCUELA
ADVENTISTA “UNIÓN MIRAFLORES”
DE LIMA**

Tesis presentada para obtener el grado académico
de Magíster en Educación con mención en
Psicología Educativa

Por

Zoraida Ruth Plasencia Salcedo

Lima, Perú

Noviembre, 2014

A mis queridos alumnos,
quienes fueron puestos por Dios
en mis manos para educarlos integralmente
y llevarlos hacia Él.

AGRADECIMIENTOS

A Dios, por guiarme, fortalecerme, aconsejarme, por ser mi Padre fiel, quien puso en mi camino grandes personas que me apoyaron en la realización de este trabajo.

A mi esposo, Armando Avendaño, por acompañarme durante este recorrido.

A mi amada hija, Ruth Valeria, por su cariño, paciencia, alegría y sobre todo por brindarme mucho del tiempo que le pertenece.

A mis amados padres, Anna y Orlando, quienes son el motor y una de mis mayores razones para lograr mis metas y objetivos, por su apoyo constante, su comprensión y aliento demostrado en cada paso del camino.

A mis hermanos, Vanessa y Samuel, por estar presentes en todo momento que los necesité.

A mi tío, Belisario Salcedo, por haberse interesado en mi proyecto y haberme brindado su apoyo incondicional.

A la Mg. Gissel Arteta Sandoval, docente de la Universidad Peruana Unión, por su constante apoyo, paciencia y tiempo que dedicó para el desarrollo de esta tesis.

A la Mg. Ana Casildo Bedón, docente de la Universidad Peruana Unión, por su motivación, instrucción y tenacidad para alentarme en la culminación de esta tesis.

A mi maestro, el Psicólogo Juan Melgar Ramírez, por incentivar-me siempre a avanzar y a dar lo mejor de mí por la educación adventista.

A la Asociación Educativa Adventista Central Sur, por brindarme su apoyo constante.

A la Lic. Flor Flores y Lic. Elizabeth Gil, por brindarme todo el apoyo necesario en la Institución Educativa Adventista Miraflores, para realizar la aplicación del presente trabajo.

A mi amiga, Kelly Espejo, por motivarme y ayudarme en la búsqueda de todos los materiales que se necesitaron en este proyecto.

A la Psicóloga Estefany Félix, por sus recomendaciones para lograr el objetivo propuesto.

A mis compañeras de grado, Lic. Myriam Sillo y Lic. Yudy Bráñez, quienes me ayudaron en la aplicación del plan pedagógico trabajado en esta tesis.

A mis amigos y compañeros, quienes me instaron a seguir adelante para cumplir este objetivo.

TÉRMINOS Y SÍMBOLOS USADOS

- **MINSA:** Ministerio de salud del Perú.
- **OMS:** Organización Mundial de la Salud.
- **GnRH:** Hormona liberadora de gonadotropina
- **HFE:** Hormona foliculoestimulante
- **HL:** Hormona luteinizante
- **SPM:** Síndrome premenstrual
- **UNICEF:** United Nations International Children's Emergency Fund
(Fondo Internacional de Emergencia de las Naciones Unidas para la Infancia)
- **CEDRO:** Centro de Educación e Información para la Prevención del Abuso de drogas

TABLA DE CONTENIDO

DEDICATORIA.....	ii
AGRADECIMIENTOS	iii
TÉRMINOS Y SÍMBOLOS USADOS.....	v
TABLA DE CONTENIDO.....	vi
ÍNDICE DE TABLAS.....	x
ÍNDICE DE ANEXOS.....	xi
RESUMEN.....	xii
ABSTRACT.....	xiii
INTRODUCCIÓN.....	xiv
CAPÍTULO I	
EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	
1. Planteamiento del problema	1
1.1 Descripción de la situación problemática	1
1.2 Planteamiento y formulación del problema	9
1.2.1 Problema general	9
1.2.2 Problemas específicos	9
2. Finalidad e importancia de la investigación	9
2.1 Propósito	9
2.2 Relevancia social	10
2.3 Relevancia pedagógica	11
3. Objetivos de la investigación	12
3.1 Objetivo general	12
3.2 Objetivos específicos	12

4. Hipótesis de estudio	12
4.1 Hipótesis principal	12
4.2 Hipótesis derivadas	12
5. Variables de estudio	13
5.1 Operacionalización de variables	14
CAPÍTULO II	
FUNDAMENTO TEÓRICO DE LA INVESTIGACIÓN	
1. Antecedentes de la investigación	17
2. Bases teóricas	21
2.1 Marco histórico	21
2.2 Marco teórico	25
2.2.1 La pubertad	25
a. Dimensión física	29
• Desarrollo sexual	31
(i) Características sexuales primarias	32
(ii) Características sexuales secundarias	33
• Desarrollo anatómico	35
• Cambios hormonales en la pubertad	37
(i) Glándula hipófisis	38
(ii) Hormonas gonadotróficas	38
(iii) Hormona del crecimiento	39
(iv) Glándulas suprarrenales	39
(v) Glándulas sexuales	39
a. Dimensión emocional	41
• Conocimiento de sí mismo	43
• Asertividad	49

• Habilidades interpersonales	50
2.2.2 Riesgos a prevenir en la pubertad	50
2.2.3 Importancia del rol paterno	52
2.2.4 Postura de la filosofía educativa adventista	54
2.3 Marco conceptual	56
2.3.1 Adaptación social	56
2.3.2 Autoestima	57
2.3.3 Carácter	57
2.3.4 Desarrollo puberal	57
2.3.5 Espacio vital	58
2.3.6 Espermarquia	58
2.3.7 Familia	58
2.3.8 Habilidades sociales	58
2.3.9 Identidad	58
2.3.10 Menarquia	58
2.3.11 Púber	59
CAPÍTULO III	
MÉTODO DE LA INVESTIGACIÓN	
1. Tipo de estudio	60
2. Diseño de la investigación	60
3. Población	60
4. Recolección de datos y procesamiento	61
5. Instrumentos utilizados	61
5.1 Elaboración del inventario	61
5.2 Plan pedagógico “Estoy cambiando”	62
5.3 Validez y confiabilidad del instrumento	66

5.2.1 Validez del instrumento	66
5.2.2 Confiabilidad del instrumento	66
CAPÍTULO IV	
RESULTADOS Y ANÁLISIS DE LA INVESTIGACIÓN	
1. Análisis lógico mediante la prueba estadística específica	67
2. Análisis comparativo mediante tablas de frecuencia	69
CONCLUSIONES	
CONCLUSIONES	72
RECOMENDACIONES	74
LISTA DE REFERENCIAS	75
ANEXOS	83

ÍNDICE DE TABLAS

N°	Título	Pág.
1.	Distribución de las variables	14
2.	Estadísticos de confiabilidad	66
3.	Grado de significancia del Plan pedagógico "Estoy cambiando" en los púberes del sexto grado de la Escuela Adventista "Unión Miraflores".	68
4.	Grado de significancia del Plan pedagógico "Estoy cambiando" en el conocimiento de los cambios físicos de los alumnos del 6to grado de la Escuela Adventista "Unión Miraflores".	68
5.	Efecto del Plan pedagógico "Estoy cambiando" en el conocimiento de los cambios emocionales de los alumnos del 6to grado de la Escuela Adventista "Unión Miraflores".	69
6.	Efecto del Plan pedagógico "Estoy cambiando" en los púberes del sexto grado de la Escuela Adventista "Unión Miraflores".	69
7.	Efecto del Plan pedagógico "Estoy cambiando" en el conocimiento de los cambios físicos de los alumnos del 6to grado de la Escuela Adventista "Unión Miraflores".	70
8.	Efecto del Plan pedagógico "Estoy cambiando" en el conocimiento de los cambios emocionales de los alumnos del 6to grado de la Escuela Adventista "Unión Miraflores".	71

ÍNDICE DE ANEXOS

N°	Título	Pág.
1.	Instrumento de investigación	83
2.	Plan pedagógico “Estoy cambiando”	85
3.	Validación por juicio de expertos	127
4.	Tabla de análisis comparativo mediante tablas de frecuencia	130
5.	Carta de consentimiento	132

RESUMEN

El objetivo de este trabajo de investigación es determinar el efecto que tiene el Plan pedagógico “Estoy cambiando” en el desarrollo de la pubertad de los alumnos del sexto grado de primaria de la Institución Educativa Adventista “Unión Miraflores” de Lima.

En cuanto a la metodología se utilizó el tipo de estudio preexperimental. Esto nos permitió explicar el efecto que tiene la variable independiente sobre la variable dependiente, en la población total de los alumnos del sexto grado de primaria de la Escuela Adventista Unión Miraflores que está presentando cambios relacionados con la pubertad y que fue expuesto para el efecto del plan pedagógico “Estoy cambiando”.

Se concluyó corroborando satisfactoriamente el objetivo de la investigación; es decir, existe una mejoría positiva producida en el desarrollo de la pubertad de los alumnos del sexto grado de primaria de la escuela adventista Unión Miraflores, gracias a la aplicación del plan pedagógico “Estoy cambiando”.

Palabras claves: pubertad, desarrollo físico, desarrollo emocional.

ABSTRACT

The objective of this research is to determine the effect of the educational Plan "I'm changing" in the development of puberty students of sixth grade Adventist School "Union Miraflores" Lima.

As for the type of pre-experimental methodology study was used. This allowed us to explain the effect of the independent variable on the dependent variable, the total population of students in the sixth grade Adventist School Union Miraflores is presenting associated with puberty and was exposed to the effect of changes educational plan "I'm changing."

It was concluded successfully corroborating the research objective, ie there is a positive improvement produced in the pubertal development of students in the sixth grade of Adventist School Union Miraflores, thanks to the implementation of the educational plan "I am changing".

Keywords: puberty, physical development, emotional development.

INTRODUCCIÓN

La razón de esta investigación es hacer un estudio sobre cómo un plan pedagógico puede lograr efectos positivos sobre los cambios que se producen durante la pubertad, etapa por la cual pasan los alumnos del sexto grado de primaria.

Los resultados que se presentan dan cuenta de los efectos que produce el plan pedagógico “Estoy cambiando”, y se considera que los maestros de sexto grado de instituciones educativas afines a la Escuela Unión Miraflores, puedan conocer los resultados obtenidos y acaso aplicarlo en sus propios contextos educativos.

Existen investigaciones a nivel internacional que fundamentan la importancia de intervenir para que los cambios que se generan en la pubertad sean afrontados con conocimiento de los cambios físicos y emocionales que ocurren en la persona.

Este trabajo tiene como propósito presentar el inicio de una serie de investigaciones para analizar dichos cambios que se producen en la fase inicial de la adolescencia, buscar mejoras en beneficio de los resultados académicos de los alumnos.

En el primer capítulo se presenta el planteamiento del problema donde se enfatiza las características de las personas en la etapa de la pubertad, analizando la situación de los púberes a nivel mundial, sudamericano, del país y de Lima, se observa que existen situaciones de

muchas vulnerabilidad. Todo esto afecta el desarrollo normal y equilibrado. Aquí nace entonces la pregunta: ¿Cuáles son los efectos del plan pedagógico “Estoy cambiando” en el desarrollo de los alumnos que están en la etapa de la pubertad? Este capítulo también presenta los objetivos (general y específicos), las hipótesis (principal y derivadas) y la operacionalización de las variables independiente y dependiente.

En el segundo capítulo se investiga las fuentes temáticas, autores que se han dedicado a elaborar investigaciones similares en diversos contextos.

En el tercer capítulo se presenta la forma de organización y el diseño de trabajo, tiene las siguientes secciones: Tipo de estudio cuantitativo, descripción de la población, el instrumento utilizado para la recolección de datos y el paquete que procesó los mismos.

En el capítulo cuatro se presentan los resultados en tablas de análisis de acuerdo a cada uno de las dimensiones del desarrollo de la pubertad de estudio, además se interpretan los resultados y se explican de acuerdo con los parámetros de la investigación. Culminamos presentando las conclusiones que analizan los efectos del plan pedagógico “Estoy cambiando”, al igual que las recomendaciones dirigidas a los docentes del sexto grado de primaria de diferentes instituciones educativas afines, como a futuras investigaciones en el mismo tema.

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA DE LA INVESTIGACIÓN

1. Planteamiento del problema

1.1 Descripción de la situación problemática

En la actualidad los adolescentes están expuestos a muchos peligros que por diversos factores pueden afectar su integridad física o emocional. Papalia (2001) dice que la adolescencia temprana se inicia en la pubertad, entre los 10 y 12 años. Por lo tanto, se busca intervenir en esta etapa de inicio para prever situaciones que se observan en el grupo adolescente a nivel mundial.

En el informe sobre El Estado Mundial de la Infancia de 2011, realizado por la UNICEF, Anthony Lake, director ejecutivo, dice:

Hoy en día, 1.200 millones de adolescentes se encuentran en la encrucijada entre la infancia y el mundo adulto. Nueve de cada 10 viven en el mundo en desarrollo y afrontan grandes dificultades – desde acceder a la enseñanza hasta, sencillamente, permanecer con vida– que son incluso mayores para las niñas y las mujeres jóvenes. El informe da cuenta, con dolorosa claridad, de los peligros que encaran los niños y niñas adolescentes: los traumatismos que cobran 400.000 vidas todos los años; los embarazos y partos a temprana edad, una de las principales causas de mortalidad entre las niñas adolescentes; las presiones que impiden a 70 millones de adolescentes asistir a la escuela; la explotación, los conflictos violentos y las peores formas de abuso a manos de los adultos. También examina los riesgos que conllevan las nuevas tendencias; por ejemplo, el cambio climático, cuyos efectos en muchos países en

desarrollo ya están socavando el bienestar de incontables adolescentes; y la situación laboral, marcada por una tremenda falta de oportunidades de empleo para la gente joven, especialmente en los países pobres. La adolescencia no es solamente una etapa de vulnerabilidad; también es una época llena de oportunidades, sobre todo para las niñas. Sabemos que cuanto más educación reciban las niñas, más probable es que retrasen el matrimonio y la maternidad, y que sus hijos gocen de mejor salud y educación. Proporcionar a los jóvenes las herramientas que necesitan para mejorar sus vidas, y motivarlos a participar en las iniciativas que buscan mejores condiciones para sus comunidades, equivale a invertir en el fortalecimiento de sus sociedades (p. iii).

Engebak (2001) refiere que América Latina y el Caribe se enfrentan, hoy más que nunca, al reto de responder a las necesidades y exigencias planteadas por aquellos niños que, dejando atrás la infancia, se encaminan ahora hacia el mundo adulto. Por eso, la UNICEF quiere dar visibilidad a los derechos humanos de los adolescentes, entre los 12 y 18 años, quienes conforman alrededor del 20% de la región total y viven en circunstancias diversas y en nuevos contextos de riesgo, que las generaciones precedentes no conocieron.

En relación con el Perú, la UNICEF muestra que los adolescentes peruanos tienen una serie de características especiales. Algunos datos principales sobre su situación actual son los siguientes:

Hay algo más de 3, 600,000 peruanos entre los 12 y 18 años de edad, lo que representa casi el 13% de la población. De ellos el 50,63% son hombres y el 49,3% mujeres.

En el año 2003, el 73,5% de los adolescentes peruanos residían en el área urbana y el 26,5% en el área rural.

Se estima que, en el campo, el 74% de los jóvenes son pobres mientras que en la ciudad el porcentaje es de 39,8%. La exclusión y la inequidad son el orden del día para estos chicos.

En el 2003, se matricularon en secundaria 2 millones 300 mil alumnos, es decir la mitad de aquellos que accedieron a la primaria. El acceso a la educación secundaria en el campo es aún muy deficiente, pues sólo el 50% de ellos logra acceder (frente al 80% en zonas urbanas). Igualmente, el 42% de los chicos y chicas pobres no van a la escuela secundaria, una cifra preocupante si se le compara con el 13% característico de otros grupos socioeconómicos.

Un 33% de los adolescentes, entre los 12 y 18 años, realiza actividades económicas y la mitad de ellos combina el trabajo con el estudio. Se estima que en el ámbito rural, el 40% de niños y adolescentes en el Perú trabaja en actividades agropecuarias con serios efectos en la escolaridad (49% de los que trabajan y asisten a la escuela tienen uno o más años de atraso escolar). Finalmente, el 62% de las adolescentes trabajadoras del hogar (cuyo número es difícil estimar) no asiste a la escuela y tiene una jornada semanal de 57 horas.

La maternidad adolescente es cuatro veces mayor en adolescentes sin educación (37%) que en las que tienen educación secundaria. Lo alarmante es que en el departamento de Loreto los indicadores muestran que el 26% de las adolescentes ya son madres de familia. En la sierra el porcentaje es de 15% y en la costa de 8,5%. Es evidente que las inequidades sociales existen: ser pobre y haber nacido en la selva

determina un modo de vida que, en la mayoría de los casos, perpetúa las diferencias acentuando los conflictos sociales.

De los 17,054 casos de enfermedad reportados, 826 corresponden a niños y adolescentes. De esta última cifra, 430 son adolescentes entre los 15 y los 19 años (299 hombres y 131 mujeres). En el ranking nacional, Loreto ocupa el cuarto puesto, Piura el quinto, La Libertad el sexto y Lambayeque el noveno. En el Perú, el 75% de nuevos casos de Sida se da entre jóvenes.

Según cifras del Poder Judicial, hasta abril del 2004 había a nivel nacional 1.309 adolescentes infractores internados en Centros Juveniles, de los cuales sólo 885 habían sido sentenciados, y 424 aún continúan en condición de procesados.

En la ciudad de Lima, Minsa (La República, 2009) presentó un documento indicando que la población adolescente y joven representa más de la tercera parte de la población total, razón por la cual el país es considerado como una nación de adolescentes y jóvenes.

En el mismo informe, Palomino (2009) señala que nuestro país atraviesa por un “Bono demográfico”, fenómeno que es considerado por algunos expertos como un “milagro económico” debido a que el buen aprovechamiento del mismo garantizaría el desarrollo del país. Acotó también que ya que la mayoría de nuestra población está compuesta por adolescentes, es necesario darle la importancia debida a este segmento para obtener más logros en el futuro de nuestro país.

El Comercio (2012) manifiesta que el consumo de alcohol entre un gran sector de la población pre adolescente, adolescente y joven de Lima se ha vuelto más frecuente en los últimos años, llegando a ser, en su mayoría, dos veces a la semana, según un estudio revelado por Cedro.

La investigación, trabajada con 436 personas que acudieron a Cedro en busca de ayuda, reveló que el nivel de consumo de alcohol es el mismo entre los pre adolescentes (12-15 años), los adolescentes (16-20 años) y los jóvenes (21-25 años).

Según detalla el estudio, el 30,3% de los pre adolescentes consultados confesó beber alcohol dos veces por semana, lo mismo que el 38,5% de los adolescentes y el 38,9% de jóvenes. Asimismo, se menciona que del total de consumidores de alcohol en esas edades, el 28,1 % son escolares; el 43,6 % son alumnos universitarios.

Milton Rojas, en el mismo informe, especialista del Centro de Educación e Información para la Prevención del Abuso de drogas menciona: "Pensábamos de manera lógica que el nivel de consumo iba a ser mayor entre los jóvenes, pero nos hemos dado con la ingrata sorpresa de que los márgenes son los mismos en los tres grupos poblacionales". Agregó que de todo lo investigado se puede deducir que la edad de inicio del consumo de bebidas alcohólicas se ha reducido de los 14 a 15 años hace una década atrás a los 12,5 y 13 años, actualmente y que el riesgo de daño en los más jóvenes, pre adolescentes y adolescentes es mayor porque se trata de sistemas nerviosos en formación y desarrollo, por lo que su capacidad de resistencia a la toxicidad del alcohol es menor.

Minsa (2009) desarrolló a través del Instituto Nacional de Salud Mental Hideyo Noguchi un documento técnico: Análisis de situación de salud de las y los adolescentes en el cual obtuvo los siguientes resultados en cuanto a los motivos de intento de suicidio: del total de adolescentes que participaron en los estudios, de los de la sierra (Ayacucho, Cajamarca, Huaraz) el 2,9% ha intentado suicidarse alguna vez en su vida y un 1,9% lo habría realizado en el último año del estudio. Las cifras son significativamente más elevadas en el grupo de adolescentes de 15 a 17 años. De los adolescentes de la selva (Iquitos, Pucallpa, Tarapoto), el 1,7% ha intentado suicidarse alguna vez en su vida y un 1,1% en el último año. Las cifras son significativamente más elevadas en el grupo de adolescentes de 15 a 17 años. De la población adolescente de la ciudad de Lima, el 3,6% ha intentado suicidarse alguna vez en su vida y un 2,4% lo habría intentado en el último año, siendo este último en mención superior a los intentos de la población adulta.

Además de todos estos antecedentes que observamos a nivel mundial, sudamericano y de nuestro país, somos conscientes que día a día podemos ver, escuchar o conocer diferentes historias relacionadas con adolescentes que no saben cómo enfrentar la vida en sociedad, la vida estudiantil y hasta la vida familiar. Asimismo, aunque ya pasaron por esta edad, encontramos padres que con mucha dificultad y temor se enfrentan a conductas que desequilibran sus emociones. Y es que esta etapa es reconocida por todos como la época de mayor tensión e inquietud en la vida de un ser humano. Ardila (2007) menciona que los

cambios que se producen en esta etapa se dan de manera tan acelerada que pueden causar dificultades que podrán observarse en las relaciones del adolescente con el adulto. Estas situaciones nos llevan a pensar que existe un eslabón entre la niñez y la juventud que no está siendo utilizado correctamente a fin de que el paso de una etapa a otra se realice de una manera más imperceptible y agradable, logrando que los próximos ciudadanos lleguen a ser exitosos en la vida, brindando a su vez oportunidades a su nueva generación.

Cuando los padres tienen infantes dentro del hogar se enorgullecen de que los demás se admiren de la obediencia de sus hijos y se dignan incluso a dar consejos sobre la crianza de los mismos. Sin embargo, cuando los hijos crecen y se convierten en adolescentes, son muchas las ocasiones en las que enfrentan situaciones vergonzosas. Entonces se preguntan: ¿qué sucedió con mi pequeño tan obediente y angelical?, ¿qué fue lo que hice mal?, ¿debo corregir o dejar pasar por alto sus “arrebatos”? White (2003) advierte que no es fácil educar y preparar a los hijos sabiamente. Se levantarán dificultades cuando los padres traten de mantener el juicio y el temor de Dios delante de ellos. (White, 2003, p. 99). Hoy en día, se ha reconocido la necesidad de informarse más sobre los cambios que ocurren a esta edad con el fin de poder comprender y enfrentar de una manera más positiva los cambios de la adolescencia que se inician con la pubertad y que afecta tanto a los niños en crecimiento como a sus padres. Esta información no solo conlleva a conocer

características generales de esta edad, sino a informarse sobre las características tanto físicas como emocionales de ellos.

Los problemas relacionados con púberes y adolescentes no se circunscriben a una zona o contexto determinado y con características específicas, sino tiene que ver con todos los seres humanos que habitamos este planeta. De una manera u otra, todos los seres humanos necesitamos un apoyo especial al pasar por esta etapa.

