



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN,  
HUMANAS Y TECNOLOGÍAS**

**CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA, ORIENTACIÓN  
VOCACIONAL Y FAMILIAR**

**TÍTULO:**

Adaptación al confinamiento social en los estudiantes de la carrera de Psicopedagogía de la Universidad Nacional de Chimborazo.

**Autoras:**

Ocaña Zavala Karen Mishell

Ramón Atiencia Katherin Gabriela

**Tutor:**

Mgs. Juan Carlos Marcillo Coello

**Riobamba, Ecuador. 2022**

## **AUTORÍA DE LA INVESTIGACIÓN**

La responsabilidad del contenido del presente trabajo de investigación, previo a la obtención del título de Licenciadas en Psicología Educativa Orientación Vocacional y Familiar. Sobre “Adaptación al confinamiento social en los estudiantes de la carrera de Psicopedagogía de la Universidad Nacional de Chimborazo”, pertenece a Karen Mishell Ocaña Zavala con cédula de identidad N° 0605164193; Katherin Gabriela Ramón Atiencia con cédula de identidad N° 1400878516 y el dominio erudito le corresponde a la Universidad Nacional de Chimborazo.



**Karen Mishell Ocaña Zavala**  
**0605164193**



**Katherin Gabriela Ramón Atiencia**  
**1400878516**

## CERTIFICACIÓN DEL TUTOR



Dirección  
Académica  
VICERRECTORADO ACADÉMICO



### ACTA FAVORABLE - INFORME FINAL DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN CARRERAS NO VIGENTES

En la Ciudad de Riobamba, a los 21 días del mes de Marzo de 2022, luego de haber revisado el Informe Final del Trabajo de Investigación presentado por las estudiantes **KAREN MISHELL OCAÑA ZAVALA** con CC: **060516419-3**, y **KATHERIN GABRIELA RAMÓN ATIENCIA** con cc: **1400878516** de la carrera **PSICOLOGÍA EDUCATIVA** y dando cumplimiento a los criterios metodológicos exigidos, se emite el **ACTA FAVORABLE DEL INFORME FINAL DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN** titulado **“ADAPTACIÓN AL CONFINAMIENTO SOCIAL EN LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PSICOPEDAGOGÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO”**, por lo tanto se autoriza la presentación del mismo para los trámites pertinentes.

Mgs. Juan Carlos Marcillo Coello  
**TUTOR**

**CERTIFICADO DE LOS MIEMBROS DEL TRIBUNAL**

Los miembros del tribunal revisan y aprueban el informe de investigación, con el título, **“ADAPTACIÓN AL CONFINAMIENTO SOCIAL EN LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PSICOPEDAGOGÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO, PERIODO NOVIEMBRE 2020-ABRIL 2021”**, trabajo de tesis de la carrera de **PSICOLOGÍA EDUCATIVA ORIENTACIÓN VOCACIONAL Y FAMILIAR**, aprobado a nombre de la Universidad Nacional de Chimborazo por el siguiente tribunal examinador de las estudiantes **OCAÑA ZAVALA KAREN MISHELL** y **RAMÓN ATIENCIA KATHERIN GABRIELA**.

Para constancia de lo expuesto firman:

Mgs. Juan Carlos Marcillo Coello

**Tutor**

Mgs. Marco Vinicio Paredes Robalino

**Presidente del tribunal**

Dr. Patricio Guzmán

**Miembro del tribunal**

Dr. Vicente Ureña

**Miembro del tribunal**



Dirección  
Académica  
VICERRECTORADO ACADÉMICO

*en movimiento*



UNACH-RGF-01-04-02.20  
VERSIÓN 02: 06-09-2021

## CERTIFICACIÓN

Que, **KAREN MISHELL OCAÑA ZAVALA** con CC: **0605164193** y **KATHERIN GABRIELA RAMÓN ATIENCIA** con CC: **140087851-6**, estudiantes de la Carrera **LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA, ORIENTACIÓN VOCACIONAL Y FAMILIAR, NO VIGENTE**, Facultad de **EDUCACIÓN**; han trabajado bajo mi tutoría el trabajo de investigación titulado "**ADAPTACIÓN AL CONFINAMIENTO SOCIAL EN LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PSICOPEDAGOGÍA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO**", cumple con el **2%**, de acuerdo al reporte del sistema Anti plagio **URKUND**, porcentaje aceptado de acuerdo a la reglamentación institucional, por consiguiente autorizo continuar con el proceso.

Riobamba, 22 de marzo de 2022

Mgs. Juan Carlos Marcillo Coello  
TUTOR

## **DEDICATORIA**

A nuestros padres que han sido un pilar fundamental en este proceso de aprendizaje, que, con sus palabras de aliento, buenos consejos han impulsado a alcanzar nuestras metas para ser cada día mejores y buenos profesionales.

A nuestros docentes, compañeros y amigos, por brindar sus conocimientos y estar luchando junto a nosotras para poder llegar a la meta.

*Karen Ocaña y Katherin*

*Ramón*

## **AGRADECIMIENTO**

A Dios por darnos la oportunidad de cumplir nuestros sueños. A la Universidad Nacional de Chimborazo, especialmente a la carrera de Psicología Educativa, Orientación Vocacional y Familiar por ofrecernos los conocimientos necesarios, las experiencias prácticas, a los docentes que han sido una guía en nuestra formación profesional e integral y especialmente a nuestro tutor Mgs. Juan Carlos Marcillo Coello que ha sido una guía y un pilar fundamental para poder culminar con nuestro proyecto brindándonos sus conocimientos y buenos consejos a lo largo de toda nuestra investigación.

*Karen Ocaña y Katherin Ramón*

## ÍNDICE GENERAL

<b>Portada</b>	
<b>Autoría de la Investigación</b>	
<b>Certificación del Tutor</b>	
<b>Certificado De Plagio</b>	
<b>Dedicatoria</b>	
<b>Agradecimiento</b>	
<b>Resumen</b>	
<b>Abstract</b>	
<b>CAPÍTULO I</b>	<b>14</b>
<b>1. MARCO REFERENCIAL</b>	<b>14</b>
<b>1.1 Introducción</b>	<b>14</b>
<b>1.2 Planteamiento del Problema</b>	<b>15</b>
<b>1.3 Justificación</b>	<b>16</b>
<b>1.4 Objetivos</b>	<b>17</b>
<b>1.4.1 Objetivo General</b>	<b>17</b>
<b>1.4.2 Objetivos específicos</b>	<b>17</b>
<b>CAPÍTULO II</b>	<b>18</b>
<b>2. MARCO TEÓRICO</b>	<b>18</b>
<b>2.1 Confinamiento</b>	<b>18</b>
<b>2.1.1 Efectos psicosociales</b>	<b>18</b>
<b>2.2 Adaptación</b>	<b>19</b>
<b>2.2.1 Hugh.M. Bell y su teoría de la adaptación.</b>	<b>19</b>
<b>2.2.2 Características de una persona adaptada.</b>	<b>20</b>
<b>2.2.3 Adaptación familiar.</b>	<b>20</b>
<b>2.2.4 Adaptación a la salud.</b>	<b>22</b>
<b>2.2.5 Adaptación social.</b>	<b>23</b>
<b>2.2.6 Adaptación emocional.</b>	<b>24</b>
<b>CAPÍTULO III</b>	<b>24</b>
<b>3. METODOLOGÍA</b>	<b>24</b>
<b>3.1 Enfoque de Investigación</b>	<b>24</b>
<b>3.1.1 Cuantitativo.</b>	<b>24</b>

<b>3.2</b>	<b>Diseño</b>	25
3.2.1	<i>No experimental.</i>	25
<b>3.3</b>	<b>Tipo de Investigación</b>	25
3.3.1	<i>Por el nivel o alcance.</i>	25
3.3.2	<i>Por los objetivos.</i>	25
3.3.3	<i>Por el lugar.</i>	25
<b>3.4</b>	<b>Tipo de Estudio</b>	25
3.4.1	<i>Por el tiempo.</i>	25
<b>3.5</b>	<b>Unidad de Análisis</b>	25
3.5.1	<i>Población de estudio.</i>	25
3.5.2	<i>Tamaño de la muestra.</i>	25
<b>3.6</b>	<b>Técnicas e Instrumentos de Investigación – Recolección de Datos</b>	26
<b>3.7</b>	<b>Técnicas de análisis e interpretación de la información</b>	26
<b>CAPÍTULO IV</b>		27
<b>4.</b>	<b>RESULTADOS Y DISCUSIÓN</b>	27
<b>4.1</b>	<b>Análisis e interpretación de la variable adaptación</b>	27
<b>Bibliografía</b>		34
<b>Anexo I</b>		37
<b>Anexo II</b>		46
<b>Anexo III</b>		50

## ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1. Tamaño de la Muestra</b>	25
<b>Tabla 2. Instrumentos de Investigación – Recolección de Datos</b>	26
<b>Tabla 3. Área Familiar</b>	27
<b>Tabla 4. Área Salud</b>	27
<b>Tabla 5. Área Social</b>	29
<b>Tabla 6. Área Emocional</b>	30
<b>Tabla 7. Adaptación Total</b>	30

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

<b>Gráfico 1. Área Familiar</b>	27
<b>Gráfico 2. Área Salud</b>	28
<b>Gráfico 3. Área Social</b>	29
<b>Gráfico 4. Área Emocional</b>	30
<b>Gráfico 5. Adaptación Total</b>	31

## **RESUMEN**

El presente trabajo de investigación tuvo como objetivo determinar el nivel de adaptación a situaciones de cambio en el periodo de confinamiento social por la emergencia sanitaria en los estudiantes de la carrera de psicopedagogía de la Universidad Nacional de Chimborazo, tomando en cuenta que el confinamiento social ha provocado a las personas adaptarse en diversas áreas tales como la familiar, salud, social y emocional. Metodológicamente presenta un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental, por el nivel fue descriptiva, por los objetivos básica, por el lugar de campo, de tipo transversal; la población con la que se trabajó fueron los estudiantes de cuarto, quinto, sexto y séptimo semestre de la carrera de Psicopedagogía de la Universidad Nacional de Chimborazo. Con un muestreo no probabilístico e intencional de 119 estudiantes 37 varones y 82 mujeres. La técnica que se utilizó fue psicométrica y el instrumento Cuestionario de Adaptación de Hugh. Bell. Mediante la obtención de los datos se pudo evidenciar que el nivel de adaptación en el área familiar no satisfactoria, en el área de salud mala, en el área social no satisfactoria y en el área emocional no satisfactoria y adaptación total no satisfactoria. Esta información permitió evidenciar que no fueron capaces de ajustarse al medio vivido durante el confinamiento social.

**Palabras claves:** Adaptación, Confinamiento Social, Área, Familiar, Salud, Emocional.

## ABSTRACT

The objective of this research work was to determine the level of adaptation to situations of change in the period of social confinement due to the health emergency in the students of the psycho-pedagogy career at the National University of Chimborazo, taking into account that social confinement has caused people to adapt in various areas such as family, health, social and emotional. Methodologically, it presents a quantitative approach, with a non-experimental design, because of the level it was descriptive, because of the basic objectives, because of the field location, cross-sectional; The population with which we worked were the students of the fourth, fifth, sixth and seventh semesters of the Psycho-pedagogy career at the National University of Chimborazo. With a nonprobabilistic and intentional sampling of 119 students, 37 men and 82 women. The technique used was psychometric and the Hugh Adaptation Questionnaire instrument. Bell. By obtaining the data, it was possible to show that the level of adaptation in the family area was not satisfactory, in the area of poor health, in the social area was not satisfactory and in the emotional area was not satisfactory and total adaptation was not satisfactory. This information made it possible to show that they were not able to adjust to the environment experienced during social confinement.

**Keywords:** Adaptation, Social Confinement, Area, Family, Health, Emotional.



Firmado electrónicamente por:  
**JHON JAIRO  
INCA**

Reviewed by:

Lcdo. Jhon Inca Guerrero.

**ENGLISH PROFESSOR**

C.C. 0604136572

## **CAPÍTULO I**

### **1. MARCO REFERENCIAL**

#### **1.1 Introducción**

En la actualidad el confinamiento social es un hecho que ha causado un gran cambio en la vida cotidiana, por la llegada abrupta del virus Covid-19 a la sociedad ha generado un impacto en el mundo a nivel sanitario, económico, social y cultural. Las medidas de seguridad que cada uno de los países han optado, con la finalidad de evitar y prevenir la propagación de este virus, ha generado una serie de reacciones tanto positivas como negativas. Entre las acciones que se han tomado está el confinamiento social que consiste en una intervención que se aplica a nivel comunitario cuando las medidas de distanciamiento y aislamiento han sido insuficientes para contener el contagio de una enfermedad (OMS, 2020).

Cerda (2016), define a la adaptación como la autorregulación de un organismo para responder de un modo positivo a la situación ambiental en la que se encuentra. Además, en relación a la realidad descrita se considera que la persona capaz de adaptarse, es aquella que gestiona entre las demandas del organismo de una parte y la influencia del medio social o físico de otra.

Consecuentemente el confinamiento social ha afectado el desarrollo normal de las relaciones inter e intra personales trayendo como consecuencia alteraciones importantes en el ámbito familiar, social, emocional y la percepción que tenemos de nuestra salud física es por ello que surge la necesidad de investigar cual es el proceso de adaptación que han tenido que atravesar los estudiantes de la Universidad Nacional de Chimborazo para sobrellevar el confinamiento social.

El trabajo de investigación escrito está dividido en 4 capítulos donde señala lo siguiente:

En el primer capítulo. Se plantea el problema de investigación, se dan a conocer los objetivos generales y específicos y se elabora la justificación e importancia del problema.

En el segundo capítulo. Se desarrolla la fundamentación teórica tomando como referencia la variable del tema: Adaptación, con aportes de libros, tesis, artículos, revistas científicas, con los que se sustentan la investigación.

En el tercer capítulo. Se halla el enfoque, diseño, tipo de investigación, tipo de estudio, se establece la población y muestra, así como las técnicas e instrumentos para recabar y procesar datos.

En el cuarto capítulo. Se presenta el análisis y la interpretación de resultados encontrados en la investigación mediante tablas y gráficos. Se describe conclusiones y recomendaciones según los objetivos.

## 1.2 Planteamiento del Problema

La pandemia producida por la COVID-19 es una crisis de salud que ha cambiado la vida de millones de personas en todo el mundo. El nuevo coronavirus, es una enfermedad infecciosa que se propaga entre los humanos. Surgió inicialmente en la ciudad de Wuhan en China a fines de diciembre de 2019, cuando se informaron casos de neumonía de etiología desconocida. Tras su aparición, se manifestó como un brote que provocó serios problemas de salud pública por parte de la Organización Mundial de la Salud (OMS) y, a mediados de marzo de 2020, la OMS declaró una pandemia mundial debido a la considerable propagación mundial de la enfermedad que afecta muchos países (Ochoa & Montesdeoca, 2021).

En respuesta a esta crisis de salud mundial, las organizaciones internacionales y gubernamentales implementaron medidas de bloqueo como el confinamiento para contener la rápida propagación del virus. Otras medidas incluyeron la suspensión de vuelos, evitar grandes reuniones, el uso obligatorio de mascarillas en muchos países, el distanciamiento social, el teletrabajo, la escolarización de los niños en casa y las órdenes sanitarias de quedarse en casa, así como las medidas cautelares individuales como abrir las ventanas de los lugares cerrados, evitar tocar superficies, lavarse frecuentemente las manos, cubrirse la boca y la nariz con el codo flexionado o con un pañuelo al toser o estornudar (OMS, 2020).

Consecuentemente, el confinamiento social trae consigo un sinnúmero de problemas personales, emocionales y familiares. Es preciso indagar la prevalencia de dichas consecuencias, así se encuentra que, en México, en el estudio dentro de las subcategorías con más conflictos familiares son: problemas de invasión a la privacidad de espacios personales e incremento del estrés, ansiedad ante las nuevas dinámicas familiares y preocupación por la economía nacional (Mendoza, Supa, & Pérez, 2021).

El Ecuador, en su intento de adoptar las medidas propuestas por la OMS a nivel mundial, el 12 de marzo a través de cadena nacional declaró la emergencia sanitaria, promoviendo las diferentes medidas cautelares, y sobre todo el estado de cuarentena obligatoria para todo el país, suspendiendo toda actividad, laboral, educativa, social y familiar (El Comercio, 2020).

En el país la pandemia está teniendo un fuerte impacto sobre las condiciones de vida de los ciudadanos. Esta crisis afecta también de manera significativa a otros aspectos fundamentales para el bienestar de las personas, como el acceso a la educación, o el desarrollo humano y el estado emocional, elementos que también son objeto prioritario de las políticas públicas (OECD, 2020).

Debido a esta alarmante información, es necesario poner atención como esta nueva realidad, causada por la pandemia, ha obligado a las personas a buscar alternativas para adaptarse en diferentes ámbitos tanto en el área familiar, salud, emocional y social. Por este motivo es fundamental investigar de qué forma influyeron estos cambios en el estilo de vida de las personas y cuál fue su respuesta ante esta problemática.

Es por ello que el objetivo de esta investigación consiste en determinar el nivel de adaptación a situaciones de cambio en el periodo de confinamiento social por la emergencia sanitaria en los estudiantes de la carrera de psicopedagogía de la Universidad Nacional de Chimborazo.

## **Justificación**

La pandemia y el confinamiento social, han traído consigo un impacto psicológico, social y familiar muy alto a nivel mundial, la crisis de Covid-19 esta además asociado con sensaciones de soledad, dolor y pérdida de satisfacción con la vida. Por ese motivo es posible que se evidencien cambios en las relaciones intra e interpersonales. En base a esto la restricción en la participación social en todas las áreas principales del ser humano pueden provocar efectos negativos en su desarrollo personal.

Esta investigación es importante por la relevante información que brinda debido a que estos datos son hechos reales en relación a la capacidad que los estudiantes tienen de reconocer y afrontar diferentes situaciones, en este caso ante las nuevas y desafiantes realidades de distanciamiento físico trabajo desde el hogar educación de los niños y la falta de contacto físico.

Esta situación que se pone en evidencia, es problema de gran impacto, puesto que actualmente existen situaciones no convencionales originadas de forma abrupta que influyen de forma directa a las actividades cotidianas a las que estaban acostumbradas. Donde las personas tienen dificultades para ajustarse a las exigencias de la sociedad actual.

Fue factible su realización porque existieron recursos necesarios y las condiciones adecuadas como la información confiable y ajustada a nuestra realidad sobre el tema, que sirvió de base para el desarrollo del mismo, además existió apoyo por parte de los docentes y estudiantes que labora en la Universidad para que el proyecto se llevara a cabo de manera exitosa.

Los beneficiarios de esta investigación son: los estudiantes de la Carrera de Psicopedagogía de la Universidad al determinar el nivel de adaptación que tiene esta población ante el confinamiento proporciona información confiable que le permitirá identificar su facilidad o dificultad al momento de ajustarse ante los diferentes cambios ocasionados por el confinamiento.

### **1.3 Objetivos**

#### **1.3.1 Objetivo General**

Determinar el nivel de adaptación a situaciones de cambio en el periodo de confinamiento social por la emergencia sanitaria en los estudiantes de la Carrera de Psicopedagogía de la Universidad Nacional de Chimborazo.

#### **1.3.2 Objetivos específicos**

- Medir el nivel de adaptabilidad al medio familiar de los estudiantes de la Carrera de Psicopedagogía de la Universidad Nacional de Chimborazo durante el confinamiento social.
- Medir el nivel de percepción que la persona tiene acerca de su estado de salud física de los estudiantes de la Carrera de Psicopedagogía de la Universidad Nacional de Chimborazo durante el confinamiento social
- Medir el nivel de adaptación al medio social de los estudiantes de la Carrera de Psicopedagogía de la Universidad Nacional de Chimborazo durante el confinamiento social.
- Medir el nivel de estabilidad y autodomínio de los impulsos y contrariedades internas de los estudiantes de la Carrera de Psicopedagogía de la Universidad Nacional de Chimborazo durante el confinamiento social.

## **CAPÍTULO II**

### **2. MARCO TEÓRICO**

#### **2.1 Confinamiento**

El confinamiento es una intervención que se aplica a nivel comunitario consiste en un estado donde se combinan estrategias para reducir las interacciones sociales como el distanciamiento social, el uso obligatorio de mascarillas, restricción de horarios de circulación, suspensión del transporte, cierre de fronteras, etcétera (Smith, 2020).

La participación social fomenta los sentimientos de apego; proporciona un sentido de identidad consistente y coherente; y mejora el sentido de valor, pertenencia y apego a la comunidad del individuo. En este contexto, Cueto, Espinosa, Guillén, & Seminario, (2016) informaron que la integración en la vida comunitaria y la participación en actividades sociales aumenta activamente el bienestar psicológico y social, así como el sentido de pertenencia del individuo.

Asimismo, Hormaza & Terán, (2019) mostraron que la participación social mejora la autoeficacia y el autocontrol personal en los adolescentes, reforzando la importancia de la vida social en la salud psicológica individual de cada ser humano. Denominada “salud social”. La participación social y la satisfacción con la vida están estrechamente relacionadas. La satisfacción con la vida se define como la estimación de la calidad de vida basada en las preferencias y la satisfacción de un individuo en estos dominios. De hecho, se ha informado que la satisfacción con la vida está asociada con aspectos psicológicos importantes, por ejemplo, trastornos psiquiátricos, trastornos depresivos e ideación suicida.

En diciembre de 2019 se detectó una nueva enfermedad por coronavirus, denominada COVID-19, en China. En solo 6 meses, se ha informado que el COVID-19 ha afectado a más de 10 millones de personas (hasta el 28 de junio de 2020), incluidos casi medio millón de muertes en más de 200 países en todo el mundo. El COVID-19, que fue declarado pandemia mundial el 11 de marzo de 2020 por la OMS, se ha convertido rápidamente en un serio desafío que afecta a todas las sociedades (Maguiña Vargas, Gastelo Acosta, & Tequen Bernilla, 2020).

El confinamiento social sigue siendo la mejor solución no farmacológica para desacelerar su rápida transmisión y, como resultado, muchos países han impuesto estrictas medidas de distanciamiento social. Si bien la cuarentena se ha utilizado anteriormente para combatir enfermedades infecciosas (p. Ej., Cólera, SARS, Ébola), el nivel de confinamiento aplicado a la población mundial es el más severo de la historia (OMS, 2020).

##### **2.1.1 Efectos psicosociales**

Si bien es una solución eficaz para frenar la propagación de enfermedades infecciosas, el confinamiento en el hogar también puede tener efectos negativos sobre la salud mental y múltiples comportamientos de estilo de vida, incluida la participación social y la satisfacción con la vida. De hecho, estudios metacéntricos recientes mostraron que el confinamiento domiciliario de COVID-19 evocaba un mayor número de personas físicamente inactivas (+ 15,2%), que mostraban conductas alimentarias poco saludables (+ 10%) y experimentaban trastornos psicosociales y emocionales (+ 10% a + 16,5%, respectivamente) así como mala calidad del sueño (12,8%) durante el confinamiento domiciliario (Valero, Vélez, Duran, & Torres, 2020).

Con respecto a la participación social y la satisfacción con la vida, recientemente se sugirió que la crisis del COVID-19 y el confinamiento asociado también pueden estar asociados con sensaciones de soledad, dolor y pérdida de la satisfacción con la vida. También se esperan posibles cambios en las relaciones con familiares y amigos, así como una participación mitigada en la vida comunitaria, con informes recientes que destacan la urgente necesidad de investigación para ayudar a mejorar la comprensión de las consecuencias psicosociales de la pandemia de COVID-19 para el público (Sánchez & Mejía, 2020).

En base a esto, la restricción deliberada de una participación social y confinamiento en todas las áreas principales de las personas, escolar, laboral, social y emocional se relaciona directamente con trastornos ansioso-depresivos, causando en la mayoría de los casos, suicidios, es por esto que es de suma importancia valorar como el confinamiento causado por la pandemia intervino en la salud mental de los estudiantes de estudio (Erades & Morales, 2020).