“La actitud sana o enfermiza que nuestros hijos e hijas tendrán hacia todo lo que concierne a la sexualidad, dependerá en gran medida de la instrucción que reciban durante los años formativos de la pre adolescencia” (Van Pelt, 1989, p. 5).

“Este periodo conlleva riesgos. Puede ser que la persona que está pasando por esta etapa tenga problemas para manejar todos los cambios a la vez y es posible que necesiten ayuda para superar los riesgos que encuentren a lo largo del camino” (Papalia, 2009, p. 461).

Esto hace pensar que debemos actuar con mayor énfasis para mejorar la educación de las nuevas generaciones que serán las que mañana lideren el mundo. Enseñar a los púberes, a enfrentar de una manera más eficiente los retos de un mundo independiente es también el reto del maestro. Es necesario apoyar a los púberes en la etapa de la niñez hacia la adolescencia, usando de manera adecuada las herramientas necesarias para afrontar los retos que se les presente.

En este contexto, el presente proyecto de investigación pretende presentar un plan pedagógico de apoyo a los púberes o adolescentes tempranos.

1.2 Planteamiento y formulación del problema

1.2.1 Problema general

¿Qué efecto tiene el Plan pedagógico “Estoy cambiando” en el desarrollo de la pubertad de los alumnos del sexto grado de primaria de la Escuela Adventista “Unión Miraflores” de Lima?

1.2.2 Problemas específicos

¿Qué efecto tiene el Plan pedagógico “Estoy cambiando” en el conocimiento de los cambios físicos que tienen los alumnos del sexto grado de primaria de la Escuela Adventista “Unión Miraflores” de Lima?

¿Qué efecto tiene el Plan pedagógico “Estoy cambiando” en el conocimiento de los cambios emocionales que tienen los alumnos del sexto grado de primaria de la Escuela Adventista “Unión Miraflores” de Lima?

2. Finalidad e importancia de la investigación

2.1 Propósito

El presente trabajo de investigación es importante en la medida en que sirve de herramienta a los profesionales que trabajan en el ámbito educativo con alumnos que están en la etapa de la pubertad.

La investigación demuestra que el Plan pedagógico “Estoy cambiando” ayuda a concientizar a los alumnos en la etapa de la pubertad sobre sus cambios físicos y emocionales, de tal forma que se puede dar un mejor desarrollo de su sexualidad y emociones, produciendo estabilidad, satisfacción y felicidad en sus vidas. .

El proyecto fue viable gracias a la autorización correspondiente para llevarlo a cabo dentro de la Institución Adventista “Unión Miraflores” de Lima durante todo el tiempo que fue necesario.

2.2 Relevancia social

Aplicar un plan que ayuda a los púberes a conocer los cambios físicos que se dan en su cuerpo y asimismo conocer y saber cómo manejar sus cambios emocionales en la medida de que avancen en la etapa de la adolescencia, y de ese modo se inserten mejor en la sociedad a la cual pertenecen. Esto no solo es beneficioso para ellos mismos sino para la sociedad en general, en quien repercuten las acciones de ellos.

En la adolescencia, uno de los cambios más significativos es el paso que va desde la vida familiar a la inserción en la vida social, ya que se espera que el adolescente se integre autónomamente en el medio social y asuma una independencia que lo exprese personalmente y se dirija hacia roles y metas que tengan consonancia con sus habilidades.

Ya que en esta etapa el grupo de pares empieza a tener mayor relevancia, es aquí donde cobra importancia la pertenencia de grupo, manteniendo las habilidades sociales pertinentes para poder mantenerse dentro del mismo.

En lo que se refiere al Plan pedagógico que se aplicó a los alumnos del sexto grado de primaria de la Escuela Unión Miraflores, constituye un paso para ayudar a los púberes a insertarse en la sociedad, identificando los cambios físicos y emocionales que se producen en ellos y actuando sobre los mismos.

2.3 Relevancia pedagógica

Dentro del aula de clases, hay alumnos púberes que se encuentran en un período de contradicciones, entre lo que quieren ser y lo que son, tanto física como emocionalmente. Entre lo que son sus compañeros y lo que ellos quieren imitar; entre lo que sus padres esperan de ellos y lo que no comprenden de sus exigencias.

Los niños en general obtienen información sexual de sus padres cinco años después de haberla oído de sus compañeros. Nueve de cada 10 niños aprenden los hechos de la vida en la calle, de las personas indebidas, en forma incorrecta y en un tiempo inoportuno. Solo uno de cada 10 recibe esa información en forma adecuada y en el tiempo oportuno (Van Pelt, 1989, p. 10).

En este contexto, el plan pedagógico se centra en el conocimiento de sus características físicas y emocionales, vistas desde un aspecto hormonal, anatómico y psicológico, las cuales redundan en gran beneficio en el concepto que ellos tendrán de sí mismos, brindándoles las herramientas necesarias para desenvolverse en los diversos ámbitos de la vida y enfrentar de una manera positiva los retos del futuro. Este plan es pues, una herramienta pedagógica en el desarrollo integral de los alumnos.

3. Objetivos de la investigación

3.1 Objetivo general

Demostrar el efecto del Plan pedagógico “Estoy cambiando” en el desarrollo de la pubertad de los alumnos del sexto grado de primaria de la Escuela Adventista “Unión Miraflores” de Lima.

3.2 Objetivos específicos

- a. Demostrar el efecto que tiene el Plan pedagógico “Estoy cambiando” en el conocimiento de los cambios físicos que tienen los alumnos del sexto grado de primaria de la Escuela Adventista “Unión Miraflores” de Lima.
- b. Demostrar el efecto que tiene el Plan pedagógico “Estoy cambiando” en el conocimiento de los cambios emocionales que tienen los alumnos del sexto grado de primaria de la Escuela Adventista “Unión Miraflores” de Lima.

4. Hipótesis de estudio

4.1 Hipótesis principal

El plan pedagógico “Estoy cambiando” es significativo en el desarrollo de la pubertad de los alumnos del sexto grado de primaria de la Escuela Adventista “Unión Miraflores” de Lima.

4.2 Hipótesis derivadas

- a. El Plan pedagógico “Estoy cambiando” es significativo en el conocimiento de los cambios físicos que tienen los alumnos del sexto

grado de primaria de la Escuela Adventista “Unión Miraflores” de Lima.

- b. El Plan pedagógico “Estoy cambiando” es significativo en el conocimiento de los cambios emocionales que tienen los alumnos del sexto grado de primaria de la Escuela Adventista “Unión Miraflores” de Lima.

5. Variables de estudio

Variable dependiente: Desarrollo de la pubertad

Variable independiente: Plan pedagógico “Estoy cambiando”

5.1 Operacionalización de las variables

Tabla 1. Distribución de las variables

Variable	Estructura	Contenidos	Metodología	Evaluación	
Plan pedagógico “Estoy cambiando”	Conocimiento Físico	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dios nos creó diferentes 2. Mi cuerpo está cambiando 3. Mis cambios externos 4. Respeto y cuido mi cuerpo 5. Descubriendo nuevas experiencias 	Lecturas Historias Actividades Debates Mesa redonda Etc.	Elaboración de ejercicios Preguntas orales	
	Conocimiento Emocional	<ol style="list-style-type: none"> 1. Me acepto como soy 2. El juego de la autoestima 3. Una entrevista acerca de mi persona 4. Defiendo mis ideas sin ofender a los demás 5. ¿Qué ha pasado y qué debo hacer? 6. ¿Sol o nubes? 7. Tengo muchas cosas que aprender 			
Variable	Dimensiones	Indicadores			
		Nombre	Atributo	Unidad de medida	Unidad operacional
Desarrollo de la Pubertad	Conocimiento de los cambios físicos	1. Me siento a gusto con mi apariencia física.	Nunca	1	Escala de Likert
		2. Quisiera ser diferente en mi aspecto físico.			
		3. Me gusta verme físicamente arreglado(a) y aseado(a).	Raras veces	2	
		4. Me avergüenzo de mi cuerpo cuando llevo poca ropa.	A menudo	3	
		5. En mi tiempo libre desarrollo alguna actividad física o deportiva.	Con bastante frecuencia	4	
		6. En mi tiempo libre veo televisión, leo o me entretengo con videojuegos.			

	7. Me interesa realizar ejercicio físico para mantenerme en un buen peso.	Siempre	5
	8. Considero que soy bueno(a) en los deportes.		
	9. Demuestro mucha energía física.		
	10. Sobresalgo en los deportes.		
	11. Me gusta la resistencia física que tengo.		
	12. Mis compañeros(as) me eligen para los juegos y los deportes		
	13. Prefiero otros pasatiempos en lugar de realizar deportes		
	14. Consumo alimentos como verduras, frutas y cereales		
	15. Consumo mucha azúcar, sal, comida “chatarra” o con grasa		
	16. Duermo las horas adecuadas (8 horas) cada día sintiéndome descansado(a)		
Conocimiento de los cambios emocionales	17. Me es fácil comunicar a las personas lo que siento		
	18. Puedo darme cuenta cuando mi amigo(a) se siente triste	Nunca	1
	19. Me doy cuenta cuando una persona está molesta conmigo aunque no me lo diga	Raras veces	2
	20. Converso con mis padres sobre los cambios físicos que se están iniciando en mí.	A menudo	3
	21. Me resulta difícil hablar con mis padres sobre los cambios que tengo	Con bastante frecuencia	4
	22. Puedo hablar fácilmente sobre mis sentimientos con mis padres.		
	23. Acepto los consejos de mis padres para tomar una decisión importante.	Siempre	5
	24. Mis padres dedican tiempo para ayudarme con		

-
- mis tareas escolares.
25. Deseo que mis padres pasen más tiempo conmigo.
 26. Dialogo con mis padres sobre lo que deseo hacer en mi tiempo libre
 27. Acepto los consejos que me dan mis padres cuando cometo una equivocación
 28. Mis padres toman en cuenta mis ideas para establecer las normas del hogar
 29. Cuando juego un deporte en grupo, no me siento mal si me equivoco
 30. Al realizar las actividades escolares tengo confianza en mí mismo(a)
 31. Siempre hago las cosas de la forma como creo que es correcto hacerlo
 32. Me siento feliz con mi forma de ser con los demás
 33. Soy hábil en las tareas académicas que realizo
 34. Me siento a gusto con los cambios físicos que se están dando en mi cuerpo
 35. Considero que mi aspecto físico es mejor que el de mis compañeros
 36. Me gusta la forma de mi cuerpo
 37. Siento que algunas partes de mi cuerpo me desagradan
 38. Me siento a gusto con mi rostro
 39. Me gusta mirarme al espejo
 40. Creo que mis amigos(a) son más guapos que yo
 41. Quisiera que los demás consideren que soy muy guapo(a)
-

CAPÍTULO II

FUNDAMENTO TEÓRICO DE LA INVESTIGACIÓN

1. Antecedentes de la investigación

A continuación se presenta la recopilación de algunos trabajos realizados en esta línea de estudio los cuales demuestran tener relación con el tema abordado:

Alcántar (2002) presentó su tesis para optar el título de licenciada en psicología en la Universidad Nacional Autónoma de México titulada "Prevalencia del intento suicida en alumnos Adolescentes y su relación con el consumo de Drogas, la autoestima, la ideación suicida y el Ambiente familiar". En esta investigación en la cual se analizaron causas por las cuáles muchos adolescentes intentan suicidarse se concluyó entre otros aspectos que los problemas familiares influyeron primordialmente en sus decisiones al encontrarse en un ambiente de rechazo, hostilidad, falta de comunicación y mínimo apoyo al adolescente. Se observó también que el porcentaje de las mujeres fue el más elevado (40.7% y 31.1%, respectivamente). El segundo motivo reportado por ambos sexos apuntó a los problemas en general, aunque en este caso los hombres tienen un porcentaje mayor que las mujeres: 12.1% y 9.6%, respectivamente. El tercer motivo para el intento fue la soledad, tristeza y depresión, en donde

también se hallaron diferencias entre sexos, siendo los hombres quienes más lo reportan, 11.7%, las mujeres en un 9.6%. Otro motivo para intentar suicidarse fue la incomprensión y la falta de cariño, observándose que éste es mayor en los hombres que en las mujeres (10.2% y 8.6%, respectivamente).

Zárate (2003), en su investigación llamada *Factores psicosociales familiares asociados a la iniciación sexual en escolares de educación secundaria de Lima Cercado*, encontró que el entorno familiar tiene un alto grado de ingerencia sobre algunas características saltantes en la iniciación sexual de los adolescentes.

Oliva, Parra, Sánchez, (s/f), en el estudio titulado *Relaciones con padres e iguales como predictoras del ajuste emocional y conductual durante la adolescencia*, y luego de haber analizado una muestra de 221 chicos y 292 chicas con edades comprendidas entre los 13 y 19 años, llegaron a la conclusión de que el apoyo de los padres favorece el ajuste general de los adolescentes mientras que el apego entre iguales influye positivamente en el aspecto emocional.

Vanegas (2009) en su tesis sobre *Ambiente escolar, familiar, social y religioso y calidad de la conducta de los alumnos de los colegios secundarios de la Asociación Metropolitana Salvadoreña de los Adventistas del Séptimo Día*, concluyó que las dimensiones del grado de calidad del ambiente percibida por todos los encuestados tienen un grado de efecto significativo en la calidad de la conducta.

Tesouro, et al (2013), en el *Estudio sobre el desarrollo de la identidad en la adolescencia*. La investigación tuvo como objetivo conocer cómo los adolescentes construyen su propia identidad durante esta etapa tan importante del ciclo vital. Se evaluó a un grupo de 42 adolescentes entre 11 y 12 años (adolescencia temprana) y entre 14 y 15 años (adolescencia tardía), a partir del EOMEIS-II (Extended Version of the Objective Measure of Ego Identity Estatus creada por Adams, Benion y Huh en 1989) que se enmarca en una conceptualización ericksoniana de la identidad.

Los resultados obtenidos mostraron que los alumnos presentan una mayor puntuación, a nivel global, en los estatus más activos y maduros (identidad alcanzada y moratoria) que en los estatus pasivos e inmaduros (identidad hipotecada y difusa).

Esto significa que la adolescencia es un periodo clave en el proceso de desarrollo de la identidad, mostrando que hay más alumnos en una situación de exploración y de búsqueda activa de la propia identidad que alumnos que no han iniciado un proceso de exploración y/o no han adquirido ningún compromiso.

Parra (2005), en *Familia y desarrollo adolescente: un estudio longitudinal sobre trayectorias evolutivas*, analiza los cambios que se producen en la dinámica familiar durante la adolescencia de hijos e hijas y el efecto que estos cambios tienen sobre el bienestar de los adolescentes y de su madre. El autor optó por un diseño longitudinal, obteniendo información de chicos y chicas como de sus madres. Los instrumentos

que se utilizaron fueron “comunicación y acuerdo con madre y padre”, elaborado expresamente para la investigación. “Estilos educativos” de Lamborn, Mounts, Steinberg y Dornbusch (1991). “FACES II”, de Olson, Portner y Lavee (1985).

Los resultados dicen que cuando los adolescentes conviven en un ambiente de aprecio y confraternidad los conflictos que se presentan en la adolescencia no son muy frecuentes. Asimismo, el uso de las drogas tampoco es frecuente, haciendo de la adolescencia una etapa más llevadera y de bienestar.

García (2006) hizo un estudio *Ideación e intento suicida en alumnos adolescentes y su relación con el consumo de drogas*. El objetivo de esta investigación fue conocer la prevalencia de ideación e intento suicida en alumnos adolescentes y su relación con el consumo de drogas. La muestra estuvo constituida por 10,659 alumnos, de los cuales el 50.5% fueron hombres y el 49.5% mujeres. Se seleccionaron aleatoriamente escuelas de las 16 delegaciones del DF. El diseño de muestra fue estratificado, bietápico (escuela-grupo) y por conglomerados, la variable de estratificación fue del tipo de escuela. La información fue obtenida a través de un cuestionario autoaplicable en tres formas, las secciones específicas del instrumento que se utilizaron en el presente trabajo, se encuentran en las tres formas y son: Escala de ideación suicida y la cédula de intento suicida. Se encontró que la prevalencia de intento suicida es 3 veces mayor en las mujeres (16.5%) que en los hombres

(5.8%). Respecto a la ideación suicida, se encontró que el 6.3% de los hombres y el 8.7% de las mujeres reportó haber presentado los cuatro síntomas: síntoma motivacional, síntoma cognitivo, síntoma emocional y baja autoestima. La ideación e intento suicida, se presentaron en mayor medida en los alumnos adolescentes que consumen drogas. De acuerdo con los resultados, se pone en evidencia la importante necesidad de trabajar con un abordaje multidisciplinario, incluyendo el psicosocial, el psicoeducativo y la perspectiva de género y fortalecer el ambiente familiar y escolar.

2. Bases teóricas

2.1 Marco histórico

Son muchos los estudios acerca de la adolescencia. Y dentro de esto la adolescencia temprana, llamada también pubertad. Ya en el año 427 a 327 a. C., Platón, filósofo griego, seguidor de Sócrates y maestro de Aristóteles, creía que la adolescencia era una etapa muy importante. Más adelante, Aristóteles, desde el año 384 a 322 a.C., argumentó que el aspecto más importante de la adolescencia era la capacidad de elección. Más adelante, Jean-Jacques Rousseau, entre los años 1712 a 1778, mencionó que el desarrollo del ser humano ocurre de manera natural en una serie de etapas internamente reguladas, dentro de las cuales está la adolescencia.

Entre los años 1844 a 1924, Granville Stanley Hall, psicólogo estadounidense, llamado el “padre del movimiento para el estudio infantil”,

escribió el primer libro acerca de la adolescencia. Hall describió la adolescencia como un periodo de “tormenta e ímpetu”.

Luego vendría la teoría psicoanalítica de Sigmund Freud, según este ilustre psicoanalista las etapas del desarrollo psicosexual son determinadas genéticamente. Por ejemplo, el complejo de Edipo, sería desde esta perspectiva, un fenómeno universal, así como también lo son los cambios de conducta sociales y emocionales en la adolescencia, Freud (citado por Stassen, 2007).

En esta etapa, dice Freud (1961), es cuando se resuelve la situación edípica, y cuando se logra definitivamente establecer una relación sexual con un individuo del sexo opuesto.

La tarea del adolescente en este período, según este encuadre, es lograr la primacía genital y la definitiva búsqueda no incestuosa del objeto.

El poco interés de Freud por el período adolescente se debe a que su teoría considera que la vida sexual humana comienza en la primera infancia y que muchos aspectos de normalidad o anormalidad se determinan en las fases pregenitales del desarrollo sexual.

Erikson (1968), Fromm (1979) y Horney (1979), no estaban de acuerdo con la teoría psicoanalítica porque no aceptaban que Freud otorgara tanta importancia a los instintos biológicos en el proceso evolutivo; ya que ellos reconocían que los factores sociales pueden modificar el desarrollo y los impulsos instintivos.

Para Erikson, el desarrollo del yo se caracteriza por la adquisición de una identidad según la cultura; y si los conflictos de cada etapa se

resuelven de manera satisfactoria, la etapa siguiente podrá desarrollarse en forma saludable y las experiencias anteriores podrán ser integradas a un plan de vida coherente.

Erikson (citado por Stassen, 2007, p.39) afirmaba que no es la frustración lo que produce la neurosis sino la frustración que no tiene sentido, porque cuando tiene un significado se aprende de ella, y además sostenía, que es necesario establecer la identidad del yo antes de la realización sexual.

Para Fromm (1979) también lo más importante de la etapa adolescente es la búsqueda de la identidad y de sí mismo que es lo que luego hace posible el amor maduro.

Freud (1895) se interesó particularmente por el desarrollo adolescente y también en el período de la pubertad como factor determinante en la formación del carácter. Para esta autora, los mecanismos de defensa típicos de la adolescencia son el ascetismo y la intelectualización.

Lewin (1973), influenciado por la teoría de Sigmund Freud y por la escuela de la Gestalt, se interesó en las motivaciones. Para este psicólogo, la conducta es una función de la persona y de su ambiente. Un ambiente psicológico inestable en la adolescencia hace a ese individuo inestable; y la suma de los factores personales y del ambiente interactuando, constituye el espacio psicológico o vital.

Sostiene además que toda barrera entre el individuo y su objetivo provoca frustración y considera que por lo menos, lo social de la situación psicológica tiene tanta importancia como lo físico.

Construye también el concepto de “espacio vital” para expresar la combinación de las fuerzas biológicas, sociales y ambientales; que se va estructurando y diferenciando, a través del proceso evolutivo; en algunas etapas más rápido que en otras.

Entre otros conceptos de este notable psicólogo se pueden mencionar: los cambios lentos, llevan a desarrollos más armoniosos y los rápidos son los que se producen en períodos de crisis.

Según el autor, en la adolescencia, el cambio de la estructura del espacio vital es rápido, debido a problemas psicológicos diferentes; principalmente el relacionado con la capacidad para distinguir la realidad de la irrealidad; y la inteligencia del individuo es el factor individual que determina el alcance y el grado de la diferenciación de ese espacio vital. Asimismo, la necesidad de permitir la independencia del niño y de ofrecer la estructura y orientación adecuadas para el desarrollo favorable de su personalidad.

Los estudios realizados y publicados por Lewin en la Universidad de Minnesota, dieron como resultado que los niños que fueron criados en ambientes familiares estructurados, posteriormente se mostraban más seguros, decididos frente a diversas situaciones, confiados, se podían aceptar a sí mismos y orientarse hacia la acción en toda circunstancia. En cambio, aquellos niños que se habían desarrollado en alguna situación no

estructurada, el resultado era que se los observaba indecisos, desconfiados, pesimistas y con la tendencia a percibir el éxito como algo fortuito.

Para Gesell (1956), la adolescencia, que es un período que se inicia aproximadamente a la edad de once años y que se logra terminar de transitar poco después de los veinte años, es un proceso de maduración irregular.

La tarea del adolescente, según Gesell, (citado por Obiols, 2006, p. 83) es encontrarse a sí mismo y llegar a lograr el equilibrio y la integración de la conciencia de sí mismo, de su autonomía y de su adaptación social; además de un sentido de independencia basado en la autoconfianza.

2.2 Marco teórico

2.2.1 La pubertad

Según la enciclopedia médica de la University of Maryland Medical of Center (2014), la pubertad es el tiempo en el cual las características físicas y sexuales de un niño(a) maduran y se presentan debido a cambios hormonales.

Etimológicamente “pubertad” proviene de la palabra latina “pubere”, cuya traducción sería “pubis con vello”. El diccionario de la Real Academia Española (2014) la define como “la primera fase de la adolescencia, en la cual se producen las modificaciones propias del paso de la infancia a la edad adulta”.

Papalia (2009) define a la pubertad como el periodo en el que se presentan los primeros cambios físicos, e inicia el proceso de maduración psicológica. Estos cambios se denominan “crisis de entrada a la adolescencia”, quien a su vez, abarca por lo general, el periodo comprendido de los 11 a 20 años, en el cual el sujeto alcanza la madurez biológica y sexual; y se busca alcanzar la madurez emocional y social. Asimismo nos dice que la adolescencia temprana inicia en la pubertad, entre los 10 y 12 años.