## **2.2 Adaptación**

La adaptación es el ajuste de la organización interna del individuo a las normas existentes de la sociedad. A nivel individual, la adaptación consiste en la adopción por parte del individuo de la moral pública dominante, la conciencia de su deber para con la sociedad, que se manifiesta en sus pensamientos, metas, acciones. A nivel de la sociedad, la adaptación se refleja principalmente en la existencia misma de las normas mismas (Builes Roldán, Manrique Tisnés, & Henao Galeano, 2017).

Cerna, Christian citan a Hugh. M. Bell quien menciona, “al Yo como una especie de resorte o central encargado de facilitar la adaptación entre las demandas del organismo de una parte y la influencia del medio social o físico de otra” (Cerna, 2020, p.17)

### **2.2.1 Hugh.M. Bell y su teoría de la adaptación.**

En 1934, Bell publicó la primera versión de una prueba de ajuste estudiantil conocida como Inventario de Adaptación (más tarde, Inventario de Ajuste de Bell). Incluyó una serie de preguntas diseñadas para medir la adaptación en el hogar, de salud, en la esfera social y la emocional.

Dentro de los principales pilares para un adecuado desarrollo Sharma (2019) establece que existe una inteligencia que se llama inteligencia emocional que tiene la capacidad de juzgar, comprender las situaciones y actuar en consecuencia utilizando las emociones más equilibradas como una “fuente de poder” y “conocimiento” adquirido por una persona para hacer frente a situaciones adversas. Las personas que están equipadas con inteligencia emocional están menos deprimidas, son más saludables, se adaptan mejor y tienen buenas relaciones con los demás.

Finalmente, la satisfacción con la vida es una evaluación del nivel aparente de bienestar, adaptación y satisfacción de una persona. Es la medida de un individuo que ayuda a ver la positividad a lo largo de la vida en todos los aspectos de la vida. La satisfacción con la vida es un fenómeno multidimensional ya que está directa o indirectamente influenciado por parámetros sociales, psicológicos, económicos y muchos más. El concepto de satisfacción con la vida tiene diferentes medios para diferentes personas. La satisfacción con

la vida son las evaluaciones personales de una persona de sus logros presentes y de sus expectativas. En otras palabras, es la suma de las actitudes totales de los individuos hacia diferentes áreas de la vida como la familia, el trabajo, la salud y las relaciones sociales (Sharma S, 2018).

### **2.2.2 Características de una persona adaptada.**

Al estudio de Hugh. M. Bell, aporoto Hurlock en 1994, características específicas de las personas que se adaptan con facilidad ante los diferentes cambios. Entre los cuales se puede destacar que son capaces de reconocer y afrontar diferentes situaciones conflictivas cada día, sin que esto afecte su capacidad de canalización de ideas hacia su meta fija. Así mismo, tienen un equilibrio emocional independientemente de las situaciones que puedan surgir, además tienen la facilidad de demostrar sus emociones frente a otras personas, manteniendo congruencia entre lo que expresan y sienten. Son muy perspicaces y responsables manteniendo un comportamiento a la par de su edad, son capaces de tomar decisiones propias, así como mantener relaciones interpersonales positivas (Cerna, 2020, p.19).

En base a esto, Hugh Bell, postula su prueba psicométrica para adolescentes en base a cuatro áreas: Adaptación Personal, Adaptación Familiar, Adaptación Social, Adaptación Emocional. Sin embargo, en el año 2009, adapta el este cuestionario para adultos, aumentando el área Profesional (Pozo, 2014).

En lo que respecta a la adaptación personal, es necesario comprender que, a partir de la adolescencia, lo jóvenes deberán tener como característica principal la autoconfianza, y una autoestima oportuna, ya la adaptación personal refiere a todos aquellos cambios corporales y emocionales propios del proceso de maduración. Un balance emocional podría incrementar la capacidad de aceptación personal sin desarrollar miedos, tristeza, preocupación, o inseguridad. Así mismo, se menciona que una adecuada dinámica familiar y escolar puede aportar de manera valiosa en la aceptación y adaptación personal.

Los y las adolescentes poseen la necesidad de adaptarse a situaciones nuevas, se preocupan sin razón porque ignoran que el programa de la naturaleza difiere según los individuos es por ello, que se perturban si notan su cuerpo diferente (Cerna, 2020).

### **2.2.3 Adaptación familiar.**

La adaptación familiar es el proceso mediante el cual los padres y otros miembros de la familia ajustan, acomodan o transforman sus roles y responsabilidades para satisfacer mejor las demandas actuales. La teoría del estrés familiar se ha utilizado para orientar la investigación sobre familias que enfrentan transiciones normativas, así como cambios importantes en la vida o enfermedades.

Se define al factor estresante como un evento de vida o una transición como la paternidad, que afecta a la unidad familiar y cambia o tiene el potencial de cambiar el sistema social familiar. Los recursos de resistencia de la familia son los recursos, las capacidades y las fortalezas de la familia que facilitan la resolución de problemas y promueven la adaptación. La evaluación de la familia del evento estresante es la definición de la familia de la gravedad del factor estresante, las dificultades que presenta y el efecto en la familia (Villarreal & Paz, 2017).

Esta valoración está influenciada por la cultura y los valores de la familia. Las tipologías familiares son un conjunto de atributos básicos de la familia y sus procesos internos que ayudan a explicar cómo una familia evalúa, opera y se comporta típicamente. La vulnerabilidad es la condición interpersonal y organizativa del sistema familiar (Aguilar, 2017). La vulnerabilidad está influenciada por la acumulación de demandas sobre la familia y su etapa de ciclo de vida. La investigación familiar que utiliza el Modelo Tipológico se basa en cuatro supuestos fundamentales sobre la vida familiar. Los supuestos incluyen (Semenova Moratto Vásquez, Zapata Posada, & Messenger, 2015);

- Las familias enfrentan dificultades y cambios como un aspecto natural y predecible de la vida familiar a lo largo del ciclo de vida;
- Las familias desarrollan fortalezas y capacidades básicas diseñadas para fomentar el crecimiento y desarrollo de los miembros de la familia y la unidad familiar y para proteger a la familia de trastornos importantes frente a las transiciones y cambios familiares;
- Las familias desarrollan fortalezas y capacidades básicas y únicas diseñadas para proteger a la familia de tensiones y tensiones estresantes inesperadas o no normativas y para fomentar la adaptación de la familia después de una crisis familiar o una transición y un cambio importante.
- Las familias se benefician y contribuyen a la red de relaciones y recursos en la comunidad, particularmente durante períodos de estrés y crisis familiares.

El modelo de tipología describe dos fases en la respuesta de una familia a los cambios y catástrofes de la vida: la fase de ajuste y la fase de adaptación. La fase de ajuste es una respuesta a corto plazo de las familias a un cambio, transición o demanda de rutina que no conduce a una crisis familiar o un cambio importante en el funcionamiento familiar. La fase de adaptación como respuesta de la familia está determinada por las interacciones del factor estresante, la vulnerabilidad de la familia, la tipología familiar, los recursos de resistencia de la familia, la valoración del factor estresante y las respuestas de resolución de problemas y afrontamiento de la familia (Martínez, Amador, & Guerra, 2017).

#### **2.2.3.1 Dinámica Familiar.**

**Organización.** Es un acuerdo entre los miembros del hogar, para cooperar y apoyar en el desarrollo de las actividades del hogar. Este acuerdo puede ser informal ya que constituye una sociedad con base en la ley establecida formalmente objetivos, estatutos, funciones y el número de sus directivos (Aguilar, 2017).

**Control.** Representa la segunda dimensión de la clasificación de Baumrind, y se refiere a estrategias socializadoras por parte de los padres, incluyendo el establecimiento de normas y límites, la aplicación de sanciones, la exigencia de responsabilidades y la monitorización o conocimiento por parte de los padres de las actividades que realizan sus hijos.

La mayoría de los estudios encuentran una disminución en los niveles de control que padres y madres ejercen sobre sus hijos a medida que transcurre la adolescencia, siendo esta disminución uno de los principales reajustes que los padres suelen realizar en su estilo parental para adaptarse a la mayor madurez de su hijo adolescente y a sus nuevas necesidades (Casco, 2012).

**Cohesión.** La cohesión familiar es una de las dimensiones centrales de la dinámica familiar, entendida como los lazos emocionales que los miembros de la familia tienen unos con otros y el grado de autonomía personal que experimentan, medidos en términos de relaciones más frecuentes y estrechas entre ellos, y que se expresa generalmente en actitudes de apoyo mutuo, realización de actividades juntos y afecto recíproco (Aguilar, 2017).

La funcionalidad de la dinámica familiar, se considera cuando frente a dificultades o problemas que afectan al sistema familiar, se logra reestablecer su homeostasis recuperando una funcionalidad pacífica en el sistema, para esto las capacidades de adaptación y la solución de conflictos será piezas fundamentales no solo para la cohesión y dinámica familiar, sino también, del fortalecimiento de un vínculo emocional entre sí.

La cohesión familiar está estrechamente ligada al apego entre los miembros del sistema familiar, tal como lo mencionan Schmidt, Barreyro, & Maglio (2010), la cohesión se refiere al grado unión emocional percibido por los miembros de una familia”; además para realizar el diagnóstico de éste parámetro dentro de la familia tomó en consideración lo siguiente: “los lazos emocionales/independencia, los límites/coaliciones, el tiempo/espacio, los amigos/toma de decisiones, y los intereses/recreación”.

**Expresividad.** Este apartado resalta a la familia que incentiva a la expresión de opiniones, ideas, o sentimientos de manera sincera y clara, esta característica permite a los miembros del sistema a expresarse libremente, sin tapujos ni estereotipos sociales.

Refiere Matalinares, (citado por Cahuasquí, 2015) que, “Los adolescentes pertenecientes a familias con alto nivel de control manifiestan menor expresividad y autonomía, y los que pertenecen a familias con alto nivel en actividad social, recreativa y en intereses culturales afirman relacionarse con mayores números de amigos” (p. 50).

Es decir, mientras el control intrafamiliar sea elevado, la expresividad de los integrantes, especialmente en los adolescentes será menor, por ende, la participación del mismo en las actividades sociales y familiares serán deficientes.

**Conflicto.** En lo que respecta al conflicto dentro de un sistema familiar, suele atribuírsele a las diferencias internas, las incompatibilidades entre las demandas, y las inconsistencias en los roles familiares. Esto durante la adolescencia genera un alto conflicto en su salud mental y respeto por la dinámica familiar (Siguenza, 2015). Cabe mencionar que varios autores refieren que, cualquier tipo de conflicto moderado no interviene en el clima familiar, al contrario, favorecen en un aprendizaje emocional, de reestructuración y renegociación de expectativas, teniendo un efecto positivo en los adolescentes.

#### **2.2.4 Adaptación a la salud.**

El término salud proviene del latín *salus* y se contrapone al de «enfermedad» es objeto de especial atención por parte de la medicina. Según la Organización Mundial de la Salud OMS, (2020) es un estado de completo bienestar físico, mental y social; y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades. Desde sus inicios, el concepto da cuenta de que a más de la aparición de enfermedades se considera el estado integral de los seres humanos.

Formado por cuatro áreas: física, que se entiende como un óptimo funcionamiento fisiológico del organismo, mental, se refiere al manejo de nuestra vida diaria y como nos

relacionamos con los demás en los ambientes escolares, familiares, sociales, etc.; emocional, el manejo adecuado de los sentimientos, pensamientos y comportamientos.

La percepción de un individuo es subjetiva, selectiva y temporal. Subjetiva porque las reacciones de un mismo estímulo varían dependiendo del individuo; selectiva porque es consecuencia de la naturaleza subjetiva de la persona que no puede percibir todo al mismo tiempo y selecciona su percepción en función de lo que desea percibir; temporal, porque es un fenómeno a corto plazo. Así, el estado de salud percibido es uno de los indicadores más utilizados al evaluar la salud de la población y aporta una primera aproximación de la satisfacción vital del individuo (Razo, Diaz, & López, 2018).

Las redes y el apoyo social son factores importantes para alterar situaciones emocionales e inciden en la enfermedad tanto física como mental. La valoración del estado de salud nos acerca a quienes perciben su salud de una u otra forma y también aporta una primera aproximación de por qué los individuos perciben su salud en la forma en que lo hacen. Para Abellán (2013) la autopercepción del estado de salud es un indicador de la satisfacción vital, Las personas con salud deficiente suelen estar menos satisfechos con sus vidas que los que tienen percepciones más positivas.

El contexto socio-cultural y el momento en que se manifiesten determinan las creencias y percepciones sociales e individuales sobre el proceso de salud-enfermedad. Estas logran incorporarse en las creencias populares, las cuales funcionan como esquemas cognitivos, estereotipados, que guían el comportamiento inmediato de las personas permitiéndoles una rápida evaluación de una determinada enfermedad (Quiceno & Vinaccia, 2012).

### **2.2.5 Adaptación social.**

La capacidad de adaptar o transformar estructuras y procesos institucionales es fundamental para mantener los servicios de los ecosistemas y evitar (o posiblemente escapar de) trampas socio ecológicas. La adaptabilidad y la transformabilidad son fundamentales para la teoría de la resiliencia (Zambrano & Almeida, 2017).

Tanto la adaptación como la transformación requieren capacidad de adaptación entre los actores sociales y las instituciones para absorber y dar forma al cambio. Se ha reconocido ampliamente que las redes sociales, definidas como relaciones sociales entre individuos y grupos, son cruciales para desarrollar esta capacidad. Las redes sociales proporcionan un medio para compartir conocimientos, recursos y apoyo, y facilitan oportunidades para generar confianza y capital social, todos los cuales son críticos para la toma de decisiones efectiva en respuesta a perturbaciones y cambios.

De manera similar, la forma en que las redes sociales se relacionan explícitamente con la dinámica ecológica y el problema ambiental específico que impulsa la necesidad de adaptación o transformación ha recibido poca atención en la literatura. Sin embargo, comprender estos vínculos y retroalimentaciones es fundamental para comprender cómo el sistema responderá al cambio social y ecológico y si ciertos cambios fortalecerán o atenuarán las retroalimentaciones que pueden llevar al sistema a un estado indeseable que podría ser difícil o imposible de revertir (Zalazar & Cupani, 2018).

### **2.2.6 Adaptación emocional.**

Actualmente se desconocen los efectos a largo plazo de la crisis del COVID-19 en la salud mental. Existe evidencia de que los eventos estresantes a gran escala, como los desastres naturales, pueden tener efectos duraderos en la salud mental, especialmente después de la exposición directa a un trauma (León, 2019).

Sin embargo, otro conjunto de pruebas sugiere que, aunque la salud mental haya sufrido alteraciones tras el surgimiento de la crisis del COVID-19, a largo plazo, la salud mental de las personas puede ser en gran medida resiliente. Por ejemplo, en respuesta al brote de SARS de 2003, los trabajadores de la salud que estaban en alto riesgo de infección y que trabajaban en condiciones estresantes, mostraron poca evidencia de problemas elevados de salud mental (Ramírez, Castro, Lerma, Yela, & Escobar, 2021).

La resiliencia se ha definido en términos generales como la capacidad de recuperarse de experiencias emocionales negativas adaptándose de manera flexible a circunstancias estresantes (Hernández, Valladares, & Rodríguez, 2014). Una amplia evidencia ha documentado cómo las personas se adaptan a los principales eventos negativos de la vida (por ejemplo, despliegue militar, duelo, aparición de una discapacidad o enfermedad crónica) y las respuestas más comunes a tales eventos se clasifican como 'resiliencia' (es decir, impacto mínimo en la salud mental) o 'recuperación' (es decir, un aumento inicial de la angustia seguido de la recuperación).

Sin embargo, la crisis de COVID-19 es única tanto en su escala como en sus amplias consecuencias sociales y económicas, por lo que es importante comprender cómo los niveles de angustia han respondido a la pandemia.

Es importante señalar que, si bien la adaptación y la recuperación de la angustia psicológica fue la respuesta promedio en este estudio, puede haber grupos que no identificamos y que experimentarán dificultades psicológicas más prolongadas debido a la pandemia de COVID-19. Por ejemplo, los trabajadores médicos de primera línea pueden tener un mayor riesgo de agotamiento y angustia emocional relacionados con el trabajo (Román et al., 2020).

También hay informes de supervivientes del virus del SARS de 2003 que corren un mayor riesgo de sufrir problemas psicológicos a largo plazo y será importante examinar si COVID-19 también afecta la salud mental de los sobrevivientes. Aunque observamos una tendencia general de recuperación de la angustia, inevitablemente habrá una parte de la población que experimentará una exacerbación de las dificultades de salud mental y será importante identificar y apoyar a los más vulnerables (Ramírez et al., 2021).

## **CAPÍTULO III**

### **3. METODOLOGÍA**

#### **3.1 Enfoque de Investigación**

##### **3.1.1 Cuantitativo.**

Los datos fueron analizados e interpretados a través del instrumento cuantitativo "Cuestionario de adaptación para adultos de Bell". Se generaron tablas y gráficos.

## 3.2 Diseño

### 3.2.1 *No experimental.*

Se realizó sin manipular en forma deliberada la variable adaptación, se observaron los hechos tal y como se presentan en su contexto real y en un tiempo determinado para analizarlos e interpretarlos.

## 3.3 Tipo de Investigación

### 3.3.1 *Por el nivel o alcance.*

**Descriptiva.** Porque se buscó especificar propiedades y características de la adaptación en los estudiantes de la carrera.

### 3.3.2 *Por los objetivos.*

**Básica.** Porque fue un acercamiento analítico del hecho o fenómeno, se dedicó al desarrollo de la ciencia e investigación y se interesó en determinar las condiciones y/o características del problema de estudio. Se pretendió comprender el proceso de adaptación a una situación nueva.

### 3.3.3 *Por el lugar.*

**De Campo.** Se ejecutó en el lugar de los hechos, en la carrera de Psicopedagogía de la Universidad Nacional de Chimborazo con los estudiantes de cuarto, quinto, sexto y séptimo en la cual se identificó el problema.

## 3.4 Tipo de Estudio

### 3.4.1 *Por el tiempo.*

**Transversal.** Porque en la investigación se aplicó un instrumento psicométrico de recolección de datos en un solo momento, en un tiempo único. Se describió la variable y analizo su incidencia en el periodo académico noviembre 2021- marzo2022.

## 3.5 Unidad de Análisis

### 3.5.1 *Población de estudio.*

Los estudiantes de la carrera de Psicopedagogía de la Universidad Nacional de Chimborazo.

### 3.5.2 *Tamaño de la muestra.*

La muestra fue no probabilística e intencionada de 119 estudiantes de cuarto, quinto, sexto y séptimo semestre de la referida carrera.

**Tabla 1. Tamaño de la Muestra**

SEMESTRE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Cuarto semestre	27	23%
Quinto semestre	34	28%
Sexto semestre	39	33%
Séptimo semestre	19	16%
<b>Total</b>	<b>119</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Universidad Nacional de Chimborazo. Carrera de Psicopedagogía.

**Elaborado por:** Karen Ocaña y Katherin Ramón (2021).

### 3.6 Técnicas e Instrumentos de Investigación – Recolección de Datos

Para la recolección de los datos, se aplicó el Cuestionario de adaptación para Adultos, de Hugo Bell, el cual según Cerda (2016), evalúa, el nivel de adaptación del individuo en 4 sub áreas; Familiar, Social, Salud y Emocional. Misma que fue de gran utilidad puesto que brindo datos específicos para poder alcanzar los objetivos específicos. Finalmente, entendiendo el coeficiente de confiabilidad alto se determina cuando una prueba tiene entre 0.6 y 1; el cuestionario de Adaptación de Hugo Bell presenta 0.89 como coeficiente de confiabilidad, es decir, la prueba tiene un alto porcentaje de precisión.

**Tabla 2. Instrumentos de Investigación – Recolección de Datos**

VARIABLE	TÉCNICAS	INSTRUMENTO	DESCRIPCIÓN
Adaptación	Psicométrica	Cuestionario de Adaptación de Hugo Bell para Adultos.	Cuestionario auto aplicable de Adaptación para Adultos. Consta de 160 preguntas con respuestas dicotómicas (SI – NO). Evalúan el grado de adaptación en las áreas: <ul style="list-style-type: none"><li>○ Área Familiar</li><li>○ Área Social</li><li>○ Área Salud</li><li>○ Área Emocional</li></ul> Tiempo de aplicación de 30 a 45 minutos. Aplicación Individual o grupal

Elaborado por: Karen Ocaña y Katherin Ramón (2021).

### 3.7 Técnicas de análisis e interpretación de la información

Con la información recolectada se procedió de la siguiente manera:

- Selección y Adaptación de los IRD – Instrumentos de Recolección de Datos
- Validación de los IRD por expertos-docente tutor-estudiantes investigadores
- Aplicación de los IRD – Supervisión técnica
- Recolección de datos en base a la aplicación de las técnicas e instrumentos de investigación
- Procesamiento de datos a través del aplicativo informático Microsoft Excel.
- Tabulación y representación gráfica de la información.
- Análisis e interpretación de los resultados obtenidos.

## CAPÍTULO IV

### 4. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

#### 4.1 Análisis e interpretación de la variable adaptación

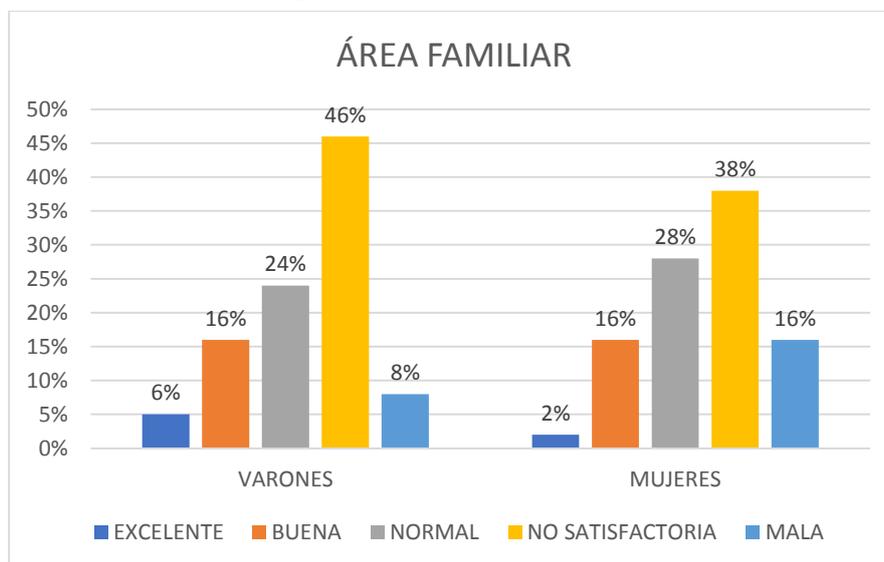
Tabla 3. Área Familiar

	VARONES		MUJERES		Total	
	F	%	F	%	F	%
<b>EXCELENTE</b>	2	6	2	2	4	3
<b>BUENA</b>	6	16	13	16	19	16
<b>NORMAL</b>	9	24	23	28	32	27
<b>NO SATISFACTORIA</b>	17	46	31	38	48	40
<b>MALA</b>	3	8	13	16	16	13
<b>TOTAL</b>	37	100	82	100	119	100

Elaborado por: Karen Ocaña y Katherin Ramón (2021).

Fuente: Cuestionario de adaptación para adultos (Bell, 1974)

Gráfico 1. Área Familiar



Elaborado por: Karen Ocaña y Katherin Ramón (2021).

Fuente: Tabla N. 3

#### ANÁLISIS

De los 119 estudiantes que contestaron el cuestionario, los varones que representan el 46% demuestran una adaptación adecuada, en cambio el 54% evidencian estar mal adaptados; mientras que el 46% de mujeres presentan una adaptación adecuada, el 54% manifiestan una inadecuada adaptación.

#### INTERPRETACIÓN

La mayoría de varones y mujeres presentan una inadecuada adaptación familiar, es decir no se ajustan con su grupo familiar, teniendo dificultades para relacionarse y resolver conflictos con los miembros de su familia en el contexto del confinamiento.