En la etapa de la infancia, el cuerpo de niños y niñas es muy similar, sin embargo, al llegar a la pubertad, los cambios van apareciendo, lentamente pero con pasos certeros, y así, tanto los niños como las niñas, van adoptando la apariencia adulta y alcanzando la madurez sexual. En este periodo, las chicas se convierten en mujeres y los chicos en hombres.

Rice (1997) dice que la pubertad es el periodo o edad en que una persona alcanza la madurez sexual y adquiere la capacidad de tener hijos. Utiliza el término pubescencia para denotar la totalidad del periodo en que tienen lugar los cambios físicos relacionados con la maduración sexual.

Debido a que estos cambios externos con frecuencia son muy obvios, pueden convertirse en motivo de ansiedad, preocupación o entusiasmo para los chicos(as) cuyos cuerpos están sufriendo la transformación, razón por la cual se acarrearán situaciones difíciles de enfrentar.

El desarrollo puberal comienza bastante antes de que los primeros cambios en el cuerpo de los chicos y las chicas sea perceptible. Esto se da debido a la acción que realizan las hormonas en el cuerpo del ser humano, cuya producción se intensifica en la pubertad. Todo esto es controlado por el hipotálamo, quien dirige a la hipófisis para que en el momento adecuado las hormonas necesarias empiecen a segregarse.

La pubertad, vista como el inicio y puerta de entrada a la adolescencia, es una de las etapas más importantes y delicadas en la vida de toda persona debido a que se da inicio a una serie de cambios físicos y psicológicos. Estos cambios hacen que se transporten rápidamente de las vivencias infantiles a las vivencias características de un adulto, generando un proceso de desestabilización del ser humano. Estos cambios que se van dando en la pubertad generan diferentes sentimientos, como el temor y el placer, la satisfacción y la vergüenza; y muchas veces también pueden generar sentimientos de culpa. Hay personas que atraviesan esta etapa con éxito y otros que la apuntan como un fracaso.

La razón es que tanto el desarrollo físico como el desarrollo emocional y psicológico se encuentran estrechamente entrelazados. Ardila (2007), nos dice que el autoconcepto de los adolescentes depende en gran parte de qué tan atractivos los consideren las personas jóvenes.

Sánchez (2006), refiriéndose a estos cambios nos dice que entre los seis y doce años el desarrollo del niño se caracteriza por ser una etapa presidida por un lento y, normalmente, tranquilo crecimiento físico y

psicológico. Los cambios suelen ser apacibles y previsibles. La adolescencia comienza con un brusco cambio en el ritmo del desarrollo: los cambios con frecuencia parecen sucederse con una velocidad vertiginosa. Se produce, en primer lugar, un fenómeno de maduración anatómico-fisiológica, y a continuación un fenómeno de maduración psicológica.

La pubertad es la antesala de la adolescencia, la cual es definida por la Ph. D. en psicología del desarrollo, escritora y docente de la universidad de Wisconsin-Madison, Papalia, D. como “el proceso por el cual una persona alcanza la madurez sexual y la capacidad para reproducirse” (Papalia, 2009, p. 461). Por esta razón es llamada, adolescencia temprana.

La adolescencia temprana (aproximadamente entre 11 y 14 años) ofrece oportunidades para el crecimiento en las dimensiones físicas, en competencia cognitiva, autoestima e intimidad. (Papalia, 2009). En otras palabras es una etapa de la vida, entre la niñez y el desarrollo sexual dando también paso a la maduración psicológica y la acomodación de una conducta adulta.

Etimológicamente “adolescencia” proviene del verbo latino “adolecer” que significa crecer, desarrollarse. De este modo, el adolescente sería aquella persona que está creciendo y el adulto, aquel quien ya ha crecido.

La adolescencia, según Lahey (1999), es el periodo que abarca desde el inicio de la pubertad hasta el comienzo de la vida adulta. La misma que presenta distintos cambios a nivel físico, cognitivo, emocional

y psicosocial. Estos cambios están entrelazados uno con el otro, creando una especie de efecto dominó el cual convierte esto en una etapa de cambios holísticos. Por ejemplo, el hecho de que a un hombre le empiece a cambiar la voz (un cambio físico), va hacer que se sienta avergonzado (actitud) de hablar en clase (medio) por miedo de que la voz le salga en un tono agudo.

Es difícil pues establecer límites cronológicos para este período, dado el abismo que separa a los adolescentes más jóvenes de los mayores. De acuerdo a los conceptos convencionalmente aceptados por la Organización Mundial de la Salud, la adolescencia es la etapa que transcurre entre los 10 y 19 años, considerándose dos fases: la adolescencia temprana (10 a 14 años) y la adolescencia tardía (15 a 19 años).

a. Dimensión física

La adolescencia comienza con la pubertad, es decir, con una serie de cambios fisiológicos que desembocan en la plena maduración de los órganos sexuales, y la capacidad para reproducirse y relacionarse sexualmente. “La pubertad trae una oleada de hormonas que pueden intensificar los estados de ánimo y que desencadena un periodo de dos años de desarrollo físico rápido, que por lo general empieza a los 11 años en las niñas y alrededor de los 13 en los varones” (Myers, 2005, p. 161)

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la adolescencia es la etapa comprendida entre los 10 y los 19 años, dicha clasificación está basada en el comportamiento de la morbilidad y mortalidad de éste

grupo poblacional. Para fines operativos ha sido caracterizada en dos grupos: adolescencia temprana de 10 a 14 años y adolescencia tardía de 15 a 19 años.

Esta etapa se caracteriza por el crecimiento y desarrollo somático acelerado, inicio de los cambios puberales y de los caracteres sexuales secundarios. Se presenta una preocupación por los cambios físicos, torpeza motora, marcada curiosidad sexual, búsqueda de autonomía e independencia, por lo que los conflictos con la familia, maestros u otros adultos son más marcados.

El inicio de la adolescencia se da con la pubertad, a la que también conocemos como adolescencia temprana. La pubertad es netamente el momento en el que el cuerpo del ser humano empieza a cambiar debido a que el reloj biológico da marcha a las correspondientes hormonas. Los cambios biológicos de la pubertad resultan en un rápido aumento de estatura y peso (“estirón de crecimiento”), cambios en las proporciones y formas corporales, en el tamaño de las glándulas sebáceas y en las glándulas sudoríparas y la adquisición de la madurez sexual (Papalia, et. al., 2009).

Páramo (2009) menciona que en la pubertad no solo se producen cambios en las características sexuales primarias y secundarias, sino también en las distintas estructuras y fisiología general del individuo: en el tamaño del cuerpo, en su forma y en diversas funciones vitales. Es así que la pubertad es un acontecimiento correspondiente a la vida física de la persona, marcado por variaciones individuales dentro de cada sexo.

Los adolescentes son conscientes de estos cambios que ocurren en su cuerpo, y muchos se muestran ansiosos respecto a si su forma y tamaño son “correctos” y se comparan frecuentemente con actores y modelos de televisión; es por esta razón que constantemente es la apariencia física lo que más disgusta de sí mismos a los adolescentes (Morris & Maisto, 2005).

- **Desarrollo sexual**

La pubertad inicia con un aumento en la producción de hormonas sexuales. El comienzo de esta actividad puede deberse al alcance de un nivel crítico de peso. En las niñas los ovarios aumentan la producción de estrógeno con lo que estimulan el crecimiento de los genitales y el desarrollo de los senos. En los niños, los testículos incrementan la producción de andrógenos (en particular testosterona), lo cual estimula el crecimiento de los genitales, la masa muscular y el vello corporal. Ambos producen estos tipos de hormonas, pero en diferentes cantidades (Papalia, et. al., 2009).

Entre los 12 y 13 años, en las mujeres se presenta la menarquía - primer periodo menstrual-; alrededor de los 13 años en los hombres se presenta la espermarquia –primera eyaculación-. Ambos se consideran los principales signos de madurez sexual. Factores genéticos, físicos, ambientales y emocionales pueden afectar la edad de presentación de la menarquía en las niñas. Las implicaciones son la capacidad de los adolescentes para tener la facultad de reproducirse. Sin embargo, esta capacidad se presenta antes de que los adolescentes tengan la madurez

suficiente para enfrentar las situaciones relacionadas a este desarrollo. (Morris & Maisto, 2005; Papalia, et. al., 2009).

Muchas investigaciones recientes han ilustrado el grado de sensibilidad asociado con el cambio del cuerpo en la adolescencia temprana (Alsaker, 1995). En particular, es probable que los adolescentes hayan idealizado las normas para el atractivo físico, y se sientan inadecuados si no encajan en esos criterios irreales. Sienten que no forman parte de un grupo social cuando no tienen las mismas características que sus pares. Estas situaciones los llenan de ansiedad y frustración, queriendo alcanzar parecidos con sus pares que no presentan estas dificultades.

Un amplio conjunto de investigaciones (Harter, 1990; Bulcroft, 1991; Abell y Richards, 1996) sobre el desarrollo del concepto de sí mismo ha indicado que durante los primeros años de la adolescencia tanto los chicos como las chicas confían mucho en las características físicas para describirse a sí mismos.

Papalia, et al (2009) refieren que en el desarrollo sexual se dan las características primarias y secundarias:

(i) Características sexuales primarias

Son los órganos necesarios para la reproducción. En las mujeres, los órganos sexuales incluyen los ovarios, trompas de Falopio, útero, clítoris y vagina.

En el varón, incluyen los testículos, pene, escroto, vesículas seminales y próstata.

Durante la pubertad, estos órganos crecen y maduran.
(Papalia, 2009, p. 465)

(ii) Características sexuales secundarias

Unglaub, D. (2008), nos refiere que el comienzo de la pubertad en las chicas está marcado por el crecimiento de las mamas y el primer período menstrual, llamado menarca.

El desarrollo de las mamas es el signo principal de que una niña está entrando a la pubertad y a esto le sigue el primer período menstrual (menarquia).

Antes de la llegada de la primera menstruación, una niña normalmente tendrá:

- Un aumento en la estatura
- Ensanchamiento de las caderas
- Secreciones vaginales claras o blanquecinas
- Crecimiento de vello en el pubis, las axilas y las piernas

Los ciclos menstruales ocurren aproximadamente en un período de un mes (28 a 32 días) y al principio pueden ser irregulares. Una niña puede pasar dos meses entre períodos o tener dos períodos en un mes, pero con el tiempo éstos se vuelven más regulares. Hacer un seguimiento de cuándo ocurre el período y de cuánto tiempo dura puede ayudarle a predecir cuándo debe tener su próximo período menstrual.

Después de que comienza la menstruación, los ovarios empiezan a producir y liberar óvulos, los cuales han estado almacenados en dichos ovarios desde el nacimiento. Aproximadamente cada mes, después de

que empieza la menstruación, un ovario libera un huevo llamado óvulo, que baja por la trompa de Falopio, la cual conecta el ovario al útero.

Cuando el óvulo llega al útero, el revestimiento uterino se vuelve grueso con sangre y líquido. Esto sucede de tal suerte que si el óvulo es fertilizado, éste pueda crecer y desarrollarse en dicho revestimiento con el fin de producir un bebé. (Es importante recordar que la fertilidad llega antes que la madurez emocional y el embarazo puede ocurrir antes de que una adolescente esté preparada para la maternidad.)

Si el óvulo no se encuentra con el espermatozoide de un hombre y no es fecundado, se disuelve. El revestimiento que se ha engrosado se desprende y forma el flujo de sangre menstrual que sale del cuerpo a través de la vagina. Entre los períodos menstruales, puede haber un flujo vaginal claro o blanquecino, lo cual es normal.

Durante o justo antes de cada período, la niña puede sentirse de mal humor o emotiva y su cuerpo se puede sentir inflado o hinchado (distendido). El síndrome premenstrual (SPM) puede comenzar a desarrollarse, sobre todo a medida que la niña crece.

En las niñas, la pubertad generalmente termina a los 17 años, por lo que cualquier aumento de estatura después de esta edad es poco común. Aunque una niña haya alcanzado la madurez física completa en ese momento, la maduración educativa y emocional continúa.

Unglaub (2008) nos dice acerca de los cambios en la pubertad que en los niños, los signos de pubertad son más sutiles y consisten en el crecimiento y la maduración de los genitales externos, el desarrollo de las

características sexuales secundarias como el vello púbico y el facial y el agravamiento de la voz, el cambio de la forma del cuerpo y el aumento de la estatura. (p. 854)

El primer signo de pubertad en los niños es el agrandamiento de ambos testículos. Después de esto, los niños normalmente experimentarán:

- Crecimiento acelerado, sobre todo de estatura
- Crecimiento de vello en el área de los brazos, la cara y el pubis.
- Aumento del ancho de los hombros
- Crecimiento del pene, del escroto (con enrojecimiento y pliegue de la piel) y los testículos
- Eyaculaciones durante la noche (emisiones nocturnas o "poluciones nocturnas")
- Cambios en la voz

Los testículos constantemente producen espermatozoides. Algunos espermatozoides se pueden almacenar en una estructura llamada epidídimo. Algunas veces, los espermatozoides almacenados son liberados como parte de un proceso normal para dar cabida a los espermatozoides nuevos. Esto puede ocurrir de forma automática durante el sueño (poluciones nocturnas) o una relación sexual. Las poluciones nocturnas son una parte normal de la pubertad.

- **Desarrollo anatómico**

La anatomía es una de las ramas más importantes de la biología, y es la ciencia que estudia la forma y la estructura del cuerpo humano,

investigando las leyes que rigen el desarrollo de nuestro cuerpo con respecto a sus funciones y su relación con el medio ambiente.

Etimológicamente, anatomía significa “cortar para ver” o “disección” y se relaciona a la organización estructural de los seres vivos.

Es interesante notar como la estructura anatómica del ser humano va cambiando a través del paso de los años, desde la concepción hasta el envejecimiento. Todo esto ocurre en etapas definidas del ciclo vital y va preparando al cuerpo para las actividades físicas, sexuales, emocionales y psicológicas que tendrá en cada etapa de su vida.

Susman & Rogol (2004) refieren que los varones y niñas crecen de manera diferente, no solo en cuanto a tasa de crecimiento, sino también en cuanto a forma y figura. Un niño crece más a lo largo: sus hombros se amplían, sus piernas son más largas en relación con el tronco y sus antebrazos son más largos en relación con sus brazos y su estatura. Por otro lado, en las niñas, la pelvis se amplía para facilitar el embarazo y las capas de grasa se acumulan por debajo de la piel, lo cual le da una apariencia más redondeada. La grasa se acumula dos veces más rápido en las niñas que en los niños (citado por Papalia, 2009).

Durante la etapa de la pubertad o adolescencia temprana, toda persona se vuelve más compleja. Los órganos sexuales se vuelven funcionales, ya que producen hormonas y están listos para la reproducción. En esta etapa, las diferencias anatómicas entre hombres y mujeres se vuelven más notorias.

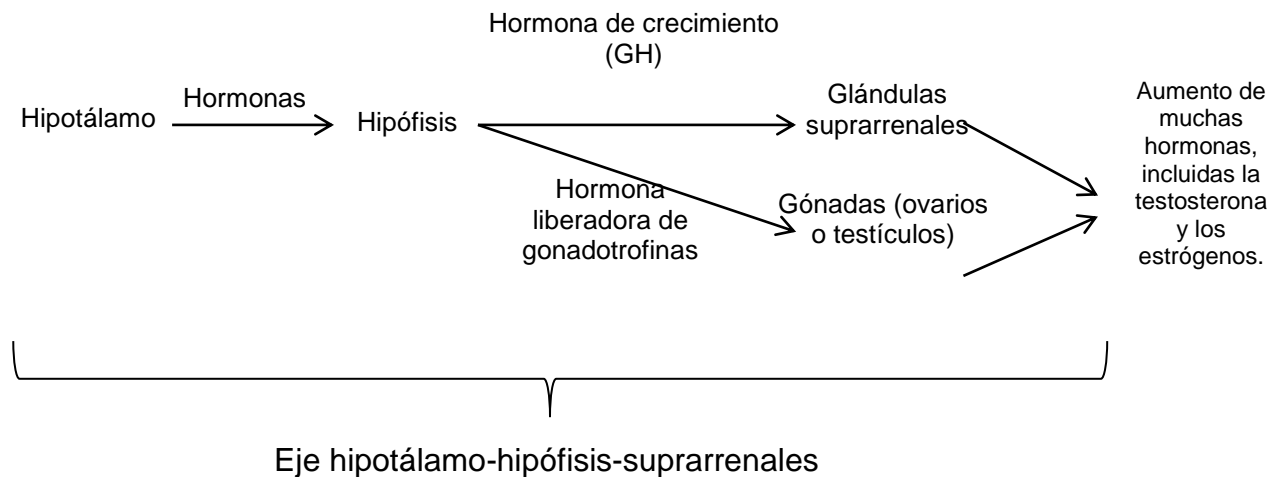
- **Cambios hormonales en la pubertad**

Canovas (2004) dice que de todas las transformaciones orgánicas que se verifican durante la pre pubertad, la mayor responsabilidad le corresponde a la constelación glandular endocrina, en primer lugar a la hipófisis y muy particularmente a la hormona del crecimiento.

Las glándulas endocrinas controlan varias funciones del organismo. Según Rice (1997), una glándula endocrina es una glándula que secreta hormonas internamente. Las hormonas pueden llegar a cada célula del cuerpo toda vez que son secretadas al torrente sanguíneo. Sin embargo, cada hormona tiene órganos objetivos a los que instruye sobre lo que deben hacer y cuándo deben actuar.

Para Stassen (2007), una señal bioquímica del hipotálamo es enviada a otra estructura encefálica, la hipófisis. Esta glándula produce hormonas que estimulan las glándulas suprarrenales. Durante la pubertad, la hipófisis también activa las gónadas o glándulas sexuales. Estas gónadas producen hormonas en mayor cantidad que las glándulas suprarrenales; producen gametos (espermatozoides y óvulos), lo que pronto es seguido por la espermaquia o la menarquia. En las niñas el crecimiento de los ovarios es completamente invisible. En los varones, el escroto, aumenta de tamaño y cambia de color haciéndose más claro como uno de los primeros signos evidentes de la pubertad. Los términos menarquia y espermaquia significan la primera liberación de gametos (óvulos y espermatozoides).

Malina y cols (citados por Stassen, 2007) sostienen que una hormona en particular, la GnRH (la hormona liberadora de gonadotropinas) provoca en las gónadas un aumento notable de la producción de hormonas sexuales, principalmente el estradiol en las niñas y la testosterona en los varones. Los estrógenos (incluido el estradiol) son consideradas hormonas femeninas y los andrógenos (incluida la testosterona) se consideran hormonas masculinas, pero las glándulas suprarrenales de ambos sexos producen ambos.



Rice (1997) define a las glándulas de la siguiente manera:

- (i) **Glándula hipófisis.**- Se localiza en la base del cerebro y se le identifica como la glándula maestra que produce hormonas que regulan el crecimiento.
- (ii) **Las hormonas gonadotróficas** son secretadas por la glándula hipófisis anterior y tienen efecto sobre las gónadas (o glándulas sexuales). Hay dos hormonas gonadotróficas: la hormona foliculoestimulante (HFE) y la hormona luteinizante (HL) que

estimulan el crecimiento de los óvulos en los ovarios y del esperma en los testículos. En las mujeres, la hormona foliculoestimulante y la luteinizante controlan la producción y liberación de estrógenos y de la hormona progesterona, ambas producidas en los ovarios. En los hombres la hormona luteinizante controla la producción por los testículos y liberación de la hormona testosterona.

- (iii) **La hormona del crecimiento** también es secretada por la hipófisis. Ella es quien afecta el crecimiento total y el moldeamiento del esqueleto.
- (iv) **Glándulas suprarrenales.**- Las glándulas suprarrenales producen hormonas, entre otras, tales como estrógeno, progesterona y testosterona.
- (v) **Glándulas sexuales.**- Llamadas también gónadas. Son los ovarios en la mujer y los testículos en el varón.

Los ovarios en la mujer secretan un grupo entero de hormonas conocido como estrógenos, que estimulan el desarrollo de los propios órganos sexuales y de las características sexuales secundarias de las mujeres, como el crecimiento del vello púbico y de los senos y la distribución de grasa en el cuerpo.

Otra de las hormonas secretadas por los ovarios es la progesterona quien es muy importante en la preparación del útero para el embarazo y para su mantenimiento.

Los testículos en el varón comienzan la producción de la hormona androgénica testosterona. Esta hormona masculina es responsable del desarrollo de los órganos sexuales masculinos: el pene, escroto, epidídimo, la glándula próstata y las vesículas seminales. La testosterona también es responsable del desarrollo y preservación de las características sexuales secundarias masculinas, incluyendo el desarrollo muscular y esquelético, los cambios en la voz y el vello facial y corporal.

La hipófisis, ubicada en la base del cerebro, es la glándula principal, llamada también “glándula maestra” ya que controla todo el sistema endocrino. Esta glándula segrega varias hormonas en el torrente sanguíneo, siendo las responsables de los cambios externos e internos que se producen en la etapa de la pubertad (Rice, 2007).

Unglaub (2008) agrega que la pubertad requiere la maduración de la vía de control hipotálamo-hipofisaria. Antes de la pubertad, el niño presenta concentraciones bajas de hormonas esteroideas y gonadotropinas, la combinación de los niveles bajos de estas hormonas indica que la hipófisis todavía no es sensible a las concentraciones sanguíneas de esteroides.

Durante la pubertad se observa un aumento de la secreción pulsátil de GnRH en las neuronas hipotalámicas secretoras de esta hormona, que a su vez estimula el aumento de la secreción de gonadotropinas.

Aunque por el torrente sanguíneo circulan muchas hormonas diferentes, cada tipo de hormona está diseñada para repercutir solamente sobre determinadas células.

Las glándulas sexuales inician su actividad entre los diez y catorce años, cuando son estimuladas por las hormonas gonadotróficas. Así, los testículos (en un varón) y los ovarios (en una mujer) empiezan a funcionar produciendo espermatozoides y óvulos respectivamente.

b. Dimensión emocional

Haeussler (2000), menciona que

El desarrollo emocional o afectivo se refiere al proceso por el cual el niño construye su identidad (su yo), su autoestima, su seguridad y la confianza en sí mismo y en el mundo que lo rodea, a través de las interacciones que establece con sus pares significativos, ubicándose a sí mismo como una persona única y distinta. A través de este proceso el niño puede distinguir las emociones, identificarlas, manejarlas, expresarlas y controlarlas. Es un proceso complejo que involucra tanto los aspectos conscientes como los inconscientes (citado por Amar, et al, 2011, p. 69).

Trueba (1999) cita a Piaget y menciona que durante los primeros años de vida, los niños son dependientes de sus padres. Obedecen las reglas impuestas y hasta sus acciones morales están determinadas por sus progenitores. Al iniciar la pubertad, se inicia el camino hacia la autonomía, que es sinónimo de libertad absoluta, teniendo en cuenta factores muy importantes como el dominio propio.

Erikson (1968) añade que de esta manera, durante la adolescencia temprana, el ser humano va en búsqueda de su identidad. Él concebía la vida como una serie de estadios, asociado cada uno de ellos con una tarea evolutiva particular de naturaleza psicológica (citado por Coleman, Hendry, 2003).