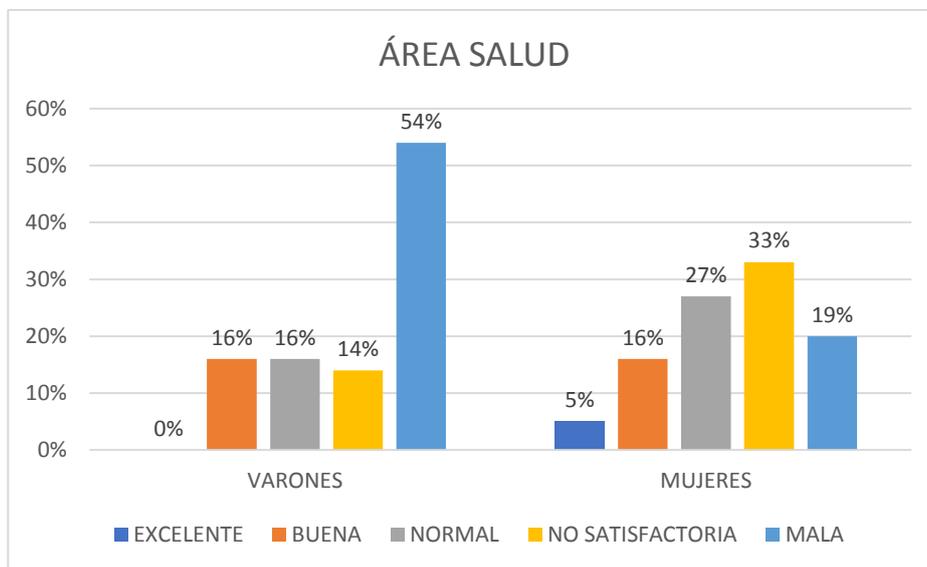
**Tabla 4. Área Salud**

	VARONES		MUJERES		Total	
	F	%	F	%	F	%
<b>EXCELENTE</b>	0	0	4	5	4	3
<b>BUENA</b>	6	16	13	16	19	16
<b>NORMAL</b>	6	16	22	27	28	24
<b>NO SATISFACTORIA</b>	5	14	27	33	32	27
<b>MALA</b>	20	54	16	19	36	30
<b>TOTAL</b>	37	100	82	100	119	100

Elaborado por: Karen Ocaña y Katherin Ramón (2021).

Fuente: Cuestionario de adaptación para adultos (Bell, 1974)

**Gráfico 2. Área Salud**



Elaborado por: Karen Ocaña y Katherin Ramón (2021).

Fuente: Tabla 4

## ANÁLISIS

Del total de estudiantes que contestaron el cuestionario, los varones que representan el 32% demuestran una adaptación satisfactoria, sin embargo, el 68% evidencian estar mal adaptados; mientras que el 48% de mujeres presentan una adaptación adecuada, el 52% manifiestan una inadecuada adaptación.

## INTERPRETACIÓN

La mayor parte de la población, presenta una adaptación a la Salud inadecuada es decir demuestran una percepción de preocupación e insatisfacción a su salud física, esto provoca inestabilidad real de su salud en su apreciación subjetiva y establece la existencia de problemas de origen psicosomático durante el confinamiento social por Covid-19.

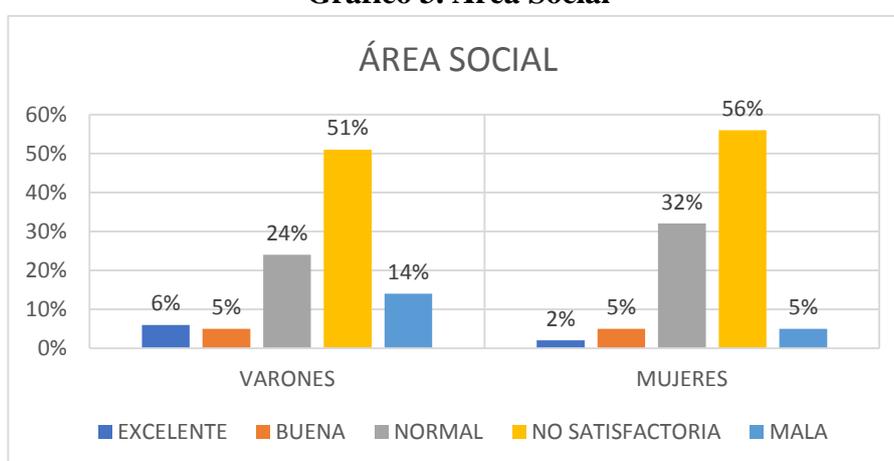
**Tabla 5. Área Social**

	VARONES		MUJERES		Total	
	F	%	F	%	F	%
<b>EXCELENTE</b>	2	6	2	2	4	3
<b>BUENA</b>	2	5	4	5	6	5
<b>NORMAL</b>	9	24	26	32	35	29
<b>NO SATISFACTORIA</b>	19	51	46	56	65	55
<b>MALA</b>	5	14	4	5	9	8
<b>TOTAL</b>	37	100	82	100	119	100

**Elaborado por:** Karen Ocaña y Katherin Ramón (2021).

**Fuente:** Cuestionario de adaptación para adultos (Bell, 1974).

**Gráfico 3. Área Social**



**Elaborado por:** Karen Ocaña y Katherin Ramón (2021).

**Fuente:** Tabla 5.

## ANÁLISIS

De los 119 estudiantes que contestaron el cuestionario, los varones que representan el 35% demuestran una adaptación adecuada, sin embargo, el 65% evidencian estar mal adaptados; mientras que el 39 % de mujeres presentan una adaptación apropiada, el 61% manifiestan una inadecuada adaptación.

## INTERPRETACIÓN

La mayoría de varones y mujeres presentan una adaptación Social deficiente, es decir tienden a ser sumisos y retraídos en su forma de contactar socialmente debido a que no se ajustan a su medio social y su forma de reaccionar a las interacciones sociales son escasas en el contexto del confinamiento por Covid-19.

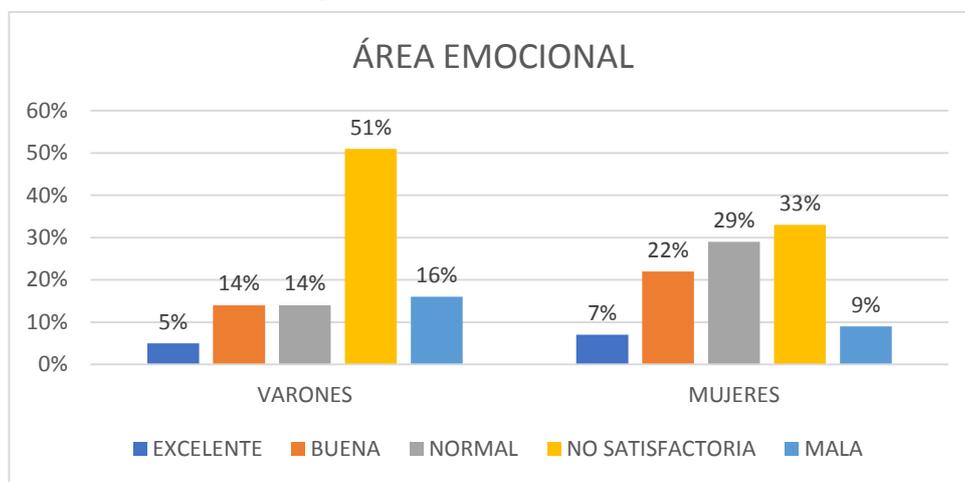
**Tabla 6. Área Emocional**

	VARONES		MUJERES		Total	
	F	%	F	%	F	%
<b>EXCELENTE</b>	2	5	6	7	8	7
<b>BUENA</b>	5	14	18	22	23	19
<b>NORMAL</b>	5	14	24	29	29	24
<b>NO SATISFACTORIA</b>	19	51	27	33	46	39
<b>MALA</b>	6	16	7	9	13	11
<b>TOTAL</b>	37	100	82	100	119	100

**Elaborado por:** Karen Ocaña y Katherin Ramón (2021).

**Fuente:** Cuestionario de adaptación para adultos (Bell, 1974).

**Gráfico 4. Área Emocional**



**Elaborado por:** Karen Ocaña y Katherin Ramón (2021).

**Fuente:** Tabla 6.

## ANÁLISIS

Del total de la población que respondieron al cuestionario, los varones que representan el 33% demuestran una adaptación adecuada, el 67% evidencian estar mal adaptados; sin embargo, el 58% de mujeres presentan una adaptación apropiada, mientras que el 42% manifiestan una inadecuada adaptación.

## INTERPRETACIÓN

La mayoría de varones presentan una adaptación emocional inadecuada es decir que tienden a ser inestables emocionalmente debido a que no son capaces de tener autocontrol de sus impulsos y contrariedades internas, tienen dificultad en la exploración de sus sentimientos en los distintos ambientes en los que se desenvuelven.; por el contrario, más de la mitad de las mujeres tienen una adaptación satisfactoria lo que significa que manifiestan estabilidad, autodominio de los impulsos y se ajustan de forma armoniosa al ambiente que les rodea, en el contexto del confinamiento.

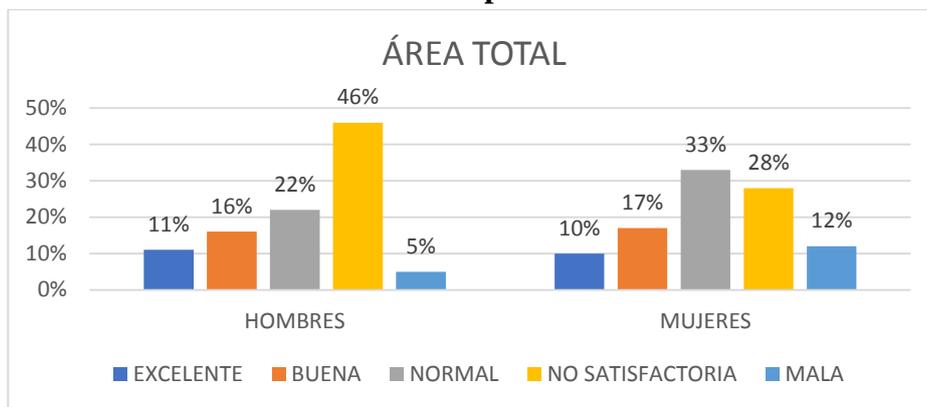
**Tabla 7. Adaptación Total**

	VARONES		MUJERES		TOTAL	
	F	%	F	%	F	%
<b>EXCELENTE</b>	4	11	8	10	12	10
<b>BUENA</b>	6	16	14	17	20	17
<b>NORMAL</b>	8	22	27	33	35	29
<b>NO SATISFACTORIA</b>	17	46	23	28	40	34
<b>MALA</b>	2	5	10	12	12	10
<b>TOTAL</b>	37	100	82	100	119	100

**Elaborado por:** Karen Ocaña y Katherin Ramón (2021).

**Fuente:** Cuestionario de adaptación para adultos (Bell, 1974).

**Gráfico 5. Adaptación Total**



**Elaborado por:** Karen Ocaña y Katherin Ramón (2021).

**Fuente:** Tabla 7.

## ANÁLISIS

Del total de la población que respondieron al cuestionario, los varones que representan el 49% demuestran una adaptación adecuada, el 51% evidencian estar mal adaptados; sin embargo, el 60% de mujeres presentan una adaptación apropiada, mientras que el 40% manifiestan una inadecuada adaptación.

## INTERPRETACIÓN

Al sumar las dimensiones de las áreas: familiar, salud, social y emocional, de cada estudiante obtenemos como resultado el puntaje de adaptación total mismo que es baremado y ubicado en el nivel correspondiente; en los varones predomina una adaptación inadecuada es decir responden de forma desajustada a sus relaciones familiares y sociales, la percepción del funcionamiento de su organismo, y como comprenden sus emociones por lo tanto no reconocen y afrontan las diferentes situaciones conflictivas que se presentan a diario. Por otro lado, las mujeres en su mayoría presentan una adaptación apropiada es decir son capaces de enfrentar múltiples situaciones de la vida tales como a su medio familiar, percepción de la salud, relaciones extra familiares y la exploración de sus sentimientos lo que significa que puede ajustarse al medio en el que vive buscando el equilibrio entre sus necesidades y las limitaciones que este le impone en el contexto del confinamiento.

## **CONCLUSIONES**

- Se determinó que el nivel de adaptación es no satisfactorio, esto indica que los estudiantes responden negativamente con respecto a sus relaciones familiares, el funcionamiento de su organismo, amistades y sobre como comprende y vive sus emociones.
- Se mide que el nivel de adaptabilidad al medio familiar es no satisfactorio durante el proceso de confinamiento social, es decir no se ajustan con su grupo, teniendo dificultades para relacionarse y resolver conflictos con los miembros de su familia.
- Se mide que el nivel de percepción que la persona tiene acerca de su estado de salud física es mala, demostrando preocupación sobre el funcionamiento de su organismo durante el proceso de confinamiento social.
- Se mide que el nivel de adaptación al medio social es no satisfactorio durante el proceso de confinamiento evidenciando que la mayoría de los estudiantes tienden a ser sumisos y retraídos en su forma de contactar socialmente.
- Se mide que el nivel de estabilidad y autodominio de los impulsos y contrariedades internas es no satisfactorio lo que indica que la mayoría de los estudiantes tienden a ser inestables emocionalmente y no poseen autocontrol de sus impulsos.

## **RECOMENDACIONES**

- A los directivos de la carrera. Realizar talleres que involucre de forma íntegra las cuatro áreas: social, emocional, familiar y percepción a la salud, con actividades que permitan a los estudiantes reconocer y adaptarse a las diferentes situaciones conflictivas de cada día.
- Al núcleo familiar. Mantener relaciones familiares saludables mediante la aplicación de la comunicación asertiva que permita la cooperación y construcción de acuerdos que sean justos y equitativos; resolución saludable de conflictos que contribuyen al entendimiento mutuo incluyente y participativo; práctica de valores que potencializan interacciones libres de violencia además la independencia, empatía y autoestima de sus miembros logrando así una unidad familiar que posea buenas estrategias de afrontamiento frente a los diferentes acontecimientos.
- Al estudiante. Modificar las percepciones de salud negativas, practicando las estrategias de afrontamiento favorable en relación a la capacidad de control sobre sus pensamientos acerca de su salud física, a su vez que permite: menos presencia de emociones negativas, se podrá percibir el curso de su estado de salud de forma más realista y optimista, fortaleciendo de esta manera un uso adecuado y racional de los servicios de salud.
- A docentes de la carrera. Realizar talleres sobre estrategias para mejorar las relaciones sociales, enfatizando la expresión, colaboración e identificación de las consecuencias antes de tomar una decisión, además el fortalecimiento de las relaciones interpersonales, para que sean capaces de aprender a comunicarse con los demás, en el contexto en el que se encuentren con el fin de prevenir problemas psicosociales.
- A docentes de la carrera. Implementar y ejecutar un programa de estrategias de afrontamiento positivas, dirigidas a la regulación de las emociones e impulsos, promover sentimientos de optimismo, confianza, compromiso, felicidad y sensación de satisfacción con uno mismo. Para conseguir una adaptación positiva y un correcto afrontamiento de adversidades relacionados a los problemas de salud emocional.

## Bibliografía

- Abellán, A. (2013). Percepción del estado de salud.
- Aguilar, C. (2017). *FUNCIONAMIENTO FAMILIAR SEGÚN EL MODELO CIRCUMPLEJO DE OLSON EN ADOLESCENTES TARDÍOS*. Cuenca: Universidad de Cuenca.
- Builes Roldán, I., Manrique Tisnés, H., & Henao Galeano, C. M. (2017). Individuación y adaptación: entre determinaciones y contingencias. *Nómadas. Critical Journal of Social and Juridical Sciences*, 51-74.
- Cahuasquí, C. (2015). *“CLIMA SOCIAL-FAMILIAR Y ANSIEDAD EN USUARIOS QUE ACUDEN POR SERVICIOS JUDICIALES”*. Ambato: Politecnica Universidad Católica del Ecuador.
- Casco, O. (2012). Ideas sobre la adolescencia entre padres, profesores, adolescentes y personas. *Revista Cuatrimestral de Psicología*, 210-214.
- Cerda, E. (2016). *Cuestionario de Adaptación de Bell*. España: ALBOR-COHS.
- Cerna, C. (2020). *Propiedades psicométricas del Cuestionario de adaptación para adolescentes Bell en estudiantes de la ciudad de Cajamarca*. Perú: Universidad de Cajamarca.
- Cueto, R. M., Espinosa, A., Guillén, H., & Seminario, M. (2016). Sentido de Comunidad Como Fuente de Bienestar en Poblaciones Socialmente Vulnerables de Lima, Perú. *PSYKHE*, 1-18.
- El Comercio. (11 de marzo de 2020). Récord de divorcios en ciudad China tras aislamiento por coronavirus. *EL COMERCIO.COM*, págs. <https://www.elcomercio.com/tendencias/record-divorcios-china-aislamiento-coronavirus.html>.
- ELSIN, I. B. (2015). REPERCUSIÓN DE LA SOBREPOTECCIÓN DE LOS PADRES EN ADOLESCENTES CON TRASTORNO DE ADAPTACIÓN DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTA CLARA. AREQUIPA - PERÚ. *UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA*, 50-72.
- Erades, N., & Morales, A. (2020). Impacto psicológico del confinamiento por la COVID-19 en niños españoles: un estudio transversal. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 27-34.
- Hernández, C., Valladares, A., & Rodríguez, L. (15 de 07 de 2014). *Cienfuegos*. Obtenido de Comunicación, cohesión y satisfacción familiar en adolescentes: <http://scielo.sld.cu/pdf/ms/v15n3/ms09315.pdf>
- Hormaza, A. L., & Terán, Y. (2019). *ESTRATEGIAS PSICOSOCIALES DE EMPODERAMIENTO PARA FORTALECER LAS HABILIDADES SOCIALES EN JÓVENES DE GRADO NOVENO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN CARLOS DEL MUNICIPIO DEL CONTADERO – NARIÑO*. GUALMATAN: UNIVERSIDAD NACIONAL ABIERTA Y A DISTANCIA - UNAD.
- León, D. (2019). Salud mental en situaciones de desastres. *Horizonte Médico*, 73-80.
- Lozano, A., Fernández, J., Figueredo, V., & Martínez, A. (2021). Impactos del confinamiento por el COVID-19 entre universitarios: Satisfacción Vital, Resiliencia y Capital Social. *International Journal of Sociology of Education*, 79-104.

- Maguiña Vargas, C., Gastelo Acosta, R., & Tequen Bernilla, A. (2020). El nuevo Coronavirus y la pandemia del Covid-19. *Revista Medica Herediana* , 125-131.
- Martínez, J., Amador, B., & Guerra, M. (2017). Estrategias de afrontamiento familiar y repercusiones en la salud familiar: Una revisión de la literatura. *Enfermería Global*, 576-591.
- Mendoza, A. L., Supa, J. E., & Pérez, V. M. (2021). Conflictos familiares y económicos en universitarios en confinamiento social por covid-19. *CuidArte*, 00.
- Ochoa, C., & Montesdeoca, A. (2021). *El incremento de la violencia intrafamiliar y el aislamiento personal*. Riobamba: Uniandes.
- OECD. (2020). *COVID-19 in Latin America and the Caribbean: Regional socio-economic implications and*. Quito: Centro de Desarrollo de la OCDE. .
- OMS. (2020). *Prevención y manejo de la COVID-19 en Corea: Reseña Normativa*. Obtenido de [https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/333726/WHO-2019-nCoV-Policy\\_Brief-Long-term\\_Care-2020.1-spa.pdf](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/333726/WHO-2019-nCoV-Policy_Brief-Long-term_Care-2020.1-spa.pdf)
- Pozo, A. G. (2014). *ESTUDIO DEL GRADO DE ADAPTACIÓN SOCIAL DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD Y SU ENTORNO AL SER INSERTADAS EN EL MUNDO LABORAL. CASO: EDIFICIOS CENTRO FINANCIERO Y MATRIZ DE LA CIUDAD DE QUITO DEL BANCO PICHINCHA C.A*. Quito: PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR.
- Quiceno, J., & Vinaccia, S. (2012). PERCEPCIÓN DE ENFERMEDAD: UNA APROXIMACIÓN A PARTIR DEL ILLNESS PERCEPTION QUESTIONNAIRE. *Psicología desde el Caribe.*, 56-83.
- Ramírez, J., Castro, D., Lerma, C., Yela, F., & Escobar, F. (2021). CONSECUENCIAS DE LA PANDEMIA COVID 19 EN LA SALUD MENTAL ASOCIADAS AL AISLAMIENTO SOCIAL. *Scielo*, 1-22.
- Razo, A., Diaz, R., & López, M. (2018). Percepción del estado de salud y calidad de vida en personas jóvenes, maduras y mayores. *CONAMED*, 58-65.
- Román, F., Forés, A., Calandri, I., Gautreaux, R., Antúnez, A., Ordehi, D., & Calle, L. (2020). Resiliencia de docentes en distanciamiento social preventivo obligatorio durante la pandemia de COVID-19. *JONED*, 76-87.
- Sánchez, H., & Mejía, K. (2020). *INVESTIGACIONES EN SALUD MENTAL EN CONDICIONES DE PANDEMIA POR EL COVID-19*. Lima, Perú: Universidad Ricardo Palma.
- Schmidt, V., Barreyro, J. P., & Maglio, A. L. (2010). Escala de evaluación del funcionamiento familiar FACES III. *Scielo- Escritos de psicología*, 30-36.
- Semenova Moratto Vásquez, N., Zapata Posada, J. J., & Messenger, T. (2015). Conceptualización de ciclo vital familiar: una mirada a la producción durante el periodo comprendido entre los años 2002 a 2015. *CES Psicología*, 103-121.
- Sharma, S. (2018). Study of Adjustment in Relation to Emotional Intelligence and Demographic Variables among Working Women of Punjab. *International Journal of Professional Management*, 2-9.

- Sharma, S. (2019). Need to emphasize emotional and spiritual intelligence in Today's Education. *An international Multidisciplinary quarterly research journal Peer Refereed & Indexed Journal*, 154-159.
- Siguenza, W. (2015). *Funcionamiento Familiar segun el modelo circumplejo de Olson*. Cuenca: Universidad de Cuenca. Obtenido de <https://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/28397/1/Trabajo%20de%20Titulaci%C3%B3n.pdf>
- Smith, W. (2020). Isolation, quarantine, social distancing and community containment: Pivotal role for old-style public health measures in the novel coronavirus. *National Library of Medicine*.
- Valero, N. J., Vélez, M., Duran, Á., & Torres, M. (2020). Afrontamiento del COVID-19: estrés, miedo, ansiedad y depresión . *Enfermería Investiga* , 63-70.
- Villarreal, D., & Paz, A. (2017). Cohesión, adaptabilidad y composición familiar en adolescentes del Callao. *Propósitos y Representaciones*, 24-64.
- Zalazar, M., & Cupani, M. (2018). Adaptación de las escalas de expectativas de resultado, metas de progreso y satisfacción académica en estudiantes universitarios. *Revista electrónica de investigación educativa*, 105-114.
- Zambrano, C., & Almeida, E. (2017). Clima social familiar y su influencia en la conducta violenta en los escolares. *Revista Ciencia Unemi*, 97-102.

## Anexo I

### CUESTIONARIO DE ADAPTACIÓN DE BELL

#### INSTRUCCIONES:

Seguramente tiene Ud. Interés en conocerse a si mismo. Este cuestionario le ayudara para un mejor conocimiento, pero es necesario que conteste con total sinceridad a las preguntas planteadas.

En este cuestionario no hay respuestas malas o equivocadas, todas son buenas, si en verdad contesta lo que verdad contesta lo que verdaderamentees y no lo que quisiera ser.

Ante cada pregunta, encontrara: Si \_\_\_\_\_ NO \_\_\_\_\_?.

Si la respuesta es SI dibuje un círculo alrededor del SI si es NO realice un círculo alrededor de NO y si la respuesta es dudosa o ni puede responder, dibuje un círculo alrededor del interrogante?