En lo que se refiere a la adolescencia, la tarea implica el establecimiento de una identidad coherente, y la anulación del sentimiento

de difusión de la identidad Erikson creía que la búsqueda de la identidad se hace especialmente aguda en este V estadio como resultado de varios factores. Así, destacó el fenómeno del rápido cambio biológico y social durante la adolescencia, y señaló especialmente la importancia para el individuo de tener que tomar en esta época decisiones importantes en casi todas las áreas de la vida.

Estévez (2013) reafirma esta idea mencionando que la adolescencia es uno de los periodos más importantes en el desarrollo de la autoestima; es el momento en que la persona necesita construirse una firme identidad, es decir, considerarse una persona diferente a las demás y conocer sus propias habilidades, posibilidades, así como sentir que se tiene valor como persona.

Durante esta etapa de la vida, las relaciones que se establecen con las demás personas son fundamentales. Es vital la necesidad que tiene el adolescente de sentirse aceptado y parte de un grupo sintiendo una gran necesidad de mostrarse atractivo y agradable a las personas del sexo opuesto.

El enfoque "cognitivo-evolutivo" de Piaget y Kohlberg creemos que es el más adecuado para tratar el desarrollo moral en la adolescencia.

Kohlberg reelaboro el esquema de Piaget, el cual describió dos estadios principales en el pensamiento moral; el realismo moral y el de moralidad de cooperación. Kohlberg transformó el esquema de Piaget en otro compuesto por seis estadios diferentes. Su método consistió en presentar situaciones hipotéticas, que implicaban dilemas morales, a

niños o adolescentes de diversas edades, clasificando las respuestas con arreglo a una teoría de los estadios de desarrollo moral. La fase del desarrollo moral que corresponde a la adolescencia es el Post Convencional (el cual comprende los estadios cinco y seis) Esta fase comienza a partir de los trece años (Citado por Hersh, et al, 1984).

El primer estadio mencionado se le denomina "Contrato social y/o orientación de la conciencia". Al comienzo de este estadio, el comportamiento moral tiende a concebirse según derechos y niveles generales establecidos por la sociedad, considerada ésta como un todo, pero más tarde existe una creciente orientación hacia las decisiones íntimas de conciencia.

El estadio número seis es denominado como "Orientación según principios éticos universales". En este estadio existe una tendencia a formular principios éticos abstractos y a guiarse por ellos; por ejemplo, la igualdad de derechos, la justicia o el respeto a todos los seres humanos (Coleman, 1980).

Vamos a analizar tres aspectos fundamentales relacionados con la dimensión emocional de los púberes:

- **Conocimiento de sí mismo**

Un tema central en esta etapa de la vida es la búsqueda de identidad, que de acuerdo a Erikson (1972) es una concepción coherente del yo, formada por metas valores y creencias con las cuales una persona está sólidamente comprometida. De acuerdo a este autor forma parte de un proceso saludable y vital construido sobre los logros de las etapas

anteriores (sobre la confianza, autonomía, iniciativa y laboriosidad) y que sienta las bases para afrontar los problemas psicosociales de la edad adulta (citado por Peñas, 2008).

Myers (2005) nos dice que de acuerdo a las etapas del desarrollo psicosocial de Erikson, es en la adolescencia cuando se trata de aclarar el sentido del yo y para ello van probando distintos roles e integrándolos para formar su identidad única, o bien se sienten confundidos acerca de quiénes son.

El proceso de establecer la identidad, para el adolescente, conlleva integrar experiencias del pasado, adaptarse al presente, y tener una visión sobre el futuro, proceso que resulta complicado para el individuo ya que lo anterior se presenta en conjunto con los cambios físicos (Aberastury y Knobel, 1997). Marcia (1980) refiere que por estas situaciones, se presentan constantes fluctuaciones en el estado de ánimo, debido en parte, a la personalidad desarrollada por medio del ambiente familiar y cultural del adolescente (citado por Rice, 1997).

Para formar una identidad los adolescentes deben establecer y organizar sus habilidades, necesidades, intereses y deseos de forma que puedan ser expresados en un contexto social. De acuerdo a Erikson, los adolescentes forma su identidad modificando y sintetizando identificaciones anteriores (Papalia, et. al., 2005).

De acuerdo con la teoría de Desarrollo Psicosocial de Erikson la adolescencia corresponde a la etapa de “identidad frente a confusión de roles”. La identidad se logra con la integración de sus diferentes roles

(estudiante, atleta, aspirante a arquitectura, etc.); la incapacidad para formar este sentido coherente de identidad da lugar a confusión acerca de los roles (Morris & Maisto, 2005).

Logro de la de identidad (la crisis conduce al compromiso): El adolescente ha pasado por la crisis de identidad y tuvieron éxito al hacer elecciones personales acerca de sus creencias y metas y se sienten cómodos con esas elecciones por ser suyas.

Exclusión de la identidad (compromiso sin crisis): El adolescente ha optado prematuramente por una identidad que otros le han proporcionado, está comprometido con los planes de otro para su vida.

Moratoria (crisis sin compromiso todavía): Se encuentra en el proceso de explorar activamente varias opciones de roles, pero todavía no se ha comprometido con ninguno de ellos.

Identidad dispersa (no compromiso ni crisis): Se caracteriza por la ausencia de compromiso y la falta de consideración seria de las alternativas. Evitan considerar opciones de roles de manera consciente.

El estado de identidad en cualquier adolescente puede cambiar a lo largo del tiempo conforme la persona madura o tiene regresiones (Morris & Maisto, 2005).

En la mayor parte de las culturas occidentales, la adolescencia se caracteriza por grandes cambios de conducta y apariencia física. Tradicionalmente muchos cambios han sido descritos como negativos y se atribuyen a factores biológicos, en especial a las hormonas. Al

adolescente se le presenta como víctima de “sus hormonas incontrolables”.

Desde el punto de vista fisiológico, las hormonas operan sobre el cerebro en dos formas. En primer lugar, las hormonas sexuales pueden incidir en la personalidad y en la conducta por su efecto temprana en el desarrollo del cerebro. Tales efectos son permanentes y, en consecuencia, no se ven afectados por los cambios en los niveles hormonales durante la pubertad. En segundo lugar, las hormonas pueden activar determinadas conductas por sus efectos en el sistema nervioso. Estos efectos suelen ser inmediatos o retrasarse un poco. La maduración física y sexual se debe a la interacción entre niveles hormonales, factores de salud y la estructura genética del individuo (citado por Aguirre, 1994).

Los investigadores han descubierto una pequeña relación directa entre los niveles hormonales durante la adolescencia y las siguientes conductas (Buchanan, Clayden, 1992).

Mal humor, depresión, inquietud y falta de concentración, irritabilidad, impulsividad, ansiedad, problemas de agresión y de conducta.

Conviene precisar que no todos los adolescentes manifiestan cambios drásticos en las conductas anteriores, pese a que en todos ellos se registra un aumento de los niveles hormonales. Por tanto, es probable que intervengan otros factores, a saber roles cambiantes expectativas sociales o culturales, situaciones específicas en casa o en la escuela y hasta la efecto de los medios masivos de comunicación.

Por ejemplo, si en la niñez temprana y media hay problemas familiares, estos pueden agravarse durante la adolescencia. En una familia disfuncional el adolescente puede mostrar una conducta sexual inapropiada, huir de casa, ser agresivo y consumir drogas. En cambio si la relación entre progenitor e hijo es buena antes de la adolescencia, casi siempre se mantiene así durante este periodo y los padres siguen ejerciendo un efecto positiva (Buchanan, Clayden, 1992).

Lo anterior no significa que las hormonas no influyan en absoluto en el comportamiento. Pero a menudo su efecto, depende de factores psicológicos o sociales. Así, en un estudio se comprobó que el nivel de testosterona es un indicador confiable de la actividad sexual entre las niñas de doce y dieciséis años (Udry 1988). Pero su efecto disminuya o se eliminaba cuando el padre vivía con la familia o cuando la joven practicaba algún deporte. La presencia del padre suele mejorar la autoestima de las adolescentes en formas que aminoran la necesidad de ser activas sexualmente. Junto con la orientación y el modelamiento de la madre, el padre tiende a crear situaciones que favorecen las relaciones y no solo la conducta sexual. En otras palabras, los factores ambientales superan los efectos hormonales en el comportamiento por tanto, los investigadores llegan a la conclusión de que es un mito la idea de las hormonas incontrolables sean una causa directa de las conductas del adolescente.

La identidad se forma en la medida en que los jóvenes resuelven tres problemas principales: la elección de una ocupación, la elección de

valores en qué creer y por qué vivir y el desarrollo de una identidad sexual satisfactoria (Papalia, et. al., 2005).

Marcia (1980) cree que la adquisición de la identidad requiere un periodo de intensa autoexploración llamado crisis de identidad; este autor encontró cuatro tipos de estados de identidad, los cuales difieren en la presencia o ausencia de crisis –periodo de toma de decisiones conscientes- y de compromiso –inversión personal en una ocupación o sistema de creencias (Morris & Maisto, 2005; Papalia, et. al., 2005):

En este contexto, es necesario que el adolescente logre una serie de objetivos imprescindibles en el logro de su identidad, para insertarse correctamente en la sociedad adulta con una sensación de bienestar, eficacia personal y madurez en todos los procesos de su vida.

El desarrollo moral es un importante cambio durante esta etapa. Piaget y Kohlberg coinciden en que en esta etapa la moralidad es fundamentalmente heterónoma (Richars, 1984).

De acuerdo con Piaget, entre los 11 y 12 años, los niños se presentan una moralidad heterónoma, es decir, presentan mayor flexibilidad respecto a las normas, así como cierta autonomía basada en el respeto mutuo y la cooperación. Tienen la idea de “equidad”, más allá de “igualdad”, considerando las situaciones específicas. Consideran no sólo la consecuencia, sino la intencionalidad (Morris & Maisto, 2005).

Kohlberg propone que después de los 10 años los individuos pasan al nivel convencional del desarrollo moral. En esta etapa, los individuos atienden a principios propios (internos) como a los de otros (externos),

tales como los de los padres y las leyes sociales. Kohlberg lo subdivide en dos estadios. El primero está formado por las expectativas interpersonales mutuas, las relaciones y la conformidad interpersonal. El segundo se basa en la moralidad de los sistemas sociales (Santrock, 2006).

- **Asertividad**

Una de las habilidades sociales que nos parece más desconocida es la asertividad. Se trata de la capacidad para empatizar con los demás pero de saber exponer nuestras emociones, deseos y necesidades de forma no agresiva. No se trata de imponer la voluntad de uno pero sí de saber expresarla y de hacer las cosas conforme nos sintamos cómodos con ellas. Los adolescentes suelen tener mucha vida social, pero en muchas ocasiones se vuelven seres egoístas y maleducados con los que es muy difícil hablar (Ujat, s/f).

De niños pudimos ser fáciles y de repente llega un momento en su vida en que se apartan de los padres y se enfadan con el mundo. Es una fase normal por la que todos hemos pasado, por mucho que nos digan cuando somos niños que la vida es difícil hasta que no te das cuenta por ti mismo no eres absolutamente consciente de ello. La adolescencia es la apertura al mundo exterior y real. Algunos niños han tenido que sufrir más de la cuenta, pero en general nuestra existencia se reduce a un mundo de fantasía hasta que llegamos a la adolescencia.

Es entonces cuando queremos afianzar nuestra personalidad y luchamos con todos y contra todos para lograrlo. La asertividad se pierde muchas veces por el camino, el esfuerzo por lograr ser uno mismo es

demasiado grande para darse cuenta de que están siendo egoístas o agresivos. La pasividad es uno de los extremos opuesto a la asertividad. La agresividad es el otro. La asertividad trata de posicionarte en el punto medio de los dos extremos, facilitando la comunicación y la relación con los demás.

- **Habilidades interpersonales**

La adolescencia es un periodo en el que las relaciones con los compañeros van ganando importancia, intensidad y estabilidad, de tal forma que el grupo de iguales pasa a constituir el contexto de socialización preferente, y una importante fuente de apoyo. Para que el adolescente consiga unas buenas relaciones sociales, y desarrolle el sentido de ajuste social, es necesario que posea unas adecuadas habilidades sociales. “Es en este estadio donde se da el nacimiento de la verdadera sociabilidad, en cuanto que la persona llega a ser consciente del propio yo y comienza a darse cuenta de la propia vida” (García, 2006, p. 107).

2.2.2 Riesgos a prevenir en la pubertad

Unicef (2011) refiere que la adolescencia temprana debería ser una etapa en la que niños y niñas cuenten con un espacio claro y seguro para llegar a conciliarse con esta transformación cognitiva, emocional, sexual y psicológica, libres de la carga que supone la realización de funciones propias de adultos y con el pleno apoyo de adultos responsables en el hogar, la escuela y la comunidad. Dados los tabúes sociales que con frecuencia rodean la pubertad, es de particular importancia darles a los

adolescentes en esta etapa toda la información que necesitan para protegerse del VIH, de otras infecciones de transmisión sexual, del embarazo precoz y de la violencia y explotación sexuales. Para muchos niños, esos conocimientos llegan demasiado tarde, si es que llegan, cuando ya han afectado el curso de sus vidas y han arruinado su desarrollo y su bienestar. Al ser la adolescencia una etapa de muchos cambios, la pubertad se convierte en el momento oportuno para fortalecer su aspecto físico y emocional.

Proporcionar servicios de salud sexual y reproductiva a los niños y niñas que están en los primeros años de la adolescencia, e impartirles conocimientos sobre este tema, es imprescindible. La región con la mayor proporción de niñas adolescentes que afirman haber iniciado su vida sexual antes de los 15 años (un 22%) es América Latina y el Caribe. También se originan traumatismos debido a la propensión a tomar riesgos, una característica de la adolescencia que se relaciona con la necesidad psicológica de explorar los límites. Esta necesidad es un aspecto del desarrollo de la identidad individual. Esta disposición a asumir riesgos lleva a muchos niños y niñas adolescentes a experimentar con el tabaco, el alcohol y otras sustancias adictivas, sin comprender cabalmente el daño que pueden ocasionar a su salud o las repercusiones a largo plazo de las adicciones, como involucrarse en conductas delictivas. La adicción más común es fumar, un hábito que casi siempre se adquiere en la adolescencia. Se estima que la mitad de los 150

millones de adolescentes que siguen fumando morirán por causas relacionadas con el consumo de tabaco (Unicef, 2011).

A pesar de ser una etapa muy importante, muchos de los que conformamos su contexto no nos preocupamos por solidificar su personalidad. Mier, P. & Sierra, T. (1995) nos dicen que mientras los adultos viven sus propias realizaciones, los adolescentes van forjando su futuro frecuentemente en un clima de soledad e incomprensión.

Muchos son los riesgos que se pueden dar en los alumnos por falta de conocimiento.

2.2.3 Importancia del rol paterno

White (1979) nos dice que los jóvenes necesitan, desde su infancia, que se levante una firme barrera entre ellos y el mundo, a fin de que no los afecten sus influencias corruptoras. Los padres deben velar incesantemente a fin de que sus hijos no se pierdan para Dios.

Asimismo refiere que las instrucciones que los padres dan a sus hijos deben ser sencillas, asegurándose de que sean comprendidas claramente. Las lecciones que los padres aprenden de la Palabra, deben presentarlas a sus mentes juveniles con tal claridad, que no puedan dejar de comprenderlas. Por sencillas que sean las lecciones sacadas de la Palabra de Dios y de su propia experiencia, pueden enseñarles a conformar su vida a la norma más alta. Aun en la infancia y la adolescencia deben aprender a vivir vidas llenas de reflexión y fervor, vidas que den una rica mies de bien.

Es imposible describir el mal que resulta de dejar a un niño librado a su propia voluntad. Algunos de los que se extravían por habérselos descuidado en la infancia, volverán en sí más tarde por haberseles inculcado lecciones prácticas; pero muchos se pierden para siempre porque en la infancia y en la adolescencia recibieron una cultura tan sólo parcial, unilateral. El niño echado a perder tiene una pesada carga que llevar a través de su vida. En la prueba, en los chascos, en la tentación, seguirá su voluntad indisciplinada y mal dirigida (White, 1979).

La Biblia nos enseña que “debe instruirse al niño en su camino y aun cuando fuere viejo no se apartará del él” (Proverbios 22:6). Cuando el pueblo de Israel era enseñado por Dios a través del camino en el desierto, Dios les dio una orden de gran importancia: “Y estas palabras que yo te mando hoy, estarán en tu corazón; y las repetirás a tus hijos, y hablarás de ellas estando en tu casa, y andando por el camino, y al acostarte y cuando te levantes” (Deuteronomio 6: 6, 7).

Cuan sagrada es la obra que los padres realizan en favor de sus hijos, especialmente por aquellos que se encuentran en la etapa de la pubertad, enfrentando cambios abruptos que necesitan de la confianza y seguridad que los padres les pueden dar.

White (1959) nos refiere que el Señor ha confiado a los padres una obra solemne y sagrada. Han de cultivar cuidadosamente el suelo del corazón. Pueden ser así colaboradores con Dios. El espera de ellos que guarden y atiendan cuidadosamente al jardín constituido por el corazón de sus hijos. Han de sembrar la buena simiente y quitar toda mala hierba.

Es necesario eliminar todo defecto del carácter, toda mala disposición; porque si se les permite subsistir, mancillarán la belleza del carácter (White, 1959).

2.2.4 Postura de la filosofía educativa adventista

La filosofía educativa de la IASD en torno a la naturaleza y educación de los niños y adolescentes, está totalmente definida por la vida de Jesús. De allí devienen los conceptos. En ese sentido, White, (1898) refiere que la vida de Jesús estuvo en armonía con Dios. Mientras era niño, pensaba y hablaba como niño; pero ningún vestigio de pecado mancilló la imagen de Dios en él. Sin embargo, no estuvo exento de tentación. Los habitantes de Nazaret eran proverbiales por su maldad. La pregunta que hizo Natanael: "¿De Nazaret puede haber algo de bueno?" demuestra la poca estima en que se los tenía generalmente. Jesús fue colocado donde su carácter iba a ser probado. Le era necesario estar constantemente en guardia a fin de conservar su pureza. Estuvo sujeto a todos los conflictos que nosotros tenemos que arrostrar, a fin de sernos un ejemplo en la niñez, la adolescencia y la edad adulta.

De esta manera podemos realizar una comparación entre las características del tiempo de Jesús y nuestros tiempos y darnos cuenta que aunque las circunstancias son diferentes, los retos y las dificultades que afrontan nuestros niños, adolescentes y jóvenes tienen un mismo grado de dificultad. Frente a este contexto podemos entender con precisión que el rol de todos los que nos encontramos inmersos en el campo de la educación es de suma importancia.

Dios ha dado a los maestros adventistas el mandato de alimentar a los corderos del rebaño (Juan 21:5) y llevar a los adolescentes a Cristo (Marcos 10:13,14), fortaleciéndolos en su crecimiento integral. Es importante recordar: “Acuérdate de tu Creador en los días de tu juventud, antes que vengan los malos días, y lleguen los años, de los cuales digas, no tengo en ellos contentamiento” (Eclesiastés. 12:1).

Para poder cumplir con esta misión es importante que cada maestro adventista se coloque diariamente en las manos de nuestro Creador, pedir la sabiduría que solo viene de lo alto para conducir a nuestros alumnos por el camino correcto a fin de que lleguen a ser ciudadanos del cielo y que puedan ser ciudadanos de bien mientras estemos en este mundo.

“El que trabaja para Cristo puede ser su agente para atraer a estos niños al Salvador. Con sabiduría y tacto, puede ligarlos a su corazón, puede darles valor y esperanza, y por la gracia de Cristo puede verlos transformados en carácter de manera que se pueda decir de ellos: ‘Porque de tales es el reino de Dios’” (Deseado de Todas las Gentes, 1898, p. 476).

La instrucción de Cristo en Mateo 18:5, 6 y 10 hace responsable a la educación adventista por las acciones, influencia y actitudes con relación a los adolescentes. Dios no desea que se pierda ni uno solo de ellos. Una Escuela adventista que refleje la actitud de Dios hacia los adolescentes los protegerá durante la transición a la adultez y los preparará para futuras funciones de liderazgo.

La adolescencia es una etapa de grandes cambios, que pueden generar conflictos, crisis existencial, dudas y hasta rebeldía, por eso la educación adventista tiene que ofrecer orientación equilibrada con relación a la sexualidad y el fortalecimiento de sus emociones. La responsabilidad de la educación adventista es orientarlos, con la visión Bíblica y Adventista, de lo contrario serán influenciados por la sociedad corrupta que los rodea.

Cuando Dios creó al ser humano lo hizo perfecto para morar por la eternidad en la tierra que él había creado por amor para sus hijos. Sin embargo, por causa del pecado, se causó una ruptura en este hermoso plan. A pesar de esto, el hombre está situado por encima de todo lo creado. La Biblia nos dice: “Le has hecho poco menor que los ángeles, y lo coronaste de gloria y de honra. Le hiciste señorear sobre las obras de tus manos; todo lo pusiste debajo de sus pies”. (Salmo 8: 5, 6). ¡Qué maravilloso amor de nuestro Salvador! En este contexto podemos reconocer la importancia de nuestro trabajo para las criaturas sin igual que Dios ha puesto en nuestras manos. Debemos llevar a estos adolescentes a reconocer los principios señalados por Dios desde la fundación del mundo previstos para la felicidad de cada uno de nosotros, entre ellos, nuestros niños, púberes y adolescentes, muy prontamente, líderes de nuestra sociedad.

2.3 Marco conceptual

2.3.1 Adaptación social: en medio de los cambios que se dan, los adolescentes tienen que lograr desarrollar conductas que les

permitan adaptarse a los diferentes ambientes en los que se desenvuelven y sentirse satisfechos al lograr también ajustar su propio comportamiento a lo que ellos necesitan. (Aguirre, 1994, p. 221)

2.3.2 Autoestima: percepción de valía o consideración que una persona tiene de sí misma a partir de los pensamientos, sentimientos y experiencias que se van teniendo a lo largo de la vida. Cuando el conjunto de interacciones con los demás aporta una percepción positiva, el sentimiento hacia uno mismo será de satisfacción.

2.3.3 Carácter: es el sello que nos identifica y diferencia de nuestros semejantes, producto del aprendizaje social. (Santos, 2004). El carácter se manifiesta en la actitud del hombre hacia sí mismo, hacia otros hombres, hacia la tarea que tiene encomendada, hacia las cosas. “El verdadero carácter es una cualidad del alma que se manifiesta en la conducta”. (White, 2003, p. 9).