1	SI	N O	El lugar donde Ud. Vive actualmente le impide de alguna forma llevar la vida social a la que Ud. Aspira?
2	SI	N O	Tiene cambios de humos sin razón aparente?
3	SI	N O	Ha padecido Ud. En varias ocasiones ciertas enfermedades de la piel tales como granos o forúnculos?
4	SI	N O	Tiene Ud. Recelo al solicitar un trabajo?
5	SI	N O	¿Se siente a veces inquieto o nervioso en su empleo actual?
6	SI	N O	¿Ha padecido Ud. Alguna vez enfermedades del corazón, de los pulmones o de los riñones?
7	SI	N O	¿Ud. puede demostrar totalmente su forma de ser en su actual ambiente familiar?
8	SI	N O	Le gusta tomar parte en las reuniones y fiestas muy animadas?
9	SI	N O	¿Cree que ha elegido mal su profesión?
10	SI	N O	¿Alguna vez se ha asustado Ud. Mucho por algo que deantemano sabía que era inofensivo? (Ejemplo: un ratón – una sombra – etc.)
11	SI	N O	¿Hay alguien en su familia que sea muy nervioso?
12	SI	N O	¿Su trabajo actual le permite tener vacaciones anuales?
13	SI	NO	¿Ha padecido Ud. De anemia?

14	SI	N O	¿Tras haber sufrido una situación humillante, se queda Ud. Muy preocupado durante mucho tiempo?
15	SI	N O	¿Le resulta muy difícil entablar conversación con alguna persona desconocida?
16	SI	N O	¿Ha estado Ud. En desacuerdo con sus padres al elegir su profesión?
17	SI	N O	¿Se emociona Ud. Mucho cuando, por ejemplo en una reunión se le invita a tomar la palabra sin que haya tenido tiempo para prepararse?
18	SI	N O	¿Alguna vez le ha molestado a Ud. Un pensamiento sin importancia que le obsesiona sin poder librarse de él?
19	SI	N O	¿Se contagia fácilmente de los resfriados de otra persona?
20	SI	N O	¿Cree Ud. Que se verá obligado a intrigar para conseguir un aumento o un anticipo del sueldo en su actual empleo?
21	SI	N O	¿En la vida social, por ejemplo en una reunión de personas, permanece Ud. En un segundo plano?
22	SI	N O	¿Ha llegado a tener discusiones desagradables con alguno de sus familiares, motivados por cuestiones religiosas, políticas o sexuales?
23	SI	N O	¿Se aturde o trastorna con facilidad?
24	SI	N O	¿Cree que es necesario cuidar minuciosamente su salud?
25	SI	N O	¿Se ha separado algún matrimonio entre sus parientes más cercanos?
26	SI	N O	¿Su jefe o superior se comporta con Ud. Siempre correctamente?
27	SI	N O	¿Se sienta frecuentemente a la mesa sin verdadero apetito?
28	SI	N O	¿Se encuentra frecuentemente inquieto?
29	SI	N O	¿Se inquieta cuando tiene que despedirse de un grupo de personas?
30	SI	N O	¿Cree que trabaja demasiadas horas en su empleo?
31	SI	N O	¿Alguien de su casa ha molestado con críticas sobre su aspecto exterior?. (Diciéndole que era feo, cursi, ridículo, etc.)
32	SI	N O	¿Prefiere rodearse de un pequeño número de amigos íntimos mejor que de gran cantidad de simples conocidos?

3 3	SI	N O	¿Ha tenido alguna enfermedad de la que aun no está completamente restablecido?
3 4	SI	N O	¿Le afecta mucho las críticas o censuras?
3 5	SI	N O	¿Entre sus familiares, se encuentra con el bienestar y la felicidad que usted desea?
3 6	SI	N O	¿Desea otro empleo, en lugar del actual?
3 7	SI	N O	¿Fuera de su ambiente habitual, es usted, objeto de una atención favorable ?(es decir si le acogen con amabilidad y simpatía. etc)
3 8	SI	N O	¿Padece usted, frecuentemente de dolores de cabeza punzantes? (como si le pincharan)
3 9	SI	N O	¿Le molesta pensar que la gente le observa por la calle?
4 0	SI	N O	¿Tiene la impresión de que le falta amor y afecto en su hogar?
4 1	SI	N O	¿Le resulta difícil conocer cuál es su posición respecto a su jefe o superior?
4 2	SI	N O	¿Padece de sinusitis o de alguna obstrucción de las vías respiratorias?
4 3	SI	N O	¿La idea de que la gente le pueda leer sus pensamientos, llega a inquietarle o preocuparle?
4 4	SI	N O	¿Hace usted, amistades con facilidad?
4 5	SI	N O	¿Cree que su actual jefe o superior le tiene antipatía o desprecio?
4 6	SI	N O	¿Las personas que le rodean le comprenden y sienten simpatía hacia usted?
4 7	SI	N O	¿Sueña usted, despierto con frecuencia?
4 8	SI	N O	¿Alguna de sus enfermedades le han quebrantado definitivamente su salud?
4 9	SI	N O	¿Trabaja en su empleo actual, al lado de ciertas personas que le desagradan?
5 0	SI	N O	¿Duda o vacila al entrar en una habitación en la que hay varias personas hablando?
5 1	SI	N O	¿Cree que sus amigos disfrutan de un ambiente familiar más feliz que el suyo?
5 2	SI	N O	¿Vacila al tomar la palabra en una reunión, por miedo de decir una incorrección de decir una tontería, (meter la pata)?
5 3	SI	N O	¿Se le curan los resfriados con dificultad?

5 4	SI	N O	¿A menuda le dan las ideas tantas vueltas por la cabeza, que le impiden dormir normalmente?
5 5	SI	N O	¿Hay alguien con quien actualmente convive que se enfada con facilidad con usted?
5 6	SI	N O	¿Gana lo suficiente en su actual empleo, para atender a los que dependen de usted?
5 7	SI	N O	¿Su presión arterial es demasiado alta o demasiado baja?
5 8	SI	N O	¿Se atormenta usted, pensando en posibles desgracias?
5 9	SI	N O	¿Si llega con retraso a alguna conferencia, reunión, asamblea, etc., prefiere irse o permanecer de pie, antes que ir a sentarse en la primera fila?
6 0	SI	N O	¿Su actual jefe o superior, es una persona en la que siempre podrá usted, tener confianza?
6 1	SI	N O	¿Es usted propenso a padecer asma?
6 2	SI	N O	¿Se comprenden o viven en armonía las personas que conforma su hogar actual?
6 3	SI	N O	¿En una recepción, fiesta o banquete trata usted, de relacionarse con el invitado de honor?
6 4	SI	N O	¿Cree que su jefe o superior le da un salario justo?
6 5	SI	N O	¿Se da por ofendido fácilmente?
6 6	SI	N O	¿Padece usted mucho de estreñimiento?
6 7	SI	N O	¿Odia a alguna persona de las que conviven con usted?
6 8	SI	N O	¿Alguna vez es usted, el animador de una fiesta recepción o reunión?
6 9	SI	N O	¿Se entiende usted con todos o la mayor parte de sus actuales compañeros de trabajo?
7 0	SI	N O	¿Ha quedado preocupado, alguna vez por la idea de que las cosas se le presenten con irreales?
7 1	SI	N O	¿Alguna vez tiene usted, sentimientos contradictorios (de amor y odio) hacia alguien de su propia familia?
7 2	SI	N O	¿Se encuentra temeroso en presencia de personas que admira mucho, pero a las que no conoce muy bien?
7 3	SI	N O	¿Es usted, propenso a tener náuseas, vómitos o diarreas?

7 4	SI	N O	¿Se pone colorado con facilidad?
--------	----	--------	----------------------------------

75	SI	N O	¿El comportamiento de las personas con las cuales vive, le ha provocado a menudo pesimismo y depresión (tristeza)?
76	SI	N O	¿Ha cambiado frecuentemente de empleo durante estos últimos 5 años?
77	SI	N O	¿Ha cambiado a veces de acera para evitar el encuentro de alguna persona desconocida?
78	SI	N O	¿Padece usted, frecuentemente de amigdalitis u otras enfermedades de la garganta?
79	SI	N O	¿Se siente usted, con frecuencia temeroso o cohibido a causa de su aspecto exterior? (es decir su aspecto físico no es agradable o su vestuario es muy pobre o anticuado )
80	SI	N O	¿Le fatiga mucho su actual trabajo?
81	SI	N O	¿En su hogar, hay frecuentemente discusiones o desavenencias?
82	SI	N O	¿Se considera usted una persona nerviosa?
83	SI	N O	¿Le gusta ir a bailar?
84	SI	N O	¿Tiene usted indigestiones frecuentemente?
85	SI	N O	¿Sus padres criticaban frecuentemente la conducta de usted, mientras vivió con ellos? (o le critican si es que vive con ellos actualmente)
86	SI	N O	¿Cree usted que su actual ocupación cuenta con ocasiones suficientes para exponer sus propias ideas su forma de considerar las cosas?
87	SI	N O	¿Le resulta difícil hablar en público?
88	SI	N O	¿Se encuentra usted, fatigado la mayor parte del tiempo?
89	SI	N O	¿Su actual salario, es tan reducido que teme no sea suficiente para cubrir todos los gastos?
90	SI	N O	¿Vive preocupado a consecuencia de sus sentimientos de inferioridad?
91	SI	N O	¿Le incomodan, le irritan las costumbres de ciertas personas con las que convive?
92	SI	N O	¿se encuentra usted deprimido? (muy triste)
93	SI	N O	¿Ha tenido que concurrir con frecuencia a la asistencia médica?

9 4	SI	N O	¿Ha tenido usted, frecuentemente ocasiones de ser presentado a otras personas o de introducirse en otros grupos de gente?
9 5	SI	N O	¿Ha podido obtener el ascenso que necesitaba en su actual empleo?
9 6	SI	N O	¿En su familia hay alguien que intente dominarle?
9 7	SI	N O	¿Al despertarse se encuentra frecuentemente como cansado?
9 8	SI	N O	¿Entre las personas que trabajan con usted, hay alguna que le irita por sus costumbres y modo de vida?
9 9	SI	N O	¿Si está invitado a algún banquete o fiesta, prefiere abstenerse de tomar algo, antes de pedírselo al salonerero?
1 0 0	SI	N O	¿Tiene miedo usted, de encontrarse en un sitio obscuro?
1 0 1	SI	N O	¿Tenían sus padres tendencias a estar muy encima de usted, es decir a controlarle o vigilarle demasiado mientras vivió con ellos? (o tienen tendencia si es que actualmente vive con ellos)
1 0 2	SI	N O	¿Le ha sido fácil hacer amistad con personas del sexo opuesto?
1 0 3	SI	N O	¿Está usted, muy por debajo de peso normal?
1 0 4	SI	N O	¿Su empleo actual le obliga a hacer su trabajo o a despachar sus asuntos muy de prisa?
1 0 5	SI	N O	¿Ha tenido usted, miedo de caerse, cuando se encontraba en un sitio alto?
1 0 6	SI	N O	¿Cree usted, que es fácil entenderse con la o las personas con la que convive?
1 0 7	SI	N O	¿Le es difícil sostener una conversación con alguien que le acaba de ser presentado?
1 0 8	SI	N O	¿Tiene usted vértigos con frecuencia? (sensación de mareo – las cosas dan vueltas)
1 0 9	SI	N O	¿Se lamenta usted, a menudo de lo que hace?