2.3.4 Desarrollo puberal: la pubertad es el período de desarrollo en el que se producen los cambios físicos, modificaciones en el comportamiento, en la identidad sexual, y cambios psicosociales en la transición hacia la adultez. (Comité Nacional de Endocrinología de la Sociedad Argentina de Pediatría, 2009)

2.3.5 Espacio vital: combinación de fuerzas biológicas, sociales y ambientales; que se va estructurando y diferenciando, a través del proceso de cambios en la adolescencia. (Lewin, 1973)

2.3.6 Espermarquia: en el varón es la primera eyaculación. La espermarquia puede ocurrir durante el sueño (“poluciones nocturnas”) o por estimulación directa. (Stassen, 2006)

2.3.7 Familia: está compuesta por los padres e hijos. Se encarga de preparar a sus miembros para la vida en sociedad.

2.3.8 Habilidades sociales: se refiere a todas las destrezas relacionadas con la conducta social en sus múltiples manifestaciones. Son conductas y repertorios de conductas adquiridos principalmente a través del aprendizaje. Y una variable crucial en el proceso de aprendizaje es el entorno interpersonal en el que se desarrolla y aprende el niño. Las habilidades sociales son respuestas aprendidas, no son rasgos de la personalidad. (Peñañiel, E. & Serrano, C. 2010)

2.3.9 Identidad: sentido de sí mismo; según Erikson (1968), la tarea del adolescente de consolidar el sentido de sí mismo mediante la comprobación y la integración de diversos roles. (Myers, 2006, p. 167)

2.3.10 Menarquia: indica el comienzo de la capacidad reproductiva. Se relaciona muy de cerca con el desarrollo de los caracteres sexuales secundarios, que se manifiesta por el crecimiento de los senos, la

aparición del vello púbico y axilar, y por un aumento anual en la estatura de entre 8 y 9 centímetros, durante dos años. (Rodríguez, J., 2007)

2.3.11 Púber: persona que presenta signos de la pubertad. Comprende entre los 10 y 12 años.

CAPÍTULO III

MÉTODO DE LA INVESTIGACIÓN

1. Tipo de estudio

La investigación es de tipo preexperimental y busca identificar el efecto de la variable independiente sobre la variable dependiente. Para esto se evaluó al grupo de tratamiento con el instrumento utilizado antes y después de ser aplicado el plan pedagógico.

2. Diseño de la investigación

Pre Test	Tratamiento	Post Test
01	X	02

3. Población

La investigación se desarrolló con 71 alumnos del sexto grado de primaria de la Escuela Adventista “Unión Miraflores” del Distrito de Miraflores, departamento de Lima, perteneciente a la UGEL N° 07, con edades comprendidas entre 11 y 12 años, de ambos sexos, procedentes en su mayoría del Distrito de Miraflores, de clase social media. Se trabajó con el 100% de la población para que los resultados sean más significativos.

4. Recolección de datos y procesamiento

Se utilizó la escala de Lickert a través de la cual los datos fueron procesados y analizados con la ayuda de la Estadística Descriptiva, utilizando Paquete Estadístico SPSS 20 para Windows. Se utilizó la media, desviación estándar y un coeficiente de correlación.

5. Instrumentos utilizados

Se utilizó un inventario y un plan pedagógico los cuales se describen a continuación:

5.1 Elaboración del inventario:

Primero se nombraron las dimensiones, segundo las premisas para cada dimensión, luego fue sometida a la prueba piloto, a la revisión por psicólogos, y al juicio de expertos.

Características del instrumento de investigación:

- Es de carácter confidencial y anónimo, por lo tanto el nombre del estudiante no se registra en ninguna parte.
- Consta de 41 premisas organizadas en dos dimensiones
 - a. Conocimiento físico
 - b. Conocimiento emocional
- La distribución de la escala es:

1	2	3	4	5
Nunca	Raras veces	A menudo	Con bastante frecuencia	Siempre

5.2 Plan pedagógico “Estoy cambiando”

La autora de este plan pedagógico es la misma que realizó la presente investigación. Este plan pedagógico se realizó para combatir la falta de conocimiento y las formas de afrontar los cambios físicos y emocionales de alumnos que están atravesando las características propias de la etapa de la pubertad.

La creación y elaboración de este plan pedagógico estuvo basada en un marco teórico obtenido luego de una rigurosa investigación sobre la temática y en la experiencia obtenida durante años como docente de este grupo de alumnos. Este plan fue aplicado a 71 alumnos del sexto grado de primaria de la Institución Particular Adventista “Unión Miraflores” de Lima que se encontraban ya agrupados; primer grupo conformado por 25 alumnos; segundo grupo, 25 alumnos y un tercer grupo de también 21 alumnos. Nuestro tratamiento se desarrolló en condiciones óptimas, dentro de un clima escolar favorable. En todo momento se contó con una buena disposición de parte de los participantes, manifestada en el debate democrático de cada sesión, el entusiasmo demostrado en la aplicación de las actividades y la participación oral para exponer sus ideas e interrogantes.

El tiempo de aplicación de cada sesión fue de aproximadamente 40 a 50 minutos. El plan pedagógico consta de 12 sesiones dirigidas al conocimiento de los cambios físicos y emocionales, correspondiendo cada una con unos objetivos y contenidos específicos. Su aplicación se dio en las siguientes fases:

Primera fase: se desarrolló las temáticas de desarrollo físico con los siguientes objetivos:

Sesión 1: Dios nos creó diferentes

- Reconocer que Dios creó al hombre y a la mujer con características especiales y diferentes.
- Diferenciar las actitudes correctas de cada género.

Sesión 2: Mi cuerpo está cambiando

- Identificar los cambios a nivel hormonal que se producen en la adolescencia temprana.
- Conocer el funcionamiento de las hormonas y como intervienen en los cambios físicos.

Sesión 3: Mis cambios internos y externos

- Conocer las partes que conforman los órganos sexuales femeninos y masculinos.
- Conocer la función de los órganos sexuales.

Sesión 4: Respeto y cuidado mi cuerpo

- Valorar la higiene personal referente a su aseo personal y de esta manera prevenir las diferentes enfermedades que se asocian debido a los inadecuados hábitos cotidianos, considerando las consecuencias positivas y negativas de las prácticas de limpieza.

Sesión 5: Descubriendo nuevas experiencias

- Aceptar los cambios que se originan debido a la pubertad como la espermarquia y la menarquia.

Segunda fase: se desarrolló las temáticas de desarrollo emocional con los siguientes objetivos:

Sesión 6: Me acepto como soy

- Identificar sus características físicas y emocionales.
- Desarrollar la aceptación y satisfacción hacia la imagen que tienen de sí mismos.

Sesión 7: El juego de la autoestima

- Identificar los sucesos que pueden dañar o acrecentar la autoestima en los niños.
- Reconocer que sus compañeros merecen ser tratados con respeto.

Sesión 8: Una entrevista acerca de mi persona

- Reconocer las fortalezas y debilidades que tiene cada persona.
- Aceptar los detalles que otros opinan que uno debe mejorar.

Sesión 9: Defiendo mis ideas sin ofender a los demás

- Identificar situaciones en las cuáles deben imponer sus puntos de vista, aun sabiendo que puede causar una reacción negativa entre sus pares.

Sesión 10: ¿Qué ha pasado y qué debo hacer?

- Reconocer las fortalezas y debilidades que cada uno tiene aceptando que hay detalles en los cuales debe mejorar.
- Reconocer cuando me equivoco y saber disculparme con mis compañeros.

Sesión 11: ¿Sol o nubes?

- Aceptar que todo buen día o meta que queramos lograr depende de nuestra actitud.

Sesión 12: Tengo muchas cosas que aprender

Tomar conciencia de que no pasa nada por decir que no sabemos hacer algunas cosas.

Este plan pedagógico tiene como objetivo principal:

Preparar a los alumnos púberes a afrontar de una manera adecuada los cambios físicos y emocionales que experimentan entre edades de 10 y 12 años.

Objetivos específicos:

- Conocer los cambios físicos internos y externos que se dan en su cuerpo.
- Valorar las características propias que van adquiriendo.
- Identificar sus fortalezas y debilidades.
- Reconocer las fortalezas y debilidades de los demás.
- Potenciar la expresión emocional para mejorar la relación con el entorno.

5.3 Validez y confiabilidad del instrumento

5.3.1 Validez del instrumento

Se sometió a una prueba piloto de 15 alumnos del sexto grado de un grupo diferente al de la población. Luego de esta aplicación se pidió que los mismos estudiantes propusieran preguntas acerca de las cuales les interesaría obtener una respuesta. Con estas sugerencias se planteó el instrumento. Luego se validó el inventario con la prueba de juicio de 3 expertos.

5.3.2 Confiabilidad del instrumento

Se sometió al alfa de Cronbach para demostrar la confiabilidad del instrumento:

Tabla 2. Estadísticos de confiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,761	41

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y ANÁLISIS DE LA INVESTIGACIÓN

1. Análisis lógico mediante la prueba estadística específica

Para realizar un análisis lógico del grupo en estudio, se utilizó la Prueba T de Student frente a las hipótesis estadísticas planteadas:

H_0 = El plan pedagógico “Estoy cambiando” no es significativo en el desarrollo de la pubertad de los alumnos del 6º grado de primaria de la Escuela Particular Adventista “Unión Miraflores” de Lima.

H_a = El plan pedagógico “Estoy cambiando” es significativo en el desarrollo de la pubertad de los alumnos del 6º grado de primaria de la Escuela Particular Adventista “Unión Miraflores” de Lima.

Además se tomó en cuenta el alfa ($\alpha = 0.05$) por ser adecuado en las investigaciones de ciencias sociales y pedagógicas y el grado de significancia Sig que nos demuestra la probabilidad de que la hipótesis nula sea verdadera.

Tabla 3. Grado de significancia del Plan pedagógico “Estoy cambiando” en los púberes del sexto grado de la Escuela Adventista “Unión Miraflores”.

	Diferencias relacionadas		t	gl	Sig. (bilateral)
	Media	Desviación típ.			
PRE – POS	-34,197	14,693	-19,612	70	,000

Según la tabla 3 como el $sig < \alpha$ se decide rechazar la H_0 y aceptar la H_a que sostiene que: El plan pedagógico “Estoy cambiando” es significativo en el desarrollo de la pubertad de los alumnos del 6º grado de primaria de la Escuela Particular Adventista “Unión Miraflores” de Lima.

Tales resultados nos permiten inferir que El Plan pedagógico “Estoy cambiando” tiene un efecto significativo en el desarrollo de la pubertad de los alumnos.

Tabla 4. Grado de significancia del Plan pedagógico “Estoy cambiando” en el conocimiento de los cambios físicos de los alumnos del 6to grado de la Escuela Adventista “Unión Miraflores”.

	Diferencias relacionadas		t	gl	Sig. (bilateral)
	Media	Desviación típ.			
Físico PRE – Físico POS	-17,887	8,458	-17,821	70	,000

Encontramos también en la tabla 4 que como el $sig < \alpha$ se decide rechazar la H_0 y aceptar la H_a que sostiene que: El plan pedagógico “Estoy cambiando” tiene un efecto significativo en el desarrollo físico de la pubertad de los alumnos del sexto grado de primaria de la Escuela Particular Adventista “Unión Miraflores” de Lima.

Tabla 5. Efecto del Plan pedagógico “Estoy cambiando” en el conocimiento de los cambios emocionales de los alumnos del 6to grado de la Escuela Adventista “Unión Miraflores”.

	Diferencias relacionadas		t	gl	Sig. (bilateral)
	Media	Desviación típ.			
Emocional PRE – Emocional POS	-25,127	15,131	-13,993	70	,000

Asimismo la tabla 5 nos muestra que como el $sig < \alpha$ se decide rechazar la H_0 y aceptar la H_a que sostiene que: El plan pedagógico “Estoy cambiando” tiene un efecto significativo en el desarrollo emocional de la pubertad de los alumnos del sexto grado de primaria de la Escuela Particular Adventista “Unión Miraflores” de Lima.

2. Análisis comparativo mediante tablas de frecuencia

Teniendo en cuenta el rango de medición del efecto que puede producir el Plan Pedagógico “Estoy cambiando” en los púberes del sexto grado de la Escuela Adventista “Unión Miraflores”, presentamos las tablas de frecuencia que demostrarán el grado de impacto en los alumnos.

Tabla 6. Efecto del Plan pedagógico “Estoy cambiando” en los púberes del sexto grado de la Escuela Adventista “Unión Miraflores”.

		Frecuencia	% del N de columna
Pre test	Bajo	0	0,0%
	Medio	59	83,1%
	Alto	12	16,9%
Pos test	Bajo	0	0,0%
	Medio	4	5,6%
	Alto	67	94,4%

La tabla 6 nos muestra el efecto que dio el Plan pedagógico “Estoy cambiando” en los púberes del sexto grado de la Escuela Adventista “Unión Miraflores”, pues se puede observar que un 94% de alumnos demostraron poder afrontar los cambios de la etapa de la pubertad en un nivel alto, situación que no se observó antes de desarrollar el plan.

Tabla 7. Efecto del Plan pedagógico “Estoy cambiando” en el conocimiento de los cambios físicos de los alumnos del 6to grado de la Escuela Adventista “Unión Miraflores”.

		Frecuencia	% del N de columna
Dimensión física Pre test	Bajo	0	0,0%
	Medio	57	80,3%
	Alto	14	19,7%
Dimensión física Pos test	Bajo	0	0,0%
	Medio	1	1,4%
	Alto	70	98,6%

La tabla 7 nos muestra el efecto en el conocimiento de los cambios físicos que dio el Plan pedagógico “Estoy cambiando” en los púberes del sexto grado de la Escuela Adventista “Unión Miraflores”, pues se puede observar que un 99% de alumnos demostraron poder afrontar los cambios de la etapa de la pubertad en un nivel alto, situación que no se observó antes de desarrollar el plan.

Tabla 8. Efecto del Plan pedagógico “Estoy cambiando” en el conocimiento de los cambios emocionales de los alumnos del 6to grado de la Escuela Adventista “Unión Miraflores”.

		Frecuencia	% del N de columna
Dimensión emocional Pre test	Bajo	0	0,0%
	Medio	54	76,1%
	Alto	17	23,9%
Dimensión emocional Pos test	Bajo	0	0,0%
	Medio	4	5,6%
	Alto	67	94,4%

La tabla 8 nos muestra el efecto en el conocimiento de los cambios emocionales que dio el Plan pedagógico “Estoy cambiando” en los púberes del sexto grado de la Escuela Adventista “Unión Miraflores”, pues se puede observar que un 94% de alumnos demostraron poder afrontar los cambios de la etapa de la pubertad en un nivel alto, situación que no se observó antes de desarrollar el plan.

CONCLUSIONES

Luego del análisis y la interpretación de los resultados de la tesis titulada “Efecto del plan pedagógico ‘Estoy cambiando’ en el desarrollo de la pubertad de los alumnos del sexto grado de primaria de la Escuela Adventista Unión Miraflores”, se llegó a las siguientes conclusiones:

1. Aplicar el plan pedagógico “Estoy cambiando” logra un efecto significativo, pues permite a los alumnos enfrentar los cambios de la etapa de la pubertad sin dificultad y con mejor conocimiento lo cual quiere decir que el hecho de que un púber se conozca mejor en el ámbito físico y emocional lo ayuda a comprenderse más a sí mismo y a exigirse mejores objetivos de acuerdo a sus propias características, ya que cada persona tiene una realidad diferente y por lo tanto se debe actuar de manera diferente.
2. Luego que los alumnos participaron del plan pedagógico “Estoy cambiando” se observa que logran aceptar sus cambios físicos de la etapa de la pubertad demostrando seguridad y confianza.
3. Las emociones enfrentadas por los diversos cambios de la etapa de la pubertad que tuvieron los alumnos del sexto grado pudieron ser controladas de una manera más eficaz gracias al desarrollo del plan pedagógico “estoy cambiando”, lo cual quiere decir que ante un insulto o palabras ofensivas no se muestran agresivos sino que

buscan comunicar sus sentimientos a través del diálogo. Asimismo, analizan posibles situaciones de desánimo con dos perspectivas: positiva y negativa, escogiendo una actitud positiva para obtener mejores resultados.

RECOMENDACIONES

1. Las instituciones educativas deben incluir un plan pedagógico de acuerdo a las etapas y características de los alumnos; y este debe ser insertado dentro del plan curricular.
2. El plan debe ser aplicado en tiempo secuencial durante el lapso de un bimestre académico, esto puede permitir efectos al 100%.
3. Considerar el género, la situación económica e influencia de los padres como factores que influyen en el desarrollo de la etapa de la pubertad.
4. En un siguiente estudio, considerar la dimensión social como uno de los ámbitos relevantes en el desarrollo de la pubertad.
5. Ampliar el plan pedagógico incluyendo sesiones a realizarse con padres de familia para obtener resultados de mayor alcance.

LISTA DE REFERENCIAS

- Aberastury, A., & Knobel, M. (1997). *La adolescencia normal. Un enfoque psicoanalítico*. Buenos Aires, Argentina: Editorial Paidós.
- Adams, G. (2013). *Objective Measure of Ego Identity status: A Reference Manual*. Recuperado el 1 de noviembre de 2014, de Tendencias pedagógicas:
www.tendenciaspedagogicas.com/Articulos/2013_21_15.pdf
- Aguirre, A. (1994). *Psicología de la adolescencia*. Barcelona, España: Editorial Boixareu Universitaria.
- Alcántar, M. (2002). *Prevalencia del intento suicida en estudiantes adolescentes y su relación con el consumo de drogas, la autoestima, la ideación suicida y el ambiente familiar*. Tesis presentada para obtener el grado de licenciada en psicología. México: Universidad Nacional Autónoma de México.
- Alfaro, R. (2009). *Autoconcepto y conducta disciplinaria en los alumnos del nivel secundario de la institución Educativa Miraflores*. Tesis para optar el grado de Magíster en educación con mención en Psicología Educativa. Lima, Perú: Universidad Peruana Unión.
- Alsaker, F. (1995). *The Adolescent Experience: European and American Adolescents in the 1990s*. Lawrence Erlbaum Associates Inc.
- Amar, J., & Martínez, M. (2011). *El ambiente imperativo: Un enfoque integral del desarrollo infantil*. Colombia: Editorial Universidad del Norte.
- Ardila, L. (2007). *Adolescencia, desarrollo emocional: Guía y talleres para padres y docentes*. Colombia: Editorial Ecoe.
- Barton, F. (1996). *Harry Stack Sullivan: Interpersonal Theory and Psychotherapy*. Psychology Press.
- Bennington, J. (2000). *Diccionario enciclopédico del laboratorio clínico*. Madrid, España: Ed. Médica Panamericana.
- Bisquerra, R. (1987). *Introducción a la estadística aplicada a la investigación educativa*. Barcelona, España.
- Briers, S. (2009). *Superpoderes para padres*. Madrid: Editorial Pearson.
- Buchanan, A., & Clayden, G. (1992). *Children who soil*. California: Wiley.
- Campbell, R. (1986). *Si amas a tu hijo adolescente*. USA: Caribe: T.N. Nashville.

- Canova, F. (2004). *Psicología Evolutiva del adolescente*. Bogotá, Colombia: Sociedades de San Pablo.
- Castejón, L., & Navas, L. (2009). *Aprendizaje, desarrollo y disfunciones. Implicaciones para la enseñanza en la educación secundaria*. España: Editorial Club Universitario.
- Cerna, C. (2009). *Ambiente escolar, familiar, social y religioso y calidad de la conducta de los estudiantes de los colegios secundarios de la asociación metropolitana salvadoreña de los adventistas del séptimo día*. Tesis presentada para optar el grado de magister. México: Universidad de Montemorelos.
- Clemente, J. (24 de febrero de 2013). *El rincón educativo*. Recuperado el 2 de noviembre de 2014, de <http://elrinconeducativ.blogspot.com/2013/02/el-autoconcepto-en-la-adolescencia.html>
- Coleman, J. (1980). *Central issues in the residential care of young people*. *Journal of Adolescence*.
- Coleman, J., & Hendry, L. (2003). *Psicología de la Adolescencia*. Madrid, España: Editorial Morata.
- Comité Nacional de Endocrinología de la Sociedad Argentina de Pediatría. (2009). *Fundación de Endocrinología Infantil*. Recuperado el 2 de noviembre de 2014, de <http://www.fei.org.ar/trastornos.php?id=3>
- Covey, S. (2008). *Los siete hábitos de las familias altamente efectivas*. México: Editorial Grijalbo.
- Craig, G. (1997). *Desarrollo Psicológico*. Editorial Prentice Hall.
- Delval, J. (2008). *El desarrollo humano*. Madrid, España: Siglo XXI España editores.
- Departamento de Educación de los Estados Unidos. (2005). *Cómo ayudar a su hijo durante los primeros años de la adolescencia*. Oficina de Comunicaciones y Relaciones Comunitarias.
- El Comercio. (6 de setiembre de 2012). *Pre adolescentes y jóvenes de Lima beben alcohol dos veces por semana*. Periódico El Comercio.
- Erikson, E. (1968). *Identidad: Juventud y crisis*. WW Norton.
- Erikson, E. (1972). *Sociedad y adolescencia*. México: Siglo XXI editores S.A.

- Estévez, P. (16 de abril de 2013). La importancia de la autoestima en la adolescencia. Recuperado el 2 de noviembre de 2014, de El blog de apsa sobre infancia y adolescencia: <http://elarbolquecrece.blogspot.com/2013/04/la-importancia-de-la-autoestima-en-la.html>
- Florenzano, R. (1998). El adolescente y sus conductas de riesgo. Santiago de Chile: Ediciones Universidad Católica.
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2011). La adolescencia: Una época de oportunidades. Nueva York, Estados Unidos.: Hatteras Press.
- Freud, A. (1961). El yo y los mecanismos de defensa. Barcelona, España: Editorial Paidós.
- Fromm, E. (1979). Grandeza y limitaciones del pensamiento de Freud. México: Siglo xxi editores.
- Fromm, E. (1979). Grandeza y limitaciones del pensamiento de Freudt. México: Siglo XXI editores S.A.
- García, J. (2006). Adolescentes: guía al caminar. Barcelona: Ediciones STJ.
- García, N. (2006). Ideación e intento suicida en estudiantes adolescentes y su relación con el consumo de drogas. México: Universidad Nacional Autónoma de México.
- Gesell, A. (1956). El niño de 11 y 12 años. Barcelona: Paidós.
- Grupo La República digital. (21 de setiembre de 2009). Minsa presenta análisis sobre la situación de los adolescentes en el Perú.
- Haeussler, I. (2000). Desarrollo emocional del niño. Madrid, España: Editorial Médica Panamericana.
- Hamel. (1985). Intervención en la adolescencia.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M. (2010). Metodología de la investigación. México: Editorial Mc Graw Hill.
- Hersh, R., Reimer, J., & Paolitto, D. (1984). El crecimiento moral: de Piaget a Kohlberg. Madrid, España: Narcea Ediciones.
- Holt, R. (1989). Freudt Reappraised: a fresh look at psychoanalytic theory. New York: The Guilford Press.
- Horney, K. (1979). El nuevo psicoanálisis. Fondo de Cultura Económica.

- Hurlock, E. (1994). *Psicología de la Adolescencia*. México: Editorial Paidós.
- James, W. (2001). *Psychology: The Briefer Course*. Nueva York: Dover Publications, Inc.
- Kaplan, R., & Saccuzzo, D. (2006). *Pruebas psicológicas: Principios, aplicaciones y temas*. Ed. 6. Cengage Learning Editores.
- Kelley, W. (1992). *Medicina interna*. Madrid, España: Editorial Médica Panamericana.
- La República. (21 de setiembre de 2009). Minsa presenta análisis sobre la situación de los adolescentes en el Perú. Periódico La República.
- Lahey, B. (1999). *Introducción a la psicología*. Editorial Mc Graw-Hill.
- Lamborn, S., Steinberg, L., & Dornbush, S. (1991). Pattern of competence and adjustment among from authoritative, authoritarian, indulgent and neglectful families. *Child Development* 62, 1049-1065.
- Lapa, V. (2003). *Niveles de desajuste del comportamiento sicosocial en adolescentes escolares en una zona urbana de Lima Metropolitana*. Tesis para optar el título profesional de Licenciado en Psicología. Lima, Perú: Universidad San Martín de Porres.
- Lewin, K. (1973). *Dinámica de la personalidad*. Madrid, España: Ediciones Morata.
- Marcia, J. (1980). *Identity in adolescence*. New York: Wiley: In J.Andelson (Ed.).
- Mier, P., & Sierra, T. (1995). *Adolescencia: riesgo total*. México: Panorama Editorial.
- MInsa. (2009). *Documento Técnico: Análisis de situación de salud de las y los adolescentes, ubicándolos y ubicándonos*. Lima, Perú: SINCO Editores.
- Morris, C., & Maisto, A. (2005). *Introducción a la psicología*. México: Pearson Education Inc.
- Muñoz, C., Crespi, P., & Angrehs, R. (2011). *Habilidades Sociales*. España: Ediciones Paraninfo.
- Murder, A. (11 de 6 de 2012). *El mundo de la orientación educativa*. Recuperado el 2 de noviembre de 2014, de <http://missmurderana.blogspot.com/2012/06/adaptacion-social.html>
- Myers, D. (2005). *Psicología*. Madrid: Médica Panamericana.

- Navarro, I. (2011). *Psicología del desarrollo humano: del nacimiento a la vejez*. Alicante, España: Editorial CLub Universitario.
- Obiols, G., & Obiols, S. (2006). *Adolescencia, posmodernidad y escuela*. Buenos Aires, Argentina: Noveduc.
- Oliva, A., Parra, A., & Sánchez, I. (s.f.). *Relaciones con padres e iguales como predictoras del ajuste emocional y conductual durante la adolescencia*. Sevilla, España: Universidad de Sevilla.
- Olson, D., Portner, J., & Lavee, Y. (1985). *FACES II*. Mineapolis: Universidad de Minnesota.
- ONU. (s.f.). *Temas mundiales*. Recuperado el 2 de noviembre de 2014, de <http://www.un.org/es/globalissues/family/>
- Papalia, D. (2005). *Desarrollo humano*. México: Editorial Mc Graw-Hill.
- Papalia, D., Wendkos, S., & Duskin, R. (2009). *Psicología del Desarrollo*. México: Editorial Mc Graw-Hill.
- Páramo, M. (2009). *Adolescencia y psicoterapia: análisis de significados a través de grupos de discusión*. Salamanca, España: Ediciones Universidad de Salamanca.
- Parolari, F. (2005). *Psicología de la adolescencia: despertar para la vida*. Bogotá, Colombia: Sociedad San Pablo.
- Parra, A. (2005). *Familia y desarrollo adolescente: un estudio longitudinal sobre trayectorias evolutivas*. Memoria presentada para optar el grado de doctor en psicología. Sevilla, España: Universidad de Sevilla.
- Peñafiel, E., & Serrano, C. (2010). *Habilidades sociales*. EDITEX.
- Peñas, M. (2008). *Características socioemocionales de las personas adolescentes superdotadas*. Ministerio de Educación.
- Pons, J. (2004). *El autoconcepto en la adolescencia: Evaluación, factorización y análisis estructural*. *Stadium: Revista de humanidades*, Volúmen 10, pp 135-154.
- R., B. (2005). *Técnicos medios: especialistas en menores*. Sevilla, España: MAD-Editorial.
- Rank, O. (1971). *El doble: un estudio psicoanalítico*. UNC Press Books.
- Razinkov, O. (1984). *Diccionario de Filosofía*. Moscú: Ed. Progreso.

- Real Academia Española. (s.f.). Diccionario de la lengua española. Recuperado el 4 de noviembre de 2014, de <http://lema.rae.es/drae/?val=pubertad>
- Rice, P. (1997). *Desarrollo humano: Estudio del ciclo vital*. México: Editorial Pearson-Prentice Hall.
- Rodríguez, J. (2007). *Matronas del Servicio Gallego de Salud. Materias específicas, volumen 2*. España: MAD-Eduforma.
- Rodríguez, V. (s.f.). *Manual para la prevención del consumo de drogas*. Lima: Editorial AVANFIT.
- Sánchez, V. (2006). *Tu hijo de 13 a 14 años*. Madrid, España: Ediciones Palabra S.A.
- Santa Biblia. (1960). *Versión Reina Valera*. México: SBU.
- Santos, J. (2008). *La Ruta: un mapa para construir futuros*. USA: Retcambio Solutions.
- Santrock, J. (2006). *Psicología del desarrollo: El ciclo vital (10 ed)*. Madrid, España: McGraw –Hill/Interamericana de España.
- Stanley, G. (1908). *Adolescence: Its Psychology and Its Relations to Physiology, Anthropology, Sociology, Sex, Crime, Religion and Education*. London.
- Stassen, K. (2006). *Psicología del desarrollo de la infancia y adolescencia*. Madrid: Editorial Médica Panamericana.
- Stassen, K. (2007). *Psicología del desarrollo: Infancia y adolescencia*. 7ma edición. Madrid, España: Editorial Médica Panamericana.
- Susman, E., & Rogol, A. (2004). *Puberty and psychological development*. Wiley, New Jersey: In R. M. Lerner & L. Steinberg.
- Tesouro, M., Palomares, M., Bonachera, F., & Martínez, L. (2013). Estudio sobre el desarrollo de la identidad en la adolescencia. *Tendencias pedagógicas*, 211-224.
- Trueba, B. (1999). *Talleres integrales en educación infantil*. Madrid, España: Ediciones La Torre.
- Udry, J. (1988). Biological predispositions and social control in adolescent sexual behavior. *American Sociological Review*, 53, 709-722.
- UJAT. (s.f.). *XI Congreso Mexicano de Psicología Social*. México: Universidad Juárez Autónoma de Tabasco.

- Unglaub, D. (2009). Fisiología humana. Un enfoque integrado. Buenos Aires, Argentina: Editorial Médica Panamericana.
- UNICEF. (2001). Adolescencia en América Latina y el Caribe: orientaciones para la formulación de políticas. Bogotá, Colombia: UNICEF.
- UNICEF. (2011). La adolescencia: una época de oportunidades. Estados Unidos: UNICEF.
- UNICEF. (s.f.). Únete por la niñez. Recuperado el 1 de Noviembre de 2014, de <http://www.unicef.org/peru/spanish/overview.html>
- University of Maryland Medical of Center. (2 de Noviembre de 2014). Pubertad y adolescencia. Recuperado el 2 de noviembre de 2014, de sitio web de University of Maryland Medical of Center: <http://umm.edu/health/medical/spanishency/articles/pubertad-y-adolescencia>
- Valles, A., & Valles, C. (2008). Autoconcepto y Autoestima en adolescentes. Plan pedagógico de autoconcepto y autoestima . España: Editorial Escuela Española.
- Van Pelt, N. (1989). Desarrollo integral de los adolescentes. Florida: Asociación Publicadora Interamericana.
- Van Pelt, N. (2004). Cómo formar hijos vencedores. Buenos Aires, Argentina: Asociación Casa Editora Sudamericana.
- Vanegas, C. (2009). Ambiente escolar, familiar, social y religioso y calidad de la conducta de los alumnos de los colegios secundarios de la Asociación Metropolitana Salvadoreña de los Adventistas del Séptimo Día. Tesis para optar el grado de magister en Administración. México: Universidad Adventista de Morelos.
- White, E. (1898). El Deseado de todas las gentes. Argentina: Asociación Casa Editora Sudamericana.
- White, E. (1959). El hogar cristiano. Argentina: Asociación Casa Editora Sudamericana.
- White, E. (1964). La educación. Argentina: Asociación Casa Editora Sudamericana.
- White, E. (1979). Consejos para los maestros, padres y alumnos. Argentina: Asociación Casa Editora Sudamericana.
- White, E. (2003). Padres preparados, hijos vencedores 2. Buenos Aires, Argentina: Asociación Casa Editora Sudamericana.

White, E. (2008). *Conducción del niño*. Argentina: Asociación Casa Editora Sudamericana.

Zárate, I. (2003). *Factores psicosociales familiares asociados a la iniciación sexual en escolares de educación secundaria de Lima* Carcado. Tesis presentada para optar el grado de magíster en psicología. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos.

ANEXOS

Anexo 1. Instrumento de investigación

I.E.A. "MIRAFLORES"



Inventario de desarrollo físico y emocional para púberes

Estimado(a) alumno(a):

Con el deseo de brindarte un programa que te ayude a conocer más sobre los cambios físicos y emocionales que se inician en la pubertad, solicitamos tu colaboración al responder la presente encuesta de carácter estrictamente confidencial, pues solo será utilizada con fines estadísticos, de investigación y de ayuda. Tus respuestas serán muy útiles.

Gracias por tu colaboración

Responda de acuerdo a la siguiente leyenda:

1	2	3	4	5
Nunca	Raras veces	A menudo	Con bastante frecuencia	Siempre

N°	Ítem	Puntaje
CONOCIMIENTO FÍSICO		
1	Me siento a gusto con mi apariencia física	
2	Quisiera ser diferente en mi aspecto físico	
3	Me gusta verme físicamente arreglado(a) y aseado(a)	
4	Me avergüenzo de mi cuerpo cuando llevo poca ropa	
5	En mi tiempo libre desarrollo alguna actividad física o deportiva	
6	En mi tiempo libre veo televisión, leo o me entretengo con videojuegos	
7	Me interesa realizar ejercicio físico para mantenerme en un buen peso	
8	Considero que soy bueno(a) en los deportes	
9	Demuestro mucha energía física	
10	Sobresalgo en los deportes	
11	Me gusta la resistencia física que tengo	
12	Mis compañeros(as) me eligen para los juegos y los deportes	
13	Prefiero otros pasatiempos en lugar de realizar deportes	
14	Consumo alimentos como verduras, frutas y cereales	
15	Consumo mucha azúcar, sal, comida "chatarra" o con grasa	
16	Duermo las horas adecuadas (8 horas) cada día sintiéndome descansado(a)	
CONOCIMIENTO EMOCIONAL		
17	Me es fácil comunicar a las personas lo que siento	

18	Puedo darme cuenta cuando mi amigo(a) se siente triste	
19	Me doy cuenta cuando una persona está molesta conmigo aunque no me lo diga	
20	Converso con mis padres sobre los cambios físicos que se están iniciando en mí	
21	Me resulta difícil hablar con mis padres sobre los cambios que tengo	
22	Puedo hablar fácilmente sobre mis sentimientos con mis padres	
23	Acepto los consejos de mis padres para tomar una decisión importante	
24	Mis padres dedican tiempo para ayudarme con mis tareas escolares	
25	Deseo que mis padres pasen más tiempo conmigo	
26	Dialogo con mis padres sobre lo que deseo hacer en mi tiempo libre	
27	Acepto los consejos que me dan mis padres cuando cometo una equivocación	
28	Mis padres toman en cuenta mis ideas para establecer las normas del hogar	
29	Cuando juego un deporte en grupo, no me siento mal si me equivoco	
30	Al realizar las actividades escolares tengo confianza en mí mismo(a)	
31	Siempre hago las cosas de la forma como creo que es correcto hacerlo	
32	Me siento feliz con mi forma de ser con los demás	
33	Soy hábil en las tareas académicas que realizo	
34	Me siento a gusto con los cambios físicos que se están dando en mi cuerpo	
35	Considero que mi aspecto físico es mejor que el de mis compañeros	
36	Me gusta la forma de mi cuerpo	
37	Siento que algunas partes de mi cuerpo me desagradan	
38	Me siento a gusto con mi rostro	
39	Me gusta mirarme al espejo	
40	Creo que mis amigos(a) son más guapos que yo	
41	Quisiera que los demás consideren que soy muy guapo(a)	

Anexo 2. Plan pedagógico “Estoy cambiando”

Universidad Peruana Unión

Institución Educativa Adventista

Unión Miraflores

**PLAN PEDAGÓGICO
“ESTOY CAMBIANDO”**



Prof. Zoraida Plasencia Salcedo

Índice

	pág.
Introducción	
Justificación del Plan Pedagógico “Estoy Cambiando”.....	5
Descripción del Plan Pedagógico.....	7
Objetivos del Plan Pedagógico.....	8
Estructura del Plan Pedagógico.....	8
Plan Pedagógico.....	11

INTRODUCCIÓN

¡Llegaste a la edad de la pubertad! Pero, ¿qué es pubertad? ¡No te enredes tanto! Es una etapa muy linda por la que hemos pasado todas las personas pero a la vez que es una etapa divertidísima también será muy sorprendente en cuanto a los cambios que se darán en ti. Esto se debe a que te estás transformando en un adulto y te están ocurriendo cambios, tanto físicos como mentales y emocionales.

Cuando te des cuenta que los cambios están empezando en ti quizá te resulte difícil entenderlos y adaptarte a ellos. Todos los cambios por los que estás pasando y por los que pasarás son completamente normales. No hay nada de qué avergonzarse, ni tener miedo. Recuerda, no eres el primero en pasar por esto. Les pasó a tus padres, a tus maestros y a todos los adultos que conoces. Así, toma este mensaje para ti:

“Te acompaño en tu transformación, con profundo respeto por tu persona y el camino que anhelas seguir, sabiendo que en el propio guiarte está mi propio aprendizaje. Porque tus retos, provocaciones y dudas me sacan de mi comodidad y me obligan a revisar nuevamente mis valores, mis creencias y mis prioridades. Me llevan a ver muchas veces la incongruencia entre mis palabras y mis acciones. Así, al ayudarte, me ayudo a mí mismo. Y así también, a través de tu búsqueda, yo pueda aclarar la mía”.

Rocío Barocio

El Plan Pedagógico “Estoy cambiando” busca despejar en gran manera tus dudas y prepararte para afrontar de manera más sencilla esta etapa tan importante.

Justificación

En la actualidad los adolescentes están expuestos a muchos peligros que por diversos factores pueden afectar su integridad física o emocional.

En el informe sobre El Estado Mundial de la Infancia de 2011 realizado por la UNICEF, Anthony Lake, director ejecutivo nos dice: “Hoy en día, 1.200 millones de adolescentes se encuentran en la encrucijada entre la infancia y el mundo adulto. Nueve de cada 10 viven en el mundo en desarrollo y afrontan grandes dificultades –desde acceder a la enseñanza hasta, sencillamente, permanecer con vida– que son incluso mayores para las niñas y las mujeres jóvenes.

Engebak (2001) nos refiere que América Latina y el Caribe se enfrentan hoy más que nunca al reto de responder a las necesidades y exigencias planteadas por aquellos niños, que dejando atrás la infancia, se encaminan ahora hacia el mundo adulto. Así, la UNICEF, agrega, quiere dar visibilidad a los derechos humanos de los adolescentes, entre los 12 y 18 años, quienes conforman alrededor del 20% de la región total de esta región, quienes viven en circunstancias diversas y en nuevos contextos de riesgo, que las generaciones precedentes no conocieron.

La UNICEF en relación con el Perú nos muestra que los adolescentes peruanos tienen una serie de características especiales. Algunos datos principales sobre su situación actual son los siguientes:

Hay algo más de 3, 600,000 peruanos entre los 12 y 18 años de edad, lo que representa casi el 13% de la población. De ellos el 50,63 son hombres y el 49,3% mujeres.

En el año 2003, el 73,5% de los adolescentes peruanos residían en el área urbana y el 26,5% en el área rural.

Se estima que en el campo, el 74% de los jóvenes son pobres mientras que en la ciudad el porcentaje es de 39,8%. La exclusión y la inequidad son el orden del día para estos chicos.

Además de todos estos antecedentes que observamos a nivel mundial, sudamericano y de nuestro país, somos conscientes de que día a día podemos ver, escuchar o conocer diferentes historias relacionadas con adolescentes que no saben cómo enfrentar la vida en sociedad, la vida estudiantil y hasta la vida familiar. Asimismo, aunque ya pasaron por esta edad, encontramos padres que con mucha dificultad y temor se enfrentan a conductas que desequilibran sus emociones. Y es que esta etapa es reconocida por todos como la época de mayor tensión e inquietud en la vida de un ser humano. Ardila (2007) nos menciona que los cambios que se producen en esta etapa se dan de manera tan acelerada que pueden causar dificultades que podrán observarse en las relaciones del adolescente con el adulto. Estas situaciones nos llevan a pensar que existe un eslabón entre la niñez y la juventud que no está siendo utilizado correctamente a fin de que el paso de una etapa a otra se realice de una manera más imperceptible y agradable, logrando que los próximos ciudadanos lleguen a ser exitosos en la vida, brindando a su vez oportunidades a su nueva generación.

El hecho de que un púber se conozca mejor en el ámbito físico y emocional lo ayuda a comprenderse más a sí mismo y a exigirse mejores objetivos de acuerdo a sus propias características, ya que cada persona tiene una realidad diferente y por lo tanto se debe actuar de manera diferente.

Descripción

- Es un Plan para prevenir el desconocimiento de sus cambios físicos y emocionales.
- Los materiales que conforman el plan son el cuadernillo del maestro y el cuadernillo del alumno.

- El maestro dispone de un cuadernillo de actividades diseñado para facilitar su tarea educativa., que consta de un soporte teórico que oriente su labor, y una serie de actividades estructuradas en torno al conocimiento del desarrollo físico y emocional.
- El cuadernillo del alumno pretende ser para los alumnos una herramienta amena, clara y divertida de trabajo, que combina historias, situaciones hipotéticas, vídeos, encuestas, con actividades de trabajo e ideas clave.
- El Plan consta de 12 sesiones de trabajo práctico de duración variable, diseñadas para ser llevadas a cabo por educadores en el ámbito educativo no formal, en las que a través de una metodología dinámica, activa y amena los alumnos aprenden a estimular y fortalecer el aspecto emocional a la vez que descubren y aceptan los cambios físicos que van dándose en su cuerpo.

Objetivos del Plan Pedagógico “Estoy Cambiando”

Objetivo general

El objetivo del Plan Pedagógico “Estoy Cambiando” es preparar a los alumnos púberes a afrontar los cambios físicos y emocionales que experimentarán entre los 10 y 12 años.

Objetivos específicos

- Conocer los cambios físicos internos y externos que se dan en su cuerpo.
- Valorar las características propias que van adquiriendo.
- Identificar sus fortalezas y debilidades.
- Reconocer las fortalezas y debilidades de los demás.
- Potenciar la expresión emocional para mejorar la relación con el entorno.

Estructura del Plan Pedagógico “Estoy Cambiando”

Primera parte: Desarrollo Físico

Sesión 1: Dios nos creó diferentes

- Reconocer que Dios creó al hombre y a la mujer con características especiales y diferentes.
- Diferenciar las actitudes correctas de cada género.

Sesión 2: Mi cuerpo está cambiando

- Identificar los cambios a nivel hormonal que se producen en la adolescencia temprana.
- Conocer el funcionamiento de las hormonas y como intervienen en los cambios físicos.

Sesión 3: Mis cambios internos y externos

- Conocer las partes que conforman los órganos sexuales femeninos y masculinos.
- Conocer la función de los órganos sexuales.

Sesión 4: Respeto y cuidado mi cuerpo

- Valorar la higiene personal referente a su aseo personal y de esta manera prevenir las diferentes enfermedades que se asocian debido a los inadecuados hábitos cotidianos, considerando las consecuencias positivas y negativas de las prácticas de limpieza.

Sesión 5: Descubriendo nuevas experiencias

- Aceptar los cambios que se originan debido a la pubertad como la espermarquia y la menarquia.

Segunda parte: Desarrollo emocional

Sesión 6: Me acepto como soy

- Identificar sus características físicas y emocionales.
- Desarrollar la aceptación y satisfacción hacia la imagen que tienen de sí mismos.

Sesión 7: El juego de la autoestima

- Identificar los sucesos que pueden dañar o acrecentar la autoestima en los niños.
- Reconocer que sus compañeros merecen ser tratados con respeto.

Sesión 8: Una entrevista acerca de mi persona

- Reconocer las fortalezas y debilidades que tiene cada persona.
- Aceptar los detalles que otros opinan que uno debe mejorar.

Sesión 9: Defiendo mis ideas sin ofender a los demás

- Identificar situaciones en las cuáles deben imponer sus puntos de vista, aun sabiendo que puede causar una reacción negativa entre sus pares.

Sesión 10: ¿Qué ha pasado y qué debo hacer?

- Reconocer las fortalezas y debilidades que cada uno tiene aceptando que hay detalles en los cuales debe mejorar.
- Reconocer cuando me equivoco y saber disculparme con mis compañeros.

Sesión 11: ¿Sol o nubes?

- Aceptar que todo buen día o meta que queramos lograr depende de nuestra actitud.

Sesión 12: Tengo muchas cosas que aprender

- Tomar conciencia de que no pasa nada por decir que no sabemos hacer algunas cosas.

DESARROLLO FÍSICO

Sesión 1: Dios nos creó diferentes

Objetivo: Reconocer que Dios creó al hombre y a la mujer con características especiales.

Materiales: PPT sobre las diferentes familias de animales que Dios creó y la pareja humana. Hoja de aplicación.

Tiempo: 40 minutos

Ideas a discutir:

- Dios nos creó diferentes porque cada género tiene una función diferente que cumplir.
- Las diferencias entre géneros no hacen que uno sea mejor que el otro, sino que se complementan.

Las diferencias entre los niños y las niñas generalmente pueden ser:

- **Niños**

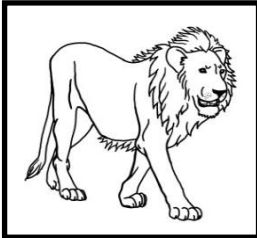
1. Son más inquietos.
2. Pueden ser menos ordenados.
3. Tienden a buscar la gratificación inmediata.
4. Comen rápidamente y saltan de una actividad a otra.
5. Se centran enseguida en la resolución de un problema.
6. Prefieren participar en actividades que crean tensión (deportes, peleas y juegos).
7. Se centran en una sola tarea.
8. Juegan a juegos que requieren más espacio y necesitan estar más tiempo en el exterior.
9. Tienen mejor razonamiento aritmético, destacan en habilidades mecánicas y visoespaciales.
10. Tienen mayores dificultades para expresar sus sentimientos.

- **Niñas**

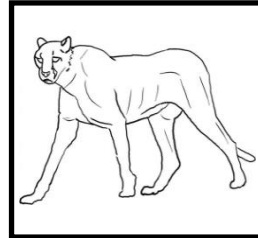
1. Las actividades motrices son más lentas, menos vigorosas.
2. Desarrollan mejor el cálculo aritmético.
3. Tienen mejores habilidades manuales: mejor control de la muñeca y dedos, por tanto de la psicomotricidad fina.
4. Destacan en la percepción rápida de detalles y en tareas que implican atención y memoria.
5. Presentan mejor coordinación física y un desarrollo más precoz.
6. Son más expresivas en su lenguaje verbal y gestual.
7. Son más disciplinadas, obedientes y, en general, tranquilas

SOMOS DIFERENTES

Observa las siguientes imágenes y de acuerdo al tema expuesto escribe cuáles son las funciones de la pareja de leones en su comunidad.



Género: _____
 Función: _____



Género: _____
 Función: _____

Dios también creó al hombre y a la mujer con características especiales.
 La Biblia dice:

“Cuando Dios creó al hombre, lo creó a su imagen; varón y mujer los creó, y les dio su bendición”. Génesis 1:27, 28 (DHH).

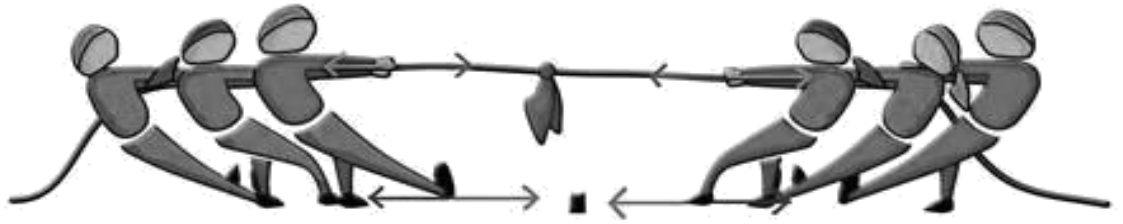
Las mujeres y los hombres tienen diferentes características que Dios les dio:

Actividad:

Colorea la imagen con quien te identificas. Escribe las características correspondientes a cada género.



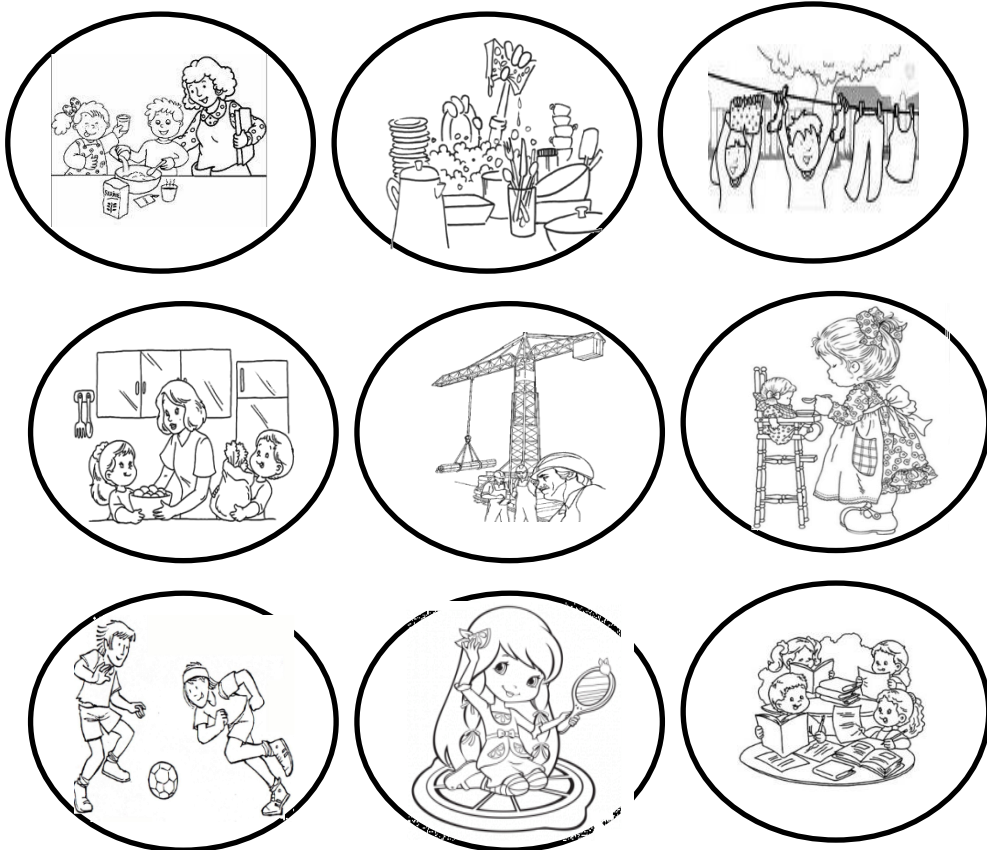
Observa la imagen:



1. ¿Qué pasaría si en uno de los lados hay solo niños y en el otro lado solo hay niñas?

2. ¿Qué sucede si los niños y las niñas se mezclan en los dos grupos?

A pesar de que hay diferencias entre hombres y mujeres, hay actividades que pueden ser realizadas por ambos. Coloréalas.



DESARROLLO FÍSICO

Sesión 2: Mi cuerpo está cambiando

Objetivo: Identificar los cambios a nivel hormonal que se producen en la adolescencia temprana.

Materiales: Texto informativo

Tiempo: 40 minutos

Ideas a discutir:

- El cuerpo del niño cambia para llegar a convertirse en un adulto.
- Los cambios son diferentes de persona a persona y debo aceptarme con los cambios que tengo.
- **Los cambios en la pubertad**

La pubertad es el nombre que usamos para referirnos al período en el que el cuerpo de un niño empieza a desarrollarse y a cambiar para convertirse en un adulto. Durante la pubertad, tu cuerpo crecerá más rápidamente que en cualquier otro momento de tu vida, excepto cuando eras un bebé. En aquel entonces, tu cuerpo creció muy deprisa y aprendiste muchas cosas - durante la pubertad harás eso y mucho más.

Es bueno conocer los cambios que acompañan a la pubertad antes de que ocurran, y es muy importante recordar que todo el mundo pasa por esos cambios.

Cuando tu cuerpo alcanza una edad determinada, tu cerebro libera una hormona especial que inicia los cambios de la pubertad. Se denomina hormona liberadora de



gonadotropina o GnRH (por sus siglas en inglés). Cuando la GnRH llega a la hipófisis, ésta libera dos hormonas más en el torrente sanguíneo: la **luteinizante** y la **foliculoestimulante**. Tanto los hombres como las mujeres tienen estas dos hormonas en el cuerpo, pero, dependiendo de si eres chico o chica, estas hormonas actuarán en distintas partes de tu cuerpo.

En el caso de los **chicos**, las hormonas viajan por el torrente sanguíneo y envían a los testículos la señal de que deben empezar a producir **testosterona** y **esperma**. La testosterona es la hormona que provoca la mayoría de los cambios en el cuerpo de los chicos durante la pubertad. Para que un hombre se pueda reproducir, es necesario que produzca espermatozoides.

En el caso de las **chicas**, la FSH y la LH se dirigen a los ovarios, que contienen óvulos que han estado allí desde el nacimiento. Estas hormonas estimulan a los ovarios para que empiecen a producir otra hormona llamada **estrógeno**. El estrógeno, junto con la FSH y la LH, hacen que madure el cuerpo de una chica, preparándolo para el embarazo.

Por lo tanto, esto es lo que está sucediendo realmente durante la pubertad - todas esas sustancias químicas moviéndose por el interior de tu cuerpo y haciendo que dejes de ser un niño para transformarte en una persona adulta con niveles hormonales adultos.

- **Dándole la cara a los cambios**

Durante la pubertad, todas esas hormonas trabajando en tu cuerpo te causan acné (granitos). Por lo general, esos granitos salen cuando comienza la pubertad, y es posible que los tengas durante la adolescencia. Los granitos pueden salir en la cara, en la parte superior de la espalda o la parte superior del pecho. Para controlarlos, debes

mantener la piel limpia. Tu médico también puede darte sugerencias para eliminar el acné. La buena noticia es que el acné generalmente desaparece o mejora mucho al terminar la adolescencia.

- **¿Y el olor?**

Muchos adolescentes notan que tienen un nuevo olor debajo de los brazos y en otras partes del cuerpo cuando comienzan la pubertad - ¡y que no es un buen olor! Ese olor desagradable lo tienen todas las personas. Cuando entras en la pubertad, las hormonas afectan las glándulas de la piel, y esas glándulas producen sustancias químicas que tienen mal olor. Los púberes también sudan más durante la pubertad y la piel se les vuelve grasienta.

¿Qué puedes hacer para no tener mal olor? Lo más importante es estar limpio. Date duchas diarias, por la mañana antes de ir a la escuela o por la noche antes de acostarte. También es una buena idea darte una ducha después de hacer deportes o ejercicios. Otra manera de controlar el mal olor es usando desodorante. También es bueno usar un desodorante.

CAMBIOS QUE SE DAN EN LA PUBERTAD DE ACUERDO AL SEXO

- **Chicas**

El vello.- Empezará a salir en la zona púbica y axilar.

El pecho.- Empezarán a desarrollarse los senos. En cada chica será de manera diferente.

La forma de tu cuerpo.- las caderas se ensancharán y la cintura se acentúa. La grasa empieza a acumularse en la zona abdominal, las piernas y las nalgas.

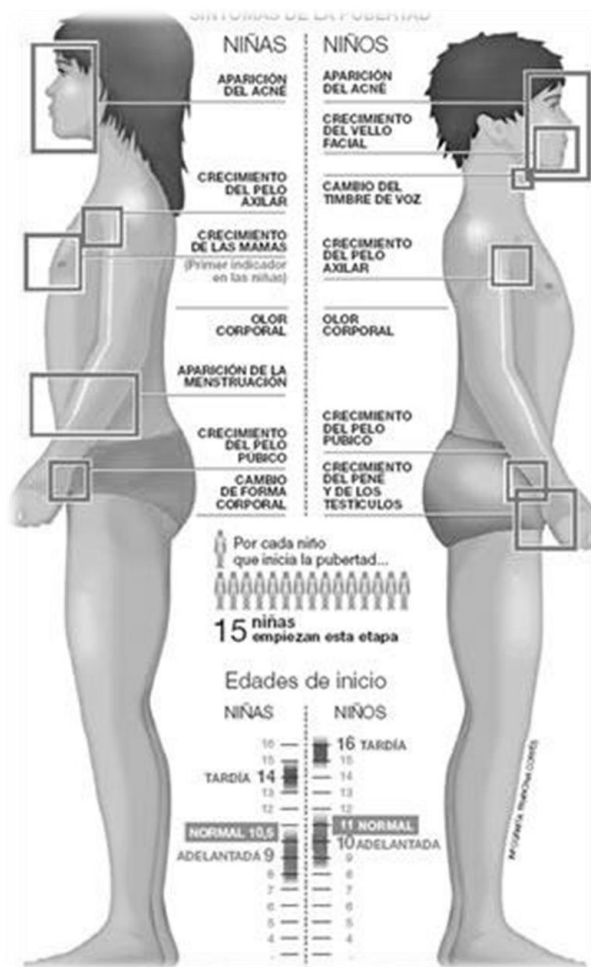
- **Chicos**

El vello.- Empezará a salir en la zona púbica y axilar. Los vellos de las piernas aumentan y en algunos casos también saldrán vellos en el pecho. En la cara aparecen los primeros pelitos finos en la zona del bigote.

La voz.- Empiezan a ocurrir los cambios en la voz. Durante algún tiempo se presentará un tono extraño, con algunos “gallitos”, hasta que termines de cambiar tu registro y tendrás voz de hombre.

La forma de tu cuerpo.- Los hombros se ensanchan y el cuerpo crece dándose un “estirón”. Se gana peso, los músculos crecen y se endurecen. Es importante practicar deporte.

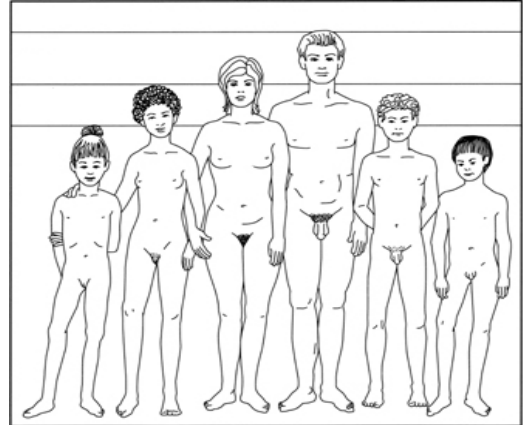
El pene.- Juntamente con los testículos crecen y se presentarán erecciones a menudo debido al aumento de las hormonas sexuales.



¿CAMBIOS? ... NOS PREPARAMOS PARA ENFRENTARLOS

1. Identifica los cambios físicos que se dan en la pubertad:

Los cambios físicos y emocionales que se dan en la pubertad se hayan ligados entre sí sin que podamos separarlos. Estos cambios están integrados y al ejecutarse en nosotros hace que seamos personas únicas e irremplazables. “Y Daniel propuso en su corazón no contaminarse” Daniel 1: 8



CAMBIOS FÍSICOS EN LA PUBERTAD	
VARONES	MUJERES

2. Analiza e identifica (colorea) los buenos hábitos que debes conservar para que los cambios se den correctamente en tu persona:

No usar desodorante ya que los olores que emito son normales.

Consumir abundante agua pura, verduras y frutas frescas.

Consumir alimentos a toda hora, cada vez que tengo hambre.

Practicar deportes para desarrollar mis huesos y músculos.

Ocultar los cambios que me van ocurriendo para que nadie se dé cuenta.

Evitar el consumo de golosinas, gaseosas y dulces.

Asearme diariamente manteniendo mi higiene corporal.

Pasar más tiempo como cibernauta que haciendo deportes.

DESARROLLO FÍSICO

Sesión 3: Mis cambios internos y externos

Objetivo: Conocer las partes que conforman los órganos sexuales femeninos y masculinos, y su función.

Materiales: Imágenes de los órganos sexuales. Hoja de aplicación.

Tiempo: 40 minutos

Ideas a discutir:

- Los órganos sexuales de cada género tienen una función única.
- Los órganos sexuales forman parte de mi intimidad.

- **ÓRGANOS SEXUALES FEMENINOS**

- **Los genitales internos:**

La vagina: es una abertura elástica que se comunica con el cuello uterino.

El cuello del útero: comunica la vagina con el útero.

Trompas de Falopio: Son dos conductos que comunican al útero con los ovarios y por ellos pasan los óvulos maduros.

Los ovarios: Son dos órganos en forma de nuez donde se producen los ovulos. Se localizan a los lados del útero. En ellos se producen las hormonas sexuales femeninas y los óvulos. Cada mes en ellos se madura un óvulo, quien al no ser fecundado será expulsado, dando origen a la menstruación.

Cuando las niñas nacen, tienen dentro de sus ovarios millones de óvulos. Pero solo desde la pubertad empiezan a



crecer y madurar.

El útero: es una bolsa que tiene el tamaño y la forma de una pera. Es en ella donde permanece el bebé hasta que nazca.

- **ÓRGANOS SEXUALES MASCULINOS**

- **Los genitales externos:**

El pene: es un órgano que tiene dos funciones: permitir la salida de la orina y de los espermatozoides.

Los testículos: Son dos órganos de forma ovalada cuya función es la de fabricar los espermatozoides. Estos órganos son muy delicados, por lo cual es importante cuidarlos. Los testículos se encuentran dentro de una bolsa de piel llamada escroto quien mantiene a los testículos a una temperatura adecuada.

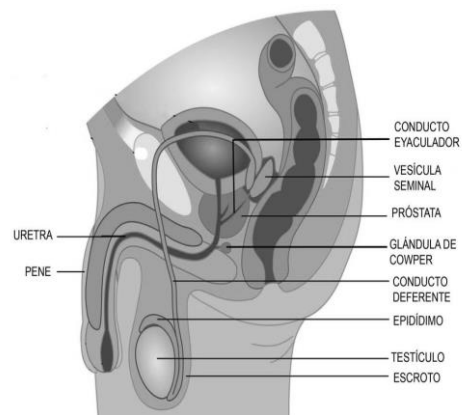
- **Los genitales internos:**

El conducto deferente: Son dos canales tan delgados como un alambre. Se encargan de transportar los espermatozoides hasta las vesículas seminales.

Las vesículas seminales: Son dos órganos que producen un líquido para nutrir a los espermatozoides.

La próstata: es un órgano del tamaño de la pepa de un durazno, el cual produce un líquido lechoso que facilita el movimiento de los espermatozoides.

La uretra: es un tubo que va a los largo del pene y que se encarga de llevar la orina hacia afuera del cuerpo y de permitir la salida de los espermatozoides.



DESARROLLO FÍSICO

Sesión 4: Respeto y cuidado mi cuerpo

Objetivo: Valorar la higiene personal referente a su aseo personal y de esta manera prevenir las diferentes enfermedades que se asocian debido a los inadecuados hábitos cotidianos.

Materiales: PPT sobre las áreas específicas que necesitan un aseo especial en la etapa de la pubertad.

Tiempo: 40 minutos

Ideas a discutir:

- Soy el administrador de mi cuerpo.
- Dios quiere que mantenga mi cuerpo sano y aseado.

Tema a tratar en PPT

¿Por qué hay que cuidar la higiene?

Por salud física. Un exceso de suciedad o una mala limpieza provocan gérmenes y eso puede llevar a la aparición de enfermedades.

- **Por salud mental.** Cuando uno está limpio y libre de olores desagradables se siente mucho más seguro de sí mismo y eso, sobre todo durante la adolescencia, es muy importante para las relaciones sociales.
- **Por estética.** La imagen personal es importante y una buena higiene es imprescindible para mantenerla.

El organismo de los adolescentes está en plena transformación. En sus cuerpos comienzan a tener lugar nuevos procesos hormonales. Y esos procesos provocan mayor sudoración y la aparición de nuevos olores, no siempre agradables. En el caso de las adolescentes, además, la mayoría de ellas tendrá ya menstruación. Esas son razones para que cuiden su higiene aún más que cuando eran niños.

Respeto y cuidado mi cuerpo

Responde:

¿Cuáles son las actividades que debes realizar diariamente?

Coloréalas si las estás realizando.



**Cepillándose
los dientes**



**Bañándose
diariamente**



**Usando protectores
al jugar**



**Haciendo
ejercicios**

¿Qué otras actividades consideras que debes realizar para conservar un cuerpo sano y saludable?

DESARROLLO FÍSICO

- **Sesión 5: Descubriendo nuevas experiencias**

Objetivo: Aceptar los cambios que se originan debido a la pubertad como la espermarquia y la menarquia.

Materiales:

Tiempo: 40 minutos

Ideas a discutir:

- Dios creó a los hombres y mujeres con características diferentes para que se complementen entre sí, tanto en las actividades cotidianas como en la función de reproducción.

Temas a tratar

- La menarquia o primera menstruación.- suele ocurrir entre los 12 y los 14 años de edad. Las menstruaciones ocurren todos los meses, se ausentan temporalmente durante el embarazo y por un tiempo luego del parto, y desaparecen definitivamente hacia los 45 y 50 años; esta etapa se conoce como la menopausia.

¿Por qué menstruamos?

El sangrado se produce porque todos los meses la pared interna del útero (endometrio) se hace más gruesa preparándose para recibir a un posible óvulo fecundado. Si esto no ocurre, el endometrio se desprende y baja por la vagina, produciéndose la menstruación.

Si se hubiera producido un embarazo, no hay menstruación porque el endometrio se mantiene para albergar al óvulo fecundado.

El período menstrual varía de mujer a mujer en cuanto a la duración, que puede ir de 2 a 7 días, y en cuanto a la cantidad, que puede ser escasa o más abundante.

Es importantes saber que **mientras las mujeres están menstruando pueden hacer todas sus actividades en forma normal**: bañarse, lavarse la cabeza, nadar, hacer ejercicio, e incluso tener relaciones sexuales si lo desea.

Durante los días de la menstruación, la mujer puede experimentar algunas molestias como dolor o hinchazón mamaria, dolores abdominales, dolores de cabeza; también irritación o angustia antes de menstruar, o sensación de alivio luego de menstruar. Esto es totalmente normal y se debe a los cambios de las hormonas que se producen en el cuerpo. Existe medicación para aliviar estas molestias.

¿Qué es la ovulación?

El ciclo menstrual abarca desde el primer día que baja la menstruación hasta un día antes de que empiece la siguiente menstruación. Este ciclo puede durar entre 21 y 35 días. Por lo general, en cada ciclo menstrual se libera un óvulo que ha madurado en uno de los ovarios.

¿Qué es espermarquia?

Se llama espermarquia a la primera eyaculación que se produce en el hombre. Tiene lugar generalmente entre los 12 y los 14 años, aunque la variación individual es amplia y puede ocurrir a una edad tan temprana como los 10 años, o tardía, hasta los 16, sin que ello signifique que exista una anomalía del desarrollo.¹ Puede considerarse como el equivalente a la menarquia o primera menstruación de las mujeres

DESARROLLO EMOCIONAL

- **Sesión 6: Me acepto como soy**

Objetivo: Desarrollar en los niños aceptación y satisfacción hacia la imagen que tienen de sí mismos.

Materiales: PPT de la historia “La urraca vanidosa” y “La cotorra tonta”.
Hoja de aplicación.

Tiempo: 40 minutos

Ideas a discutir:

- Características físicas propias de cada niño.
- Reconocimiento de características positivas que cada niño tiene de sí mismo.

Lectura 1

Cierto día, la Urraca vanidosa salió a pasear por el hermoso prado donde vivían muchos animales. Mientras disfrutaba de la suave brisa refrescante, algo llamó su atención. Cerca de ella estaban paseando unos bellos pavos reales que desplegaban las plumas de sus hermosas colas.

La Urraca vanidosa se quedó estupefacta. “Qué maravilla” – pensó. “Qué hermosas plumas de colores”. Se quedó tan impresionada con la belleza de los pavos reales que desde aquel día se atormentaba pensando en que ella era muy fea, tan fea que no soportaba su aspecto. ¡Era tan negra y triste!

Una tarde encontró tiradas algunas plumas de los pavos reales, y rápidamente las recogió y se las pegó con una resina muy resistente. ¡Qué satisfecha se sintió! Cuando se miró en una laguna cercana se vio tan bonita que corrió para que sus amigas pudieran admirarla.

“¡Miren que hermosa es mi cola! Ya no soy tan fea como ustedes”- dijo muy orgullosa la urraca. Ante esta actitud, sus compañeras se indignaron y apartándose le gritaron: “Aunque tengas tres plumas más sigues siendo una urraca como nosotras”.

La urraca se alejó pensando que sus compañeras estaban envidiosas de ella. Así voló y voló hasta el lugar donde estaban los pavos reales. Pero... ¿sabes lo que hicieron al verla? Muy enojados le gritaron: “¿Cómo te atreves a usar unas plumas que no te pertenecen?”

¡Pobre urraca! Así se quedó sola y rechazada por todos, hasta por sus propias compañeras las cuales la llamaron “Urraca vanidosa”.

Lectura 2

Esta era una cotorra infeliz porque estaba descontenta con el color de sus plumas. Ella no quería ser verde, amarilla y roja como las demás cotorras. Por esta razón se pintó toda de color anaranjado.

Un día oyó a otros animales decir que existía un lugar llamado “La isla de las cotorras”, donde vivían cotorras de bellos colores y después de mucho averiguar, encontró la dirección y hacia allá partió.

Cuando llegó las cotorras azoradas se preguntaban ¿Qué animal tan raro será ese? y le dieron muchos picotazos hasta dejarla toda pelada, muerta de frío y rechazada.

2. **Conversatorio:** Se realizan las siguientes preguntas a manera de reflexión:

- a. ¿Por qué la urraca estaba triste?
- b. ¿A quién quería parecerse ella?
- c. Al encontrar una forma de asemejarse a los pavos reales, ¿pudo ser feliz? ¿por qué?

- d. ¿Crees que los colores de la cotorra eran feos?
- e. ¿Por qué crees que ella no se daba cuenta de que esos colores la hacían hermosa?
- f. ¿Crees que pintada de color anaranjado se veía más linda?
- g. ¿Alguna vez has querido parecerte a alguien?
- h. ¿Qué características crees que te hacen especial?

3. Aplicación:

Se entrega a los niños una tarjeta para que coloque un consejo que le daría a la cotorra y a la urraca para que sean felices tal como son.

Se les pide que coloque su tarjeta al lado de las imágenes correspondientes.

Maravilla bíblica:

Se explica a los niños que Dios nos hizo especiales. Cada uno con características diferentes: Unos blancos, unos negritos; unos altos, otros bajitos; unos chinitos y otros con ojos grandes; unos callados y otros habladores. Así, todos somos diferentes y nos ama con un amor muy grande. Por lo tanto, no debemos pensar en que otros son mejores que nosotros. Sino que somos especiales con las características que Dios nos dio.

“Tú me hiciste en el vientre de mi madre. Te alabaré porque admirables y maravillosas son tus obras; estoy maravillado, y mi alma lo sabe muy bien.”

Salmo 139: 13, 14

4. Refuerzo:

Se entrega la hoja de aplicación para que escriban sus virtudes.

DESARROLLO EMOCIONAL

Sesión 7: El juego de la autoestima

Objetivo: Identificar los sucesos que pueden dañar o acrecentar la autoestima de los niños.

Materiales: Hojas de papel, cuaderno de trabajo.

Tiempo: 40 minutos

Ideas a discutir:

- Acciones negativas y positivas hacia la autoestima.
- Haz con otros lo que quieres que te hagan.

Procedimiento:

1. Se entrega a cada alumno una hoja blanca que representa su autoestima y se presentan algunas acciones cotidianas que pueden dañar su autoestima. Se pide a cada uno de ellos que arranque un trozo de papel en proporción a lo que ellos creen que esa acción dañaría su autoestima.

Acciones a presentar:

- Discutes con tu mejor amigo / a.
- Los adultos critican tus trabajos.
- Te dicen que vistes raro.
- Tus compañeros de clase no te buscan a la hora del recreo.
- Te ponen un apodo.
- Recibes llamadas de atención delante de otras personas.
- Te sale un grano en la cara.
- Un /a amigo /a cuenta un secreto que tú le confiaste.
- Rompes un objeto valioso que le gustaba a mamá.
- Tienes muchos deberes.
- Un grupo de amigos se burla de alguna parte de tu cuerpo.
- Te insultan en el patio del colegio.
- Tu equipo de fútbol o vóley pierde.
- Te equivocaste al dar las respuestas orales.
- Los adultos te gritan.

2. Se entrega a cada alumno la segunda hoja de papel. Después de cada acción mencionada se juntarán los trozos de papel en proporción a cómo dicha acción sube su autoestima.

¿Cómo te sientes?

- Discutes con tu mejor amigo/a.
- Los adultos critican tus trabajos.
- Te dicen que vistes raro o feo. No estás a la moda.
- Tus compañeros de clase no te buscan a la hora del recreo.
- Te ponen un apodo que a ti no te gusta.
- Recibes llamadas de atención delante de otras personas.
- Te sale un grano en la cara.
- Un/a amigo/a cuenta un secreto que tú le confiaste.
- Rompes un objeto valioso que le gustaba a mamá o papá.
- En tu casa te dicen que siempre te equivocas.
- Un grupo de amigos se burla de alguna parte de tu cuerpo.
- Te insultan en el patio del colegio u otros lugares públicos.
- Tu equipo de fútbol o vóley pierde.
- Te equivocaste al dar las respuestas orales.
- Los adultos te gritan por todo.

3. Conversatorio: Se realizan las siguientes preguntas a manera de reflexión:

- a. ¿Qué fue lo que más daño tu autoestima? ¿Por qué?
- b. ¿Has recuperado tu autoestima con las acciones positivas? ¿En qué porcentaje?
- c. ¿Qué fue lo que menos te dañó la autoestima? ¿Por qué?
- d. ¿Crees que alguna vez tú dañaste a alguien con esas acciones negativas?
- e. ¿Qué fue lo que más te hizo recuperar la autoestima? ¿Por qué?
- f. ¿Cómo podemos ayudar a los demás a recuperar su autoestima?

Maravilla bíblica:

Se explica a los niños que muchas veces nos vemos afectados por las malas acciones que otros tienen con nosotros pero que a veces no nos damos cuenta de la manera como tratamos a los demás. Por eso es importante reflexionar en la importancia de nuestras acciones y tratar a los demás como nos gustaría que nos traten. Jesús, cuando estuvo en esta tierra, trató siempre con cariño a los demás. Alivió sus dolencias, les dio de comer y buscó que todos nos sintamos valorados.

“Así que, todas las cosas que quieren que los hombres hagan con ustedes, así también hagan con ellos.”
Mateo 7: 12

4. Refuerzo:

Se entrega la hoja de aplicación para que respondan las preguntas de reflexión.

DESARROLLO EMOCIONAL

Sesión 8: Una entrevista acerca de mi persona

Objetivo: Reconocer las fortalezas y debilidades que cada uno tiene aceptando que hay detalles en los cuales debe mejorar.

Materiales: Encuesta

Tiempo: Libre

Ideas a discutir:

- Todas las personas tenemos fortalezas y debilidades.
- Debo aceptar a los demás con sus fortalezas y debilidades así como ellos me aceptan.

Procedimiento:

1. Los alumnos entrevistan a las seis personas mencionadas en la parte inferior pidiéndoles que escriban tres cosas que les gusta del alumno(a) como persona y una cuarta característica en la cual pueda mejorar.

Entrevista familiar

Entrevista a 4 personas muy cercanas a ti. Deben escribir 3 cosas que les gusta de ti y una característica que ellos creen que debes mejorar.

a. Papá o mamá:

Le gusta de mí	
Según él/ella en esto debo mejorar	

b. Hermano(a):

Le gusta de mí	
Según él/ella en esto debo mejorar	

c. Tío(a):

Le gusta de mí	
Según él/ella en esto debo mejorar	

d. Amigo:

Le gusta de mí	
Según él/ella en esto debo mejorar	

2. **Conversatorio:** Se realizan las siguientes preguntas a manera de reflexión:

- a. ¿Qué cualidades consideras importantes en ti, las hayan dicho o no los entrevistados?
- b. ¿Cómo te sientes al saber lo que a los demás les gusta de ti?
- c. ¿Cómo te sientes al conocer en qué puedes mejorar según la gente?
- d. ¿Coincide lo que piensas de ti con lo que los demás piensan de ti?
¿Por qué?
- e. ¿Qué decisión tomas para mejorar como persona?

3. Aplicación:

Se entrega a los niños una tarjeta para que coloque un consejo que le daría a la cotorra y a la urraca para que sean felices tal como son.

Se les pide que coloque su tarjeta al lado de las imágenes correspondientes.

Maravilla bíblica:

Se explica a los niños que es maravilloso comprender que tenemos cualidades que Dios nos dio. Sin embargo, así como tenemos virtudes, también tenemos defectos. Dios nos creó para buscar la perfección. No para sentirnos superiores, sino para brindar a otros nuestro servicio y afecto. De esta manera estamos colaborando para vivir en una sociedad más armoniosa y colaborativa, aunando cualidades para crecer con mayor fortaleza.

“Porque yo Jehová soy tu Dios, quien te sostiene de tu mano derecha, y te dice: No temas, yo te ayudo.”
Isaías 41: 13

Refuerzo:

Se entrega la hoja de aplicación para que respondan las preguntas de reflexión.

DESARROLLO EMOCIONAL

- **Sesión 9: Defiendo mis ideas sin ofender a los demás**

Objetivo: Identificar situaciones en las cuáles deben imponer sus puntos de vista, aun sabiendo que puede causar reacción entre sus pares.

Materiales: Hoja fotocopiable para aplicación de la situación

Tiempo: 40 minutos

Procedimiento: Se reúne a los chicos de forma circular y se expone la situación de Carla. Luego de escucharla se pide a los alumnos que analicen la situación y que expongan sus ideas. Dar espacio de tiempo para escuchar a todos los que quieran intervenir y fomentar la participación de aquellos para los cuáles es más difícil exponer sus ideas.

Ideas a discutir:

Carla estaba muy contenta porque ese día habían terminado sus exámenes del bimestre y había logrado muy buenos resultados. Lo más fantástico es que ya se estaba yendo a jugar con sus amigos a un parque cercano. ¡Todo era fantástico!

Fue una hermosa tarde la que pasaron. Caminando hacia la casa sintió mucha sed y recordó que tan solo tenía una moneda para comprarse un refresco. Como había una tienda cercana, ella y sus amigos entraron. Cuando Carla pidió el refresco, Carlo y Marta le pidieron que les invitara un poco, luego Antonio hizo lo mismo: ¡Mmmm, ¡Qué rico! Esto sí que nos refrescó. Cuando se dio cuenta, Carla ya no tenía refresco que tomar.

*Si tú fueras Carla, ¿qué harías? Escribe **sí** o **no** frente a la respuesta que probablemente darías en una situación como esta.*

Dejar que tus amigos se tomen tu refresco mientras piensas que más tarde tomarás refresco en tu casa.	sí	no
Tomar tu refresco y decirles que estás muy cansado(a) y tienes mucha sed, por lo tanto te lo tomarás tú solo(a)	sí	no
Silenciosamente darles tu refresco a tus amigos y luego ignorarlos para que se den cuenta de que estás enojado(a).	sí	no
Explicar a tus amigos que durante todo el juego has estado pensando en tomarte un refresco y que estarías feliz de compartirlo con ellos si te dejan lo suficiente.	sí	no

DESARROLLO EMOCIONAL

- **Sesión 10: ¿Qué ha pasado y qué debo hacer?**

Objetivo: Reconocer las fortalezas y debilidades que cada uno tiene aceptando que hay detalles en los cuales debe mejorar.

Reconocer cuando me equivoco y saber disculparme con mis compañeros.

Materiales: Hoja de aplicación

Tiempo: 40 minutos

Ideas a discutir:

- Todas las personas podemos equivocarnos y causar daño a los demás aún sin proponérselo.
- Cuando daño a alguien, sea con propósito o sin propósito debo pedir perdón.

Procedimiento:

Se presenta las imágenes correspondientes a las hojas de aplicación y se pregunta a todos: ¿Qué creen que ha pasado?

Se escucha las diferentes opiniones que cada niño tiene y se las comenta en grupo para llegar a la conclusión de que las cosas no son siempre como parecen

Reforzar la idea de que pedir disculpas no es rebajarse ante otra persona, sino, muy por el contrario, demuestra valentía.

¿Qué ha pasado?

Escribe que ha ocurrido en esta situación:



Escribe lo que tienen que hacer los niños para que los dos se sientan bien.

Niño: _____

Niña: _____

Maravilla bíblica:

Se explica a los niños que es maravilloso mantener las buenas relaciones con nuestros compañeros.

“Pero la sabiduría que es de lo alto es primeramente pura, después pacífica, amable, benigna, llena de misericordia y de buenos frutos”.
Santiago 3: 17

¿Qué debo hacer?

Rodea en cada escena al niño que debe pedir perdón a sus compañeros por lo que ha hecho.



Escribe tres ocasiones en las que debes pedir perdón a tus compañeros.

1. _____

2. _____

3. _____

“Perdonad y seréis perdonados”.
Lucas 6: 37

DESARROLLO EMOCIONAL

Sesión 11: ¿Sol o nubes?

Objetivo: Aceptar que todo buen día o meta que queramos lograr depende de nuestra actitud.

Materiales: Hoja de aplicación

Tiempo: 30 minutos

Ideas a discutir:

- Todas las personas tenemos fortalezas y debilidades.
- A pesar de que tengo debilidades, debo esforzarme y pedir la ayuda de Dios para tener una buena actitud y lograr mis metas trazadas.

Procedimiento:

En la hoja de aplicación se ilustran una serie de situaciones que suelen provocar pensamientos positivos o negativos. Se trata de identificarlos y de dibujar al lado de aquellos en los que aparecen pensamientos positivos un sol, y al lado de aquellos en los que aparecen pensamientos negativos una nube negra, asociada con la idea de tormenta.

Comentar cómo a lo largo del día, en casa y en la clase, incluso en la calle, los pensamientos que tenemos nos guían en nuestro proceder.

Tratemos de interiorizar pensamientos como: “Lo voy a intentar”, “Seguro que me sale bien la siguiente vez”, “No me rendiré”, “Qué divertido es aprender”, “Cuántas cosas bonitas me pasan”, etc. Entonces es como si en el cielo luciera un gran sol y nos sintamos mejor.

¿Sol o nubes?

Dibuja un sol en las situaciones que indican pensamientos positivos y una nube en las que indican pensamientos negativos.



Xavier sin darse cuenta derramó el jugo de Larisa. Marca los pensamientos positivos que puede tener Larisa:

- Como lo vi, le tiraré su refrigerio.
- Le diré que tenga más cuidado.
- Ahora mismo le doy su merecido.
- Lo ha hecho sin querer.

¿Qué pensamiento positivo deseas tener hoy?

DESARROLLO EMOCIONAL

- **Sesión 12: Tengo muchas cosas que aprender**

Objetivo: Tomar conciencia de que no pasa nada por decir que no sabemos hacer algunas cosas.

Materiales: Hoja de aplicación

Tiempo: 40 minutos

Ideas a discutir:

- Todas las personas tenemos más habilidad para hacer ciertas cosas y menos habilidad para otras.
- Debo aceptar mis habilidades y respetar las de los demás.
- Si tengo una actitud positiva puedo lograr todo lo que me proponga.

Procedimiento:

Los niños observarán las actividades expuestas en la hoja de aplicación y señalarán con un círculo verde aquellas que saben hacer. Cuando todos hayan acabado, se hará una puesta en común en la que cada uno explicará aquellas que ha marcado.

Después volverán a examinar las actividades de la hoja de aplicación y señalarán con un círculo rojo aquellas cosas que no saben hacer.

En un tercer momento se puede retomar la actividad y ahora los niños y las niñas deberán fijar su atención solo en aquellas actividades que han marcado con color rojo. Y pegarán un sticker amarillo sobre aquellas que quieren aprender.

A raíz de esta actividad pueden desarrollarse sentimientos espontáneos de cooperación: casos en los que los propios niños se ofrecen a ayudar a sus compañeros para enseñarles aquellas actividades que aún no han aprendido; es importante que el educador fomente esta actitud.

Tengo muchas cosas que aprender

Marca con verde las actividades que sepas hacer y con rojo las que no sepas hacer.



Escribe tres cosas que quieres aprender a hacer:

1. _____
2. _____
3. _____

Anexo 3. Validación por juicio de expertos



UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN ESCUELA DE POSGRADO VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

Instrucciones: Sírvase encerrar dentro de un círculo, el porcentaje que crea conveniente para cada pregunta.

1. ¿Considera Ud. que el instrumento cumple los objetivos propuestos?

0 ___ 10 ___ 20 ___ 30 ___ 40 ___ 50 ___ 60 ___ 70 ___ 80 ___ 90 ___ 100

2. ¿Considera Ud. que este instrumento contiene los conceptos propios del tema que se investiga?

0 ___ 10 ___ 20 ___ 30 ___ 40 ___ 50 ___ 60 ___ 70 ___ 80 ___ 90 ___ 100

3. ¿Estima Ud. que la cantidad de ítems que se utiliza son suficientes para tener una visión comprensiva del asunto que se investiga?

0 ___ 10 ___ 20 ___ 30 ___ 40 ___ 50 ___ 60 ___ 70 ___ 80 ___ 90 ___ 100

4. ¿Considera Ud. que si se aplicara este instrumento a muestras similares se obtendrían datos también similares?

0 ___ 10 ___ 20 ___ 30 ___ 40 ___ 50 ___ 60 ___ 70 ___ 80 ___ 90 ___ 100

5. ¿Estima Ud. que los ítems propuestos permiten una respuesta objetiva de parte de los informantes?

0 ___ 10 ___ 20 ___ 30 ___ 40 ___ 50 ___ 60 ___ 70 ___ 80 ___ 90 ___ 100

6. ¿Qué preguntas cree Ud. que se podría agregar?

7. ¿Qué preguntas se podrían eliminar?

8. Recomendaciones

Fecha: 03/11/14

Validado por: _____

Ana Casildo B

Gracias!!!



UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN
ESCUELA DE POSGRADO
VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

Instrucciones: Sírvase encerrar dentro de un círculo, el porcentaje que crea conveniente para cada pregunta.

1. ¿Considera Ud. que el instrumento cumple los objetivos propuestos?
0 ___ 10 ___ 20 ___ 30 ___ 40 ___ 50 ___ 60 ___ 70 ___ 80 ___ 90 ___ **100**
2. ¿Considera Ud. que este instrumento contiene los conceptos propios del tema que se investiga?
0 ___ 10 ___ 20 ___ 30 ___ 40 ___ 50 ___ 60 ___ 70 ___ 80 ___ 90 ___ **100**
3. ¿Estima Ud. que la cantidad de ítemes que se utiliza son suficientes para tener una visión comprensiva del asunto que se investiga?
0 ___ 10 ___ 20 ___ 30 ___ 40 ___ 50 ___ 60 ___ 70 ___ 80 ___ **90** ___ 100
4. ¿Considera Ud. que si se aplicara este instrumento a muestras similares se obtendrían datos también similares?
0 ___ 10 ___ 20 ___ 30 ___ 40 ___ 50 ___ 60 ___ 70 ___ 80 ___ 90 ___ **100**
5. ¿Estima Ud. que los ítemes propuestos permiten una respuesta objetiva de parte de los informantes?
0 ___ 10 ___ 20 ___ 30 ___ 40 ___ 50 ___ 60 ___ 70 ___ 80 ___ 90 ___ **100**
6. ¿Qué preguntas cree Ud. que se podría agregar?
Podría ser una pregunta aun más explícita, sin embargo todas están bien.
7. ¿Qué preguntas se podrían eliminar?
Ninguna.
8. Recomendaciones
Que pueda ser utilizado para los demás colegios que pertenecen a la ASEACES.

Fecha: 03/11/14

Validado por: Requerma G
Gabriela Requerma

Gracias!!!



UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN
ESCUELA DE POSGRADO
VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

Instrucciones: Sírvase encerrar dentro de un círculo, el porcentaje que crea conveniente para cada pregunta.

1. ¿Considera Ud. que el instrumento cumple los objetivos propuestos?

0 ___ 10 ___ 20 ___ 30 ___ 40 ___ 50 ___ 60 ___ 70 ___ 80 ___ 90 ___ 100

2. ¿Considera Ud. que este instrumento contiene los conceptos propios del tema que se investiga?

0 ___ 10 ___ 20 ___ 30 ___ 40 ___ 50 ___ 60 ___ 70 ___ 80 ___ 90 ___ 100

3. ¿Estima Ud. que la cantidad de ítemes que se utiliza son suficientes para tener una visión comprensiva del asunto que se investiga?

0 ___ 10 ___ 20 ___ 30 ___ 40 ___ 50 ___ 60 ___ 70 ___ 80 ___ 90 ___ 100

4. ¿Considera Ud. que si se aplicara este instrumento a muestras similares se obtendrían datos también similares?

0 ___ 10 ___ 20 ___ 30 ___ 40 ___ 50 ___ 60 ___ 70 ___ 80 ___ 90 ___ 100

5. ¿Estima Ud. que los ítemes propuestos permiten una respuesta objetiva de parte de los informantes?

0 ___ 10 ___ 20 ___ 30 ___ 40 ___ 50 ___ 60 ___ 70 ___ 80 ___ 90 ___ 100

6. ¿Qué preguntas cree Ud. que se podría agregar?

7. ¿Qué preguntas se podrían eliminar?

8. Recomendaciones

Fecha: 06/11/14

Validado por: _____

Rebeca Gómez C.
Rebeca Gómez C.

Gracias!!!

Anexo 4. Tabla de análisis comparativo mediante tablas de frecuencia

Tabla 9. Efecto general sobre el desarrollo de la pubertad antes de aplicarse el Plan pedagógico “Estoy cambiando”.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Medio	59	83,1	83,1	83,1
	Alto	12	16,9	16,9	100,0
	Total	71	100,0	100,0	

Tabla 10. Efecto general sobre el desarrollo de la pubertad después de aplicarse el Plan pedagógico “Estoy cambiando”.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Medio	4	5,6	5,6	5,6
	Alto	67	94,4	94,4	100,0
	Total	71	100,0	100,0	

Tabla 11. Efecto sobre el conocimiento de los cambios físicos antes de aplicarse el Plan pedagógico “Estoy cambiando”.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Medio	57	80,3	80,3	80,3
	Alto	14	19,7	19,7	100,0
	Total	71	100,0	100,0	

Tabla 12. Efecto sobre el conocimiento de los cambios físicos después de aplicarse el Plan pedagógico “Estoy cambiando”.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Medio	1	1,4	1,4	1,4
	Alto	70	98,6	98,6	100,0
	Total	71	100,0	100,0	

Tabla 13. Efecto sobre el conocimiento emocional antes de aplicarse el Plan pedagógico “Estoy cambiando”.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Medio	54	76,1	76,1	76,1
	Alto	17	23,9	23,9	100,0
	Total	71	100,0	100,0	

Tabla 14. Efecto sobre el conocimiento emocional después de aplicarse el Plan pedagógico “Estoy cambiando”.

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Medio	4	5,6	5,6	5,6
	Alto	67	94,4	94,4	100,0
	Total	71	100,0	100,0	

Anexo 5. Carta de consentimiento



INSTITUCIÓN EDUCATIVA ADVENTISTA

“MIRAFLORES”

INICIAL - PRIMARIA - SECUNDARIA

Código Modular: Inicial 1082908 - Primaria 0586495

Av. Comandante Espinar 780 Miraflores / Teléfonos 7134522 - 7152646 / 993514367
reconocida por el ministerio de Educación el 25/10/48 con R.Z. 5040

AUTORIZACIÓN

LA DIRECCIÓN DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PARTICULAR ADVENTISTA
“UNIÓN MIRAFLORES”

AUTORIZA:

Que Doña **Zoraida Ruth PLASENCIA SALCEDO**, identificada con **DNI N° 07883288**, quien labora en esta casa de estudios como **PROFESORA A TIEMPO COMPLETO**, está autorizada para realizar su trabajo de investigación sobre *efectos del Plan pedagógico “Estoy cambiando” en púberes del sexto grado de primaria de vuestra Institución.*

Se extiende la presente AUTORIZACIÓN a solicitud de la interesada, para los fines arriba mencionados.

Miraflores, 17 de agosto de 2014

Flor Flores Ramos
Directora



Educando
Generaciones

Compromiso
con tu Futuro

“Mas Jesús llamando, dijo: Dejad a los niños venid a mi” Lucas 18:16