1 1 0	SI	N O	¿Se atribuye personalmente, su actual jefe o superior. Todo el merito de un trabajo que ha hecho usted?
1 1 1	SI	N O	¿Está frecuentemente en desacuerdo con la manera de llevar la casa o forma de pensar, de las otras personas con las que convive?
1 1 2	SI	N O	¿Se desanima usted con facilidad?
1 1 3	SI	N O	¿En el transcurso de estos 3 últimos años ha padecido muchas enfermedades?
1 1 4	SI	N O	¿Ha tenido usted, ocasión de dirigir a otras personas siendo presidente de una comisión, jefe de grupo etc.?
1 1 5	SI	NO	¿Es su actual empleo usted, tiene la impresión de ser la pieza de una máquina ? (es decir de sentir completamente anulada su personalidad)
1 1 6	SI	NO	¿De las personas que le rodean, se opone alguno con frecuencia a que usted, elija libremente a sus compañeros y amigos?
1 1 7	SI	N O	¿Tiene usted, gripe con frecuencia?
1 1 8	SI	N O	¿Le felicita su jefe o superior cuando hace un trabajo bien hecho?
1 1 9	SI	NO	¿Se sentiría usted, muy temeroso si fuera en encargado de lanzar una idea, para organizar una discusión en grupo?
1 2 0	SI	NO	¿Ha quedado frecuentemente deprimido (triste) por falta de consideración de que usted, ha sido objeto por parte de algunas personas de su ambiente?
1 2 1	SI	N O	¿Viven con usted, personas que se irritan y se enfadan o discuten violentamente?
1 2 2	SI	N O	¿Tiene usted bronquitis con bastante frecuencia?
1 2 3	SI	N O	¿Le asustan los relámpagos?
1 2 4	SI	N O	¿Es usted, tímido?
1 2 5	SI	N O	¿Al emprender su actual trabajo, lo ha hecho pensando, precisamente el que usted, deseaba?
1 2 6	SI	N O	¿Ha sufrido una intervención quirúrgica importante?

1 2 7	SI	N O	¿Le reprochaban sus padres con frecuencia la clase de amigos que le rodeaban?
1 2 8	SI	N O	¿Le resulta a usted fácil pedir ayuda a los demás?
1 2 9	SI	N O	¿Tiene temporadas en las que se desamina en su trabajo actual?
1 3 0	SI	N O	¿Le salen frecuentemente las cosas mal, sin que sea culpa suya?
1 3 1	SI	N O	¿Le agradaría irse del lugar en que vive para tener más independencia personal?
1 3 2	SI	NO	¿Si desea tener algo de una persona que apenas conoce, prefiere escribirle antes que pedirselo personalmente?
1 3 3	SI	N O	¿En algún accidente ha resultado usted gravemente herido?
1 3 4	SI	N O	¿Solo el ver una serpiente ya le aterroriza? (aunque sea en una película)
1 3 5	SI	N O	¿Tiene usted, la impresión de que su trabajo esta controlado por demasiados superiores?
1 3 6	SI	N O	¿Ha adelgazado mucho en estos últimos tiempos?
1 3 7	SI	N O	¿Cree que es desdichado su hogar por la falta de dinero?
1 3 8	SI	N O	¿Le sería difícil contar o exponer alguna cosa ante un grupo de personas?
1 3 9	SI	N O	¿Es muy monótono su trabajo actual?
1 4 0	SI	N O	¿Llora usted con facilidad o con frecuencia?
1 4 1	SI	N O	¿Se encuentra muy frecuentemente muy cansado, al anochecer, al finalizar el día?
1 4 2	SI	NO	¿Mientras vivía con sus padres, era injustamente censurado por uno de ellos? (o lo es actualmente si es que vive con ellos)
1 4 3	SI	N O	¿Le asusta mucho pensar en un terremoto o en su incendio?

1 4 4	SI	NO	¿Se pone usted, nervioso si tiene que entrar en algún salón de fiesta familiar, o cualquier reunión, cuando esta ya todo el mundo sentado?
1 4 5	SI	N O	¿Cree que su actual trabajo es muy poco interesante?
1 5 1	SI	N O	¿Durante la infancia ha sentido alguna vez deseos de marcharse de casa?
1 5 2	SI	N O	¿Tiene frecuentemente dolores o pesadez de la cabeza?
1 5 3	SI	NO	¿Ha tenido usted, alguna vez la sensación de que alguien lo hipnotizaba y le hacía ejecutar actos en contra de su voluntad?
1 5 4	SI	NO	¿Durante alguna conversación sobre temas varios, ha tenido alguna vez, grandes dificultades para formular una cita apropiada?(como acordarse de un refrán o lo que dijo un escritor o un político)
1 5 5	SI	NO	¿Le parece a usted, que su jefe o superior no aprecia en su justo valor los esfuerzos que usted, hace para realizar su trabajo de una manera perfecta?
1 5 6	SI	N O	¿Ha tenido usted, enfermedades en la piel?
1 5 7	SI	N O	¿Ha creído usted, a veces que ha sido una decepción para sus padres?
1 5 8	SI	N O	¿Le agrada a usted, encargarse de presentar una persona a otras en una reunión?
1 5 9	SI	N O	¿Tiene usted, miedo a perder su empleo actual?
1 6 0	SI	NO	¿Tiene usted, con frecuencia periodos en los que se siente de repente triste y pesimista durante unos días o más tiempo?

## Anexo II

Contiene los datos del proceso estadístico y baremación del instrumento cuestionario de adaptación de Hugh Bell, utilizado en el trabajo de campo en la investigación realizada a los estudiantes de la carrera de Psicopedagogía de la Universidad Nacional de Chimborazo.

N°	H /M	ÁREA FAMILIAR		ÁREA SALUD		ÁREA SOCIAL		ÁREA EMOCIONAL		Total T	
		T	NIVEL	T	NIVEL	T	NIVEL	T	NIVEL	T	NIVEL
1	M	28	MALA	19	MALA	19	SATISF.	26	MALA	92	MALA
2	M	8	NORMAL	10	NO SATISF.	8	NORMAL	1	EXCELENTE	27	BUENA
3	H	9	NO SATISF.	10	MALA	17	SATISF.	13	NO SATISF.	49	NO SATISF.
4	M	2	BUENA	3	BUENO	9	NORMAL	3	EXCELENTE	17	EXCELENTE
5	M	4	NORMAL	11	NO SATISF.	10	NORMAL	14	NORMAL	39	BUENA
6	H	1	EXCELENTE	1	BUENA	6	BUENA	1	EXCELENTE	9	EXCELENTE
7	M	6	NORMAL	16	MALA	26	MALA	13	NORMAL	61	NO SATISF.
8	M	1	BUENA	4	BUENO	5	BUENA	1	EXCELENTE	11	EXCELENTE
9	M	11	NO SATISF.	6	NORMAL	18	SATISF.	14	NORMAL	49	NORMAL
10	M	13	NO SATISF.	11	NO SATISF.	14	SATISF.	19	NO SATISF.	57	NO SATISF.
11	H	20	MALA	5	NORMAL	20	MALA	13	NO SATISF.	58	NO SATISF.
12	M	5	NORMAL	9	NO SATISF.	23	SATISF.	19	NO SATISF.	56	NO SATISF.
13	M	15	NO SATISF.	4	BUENO	5	BUENA	17	NO SATISF.	41	NORMAL
14	H	2	BUENA	15	MALA	16	SATISF.	12	NO SATISF.	45	NO SATISF.
15	M	3	BUENA	7	NORMAL	14	SATISF.	16	NO SATISF.	40	NORMAL
16	M	6	NORMAL	7	NORMAL	18	SATISF.	16	NO SATISF.	47	NORMAL
17	H	6	NORMAL	8	NO SATISF.	7	NORMAL	5	NORMAL	26	BUENA
18	M	6	NORMAL	4	BUENO	16	SATISF.	8	BUENA	34	BUENA
19	H	9	NO SATISF.	10	MALA	12	SATISF.	8	NORMAL	39	NORMAL
20	M	2	BUENA	6	NORMAL	18	SATISF.	6	BUENA	32	BUENA
21	M	11	NO SATISF.	14	NO SATISF.	12	NORMAL	6	BUENA	43	NORMAL
22	M	15	NO SATISF.	22	MALA	13	NORMAL	17	NO SATISF.	67	NO SATISF.
23	M	11	NO SATISF.	10	NO SATISF.	10	NORMAL	14	NORMAL	45	NORMAL
24	M	19	MALA	8	NORMAL	23	SATISF.	19	NO SATISF.	69	NO SATISF.
25	H	7	NORMAL	2	BUENA	15	SATISF.	2	BUENA	26	BUENA
26	M	7	NORMAL	7	NORMAL	20	SATISF.	11	NORMAL	45	NORMAL
27	M	22	MALA	16	MALA	12	NORMAL	26	MALA	76	MALA
28	H	15	NO SATISF.	12	MALA	17	SATISF.	15	NO SATISF.	59	NO SATISF.
29	M	3	BUENA	6	NORMAL	12	NORMAL	8	BUENA	29	BUENA

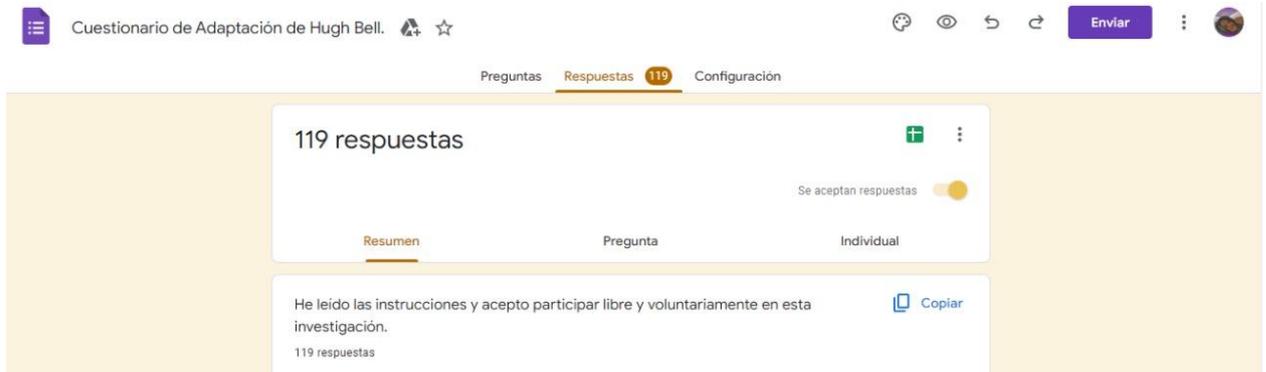
30	M	0	EXCELENTE	1	EXCELENT E	14	NO SATISF.	5	BUENA	20	EXCELENTE
31	M	14	NO SATISF.	4	BUENO	21	NO SATISF.	6	BUENA	45	NORMAL
32	M	14	NO SATISF.	6	NORMAL	21	NO SATISF.	6	BUENA	47	NORMAL
33	M	9	NORMAL	5	BUENO	9	NORMAL NO	10	NORMAL	33	BUENA
34	H	15	NO SATISF.	13	MALA	18	SATISF. EXCELEN	13	NO SATISF.	59	NO SATISF.
35	M	4	NORMAL	11	NO SATISF.	3	TE	7	BUENA	25	EXCELENTE
36	H	8	NORMAL	11	MALA	9	NORMAL NO	19	MALA	47	NO SATISF.
37	H	11	NO SATISF.	17	MALA	17	SATISF.	14	NO SATISF.	59	NO SATISF.
38	M	5	NORMAL	14	NO SATISF.	12	NORMAL NO	15	NORMAL	46	NORMAL
39	M	7	NORMAL	13	NO SATISF.	15	SATISF. NO	15	NORMAL	50	NORMAL
40	M	22	MALA	13	NO SATISF.	14	SATISF. NO	11	NORMAL	60	NO SATISF.
41	M	7	NORMAL	7	NORMAL	21	SATISF.	14	NORMAL	49	NORMAL
42	M	15	NO SATISF.	22	MALA	12	NORMAL NO	13	NORMAL	62	NO SATISF.
43	M	11	NO SATISF.	3	BUENO	20	SATISF. NO	9	BUENA	43	NORMAL
44	M	10	NO SATISF.	3	BUENO	20	SATISF. NO	9	BUENA	42	NORMAL
45	M	29	MALA	14	NO SATISF.	14	SATISF.	23	MALA	80	MALA
46	M	23	MALA	10	NO SATISF.	10	NORMAL	12	NORMAL	55	NO SATISF.
47	M	9	NORMAL	6	NORMAL	10	NORMAL NO	13	NORMAL	38	BUENA
48	M	24	MALA	15	MALA	20	SATISF. NO	21	NO SATISF.	80	MALA
49	M	10	NO SATISF.	17	MALA	19	SATISF. NO	15	NORMAL	61	NO SATISF.
50	M	11	NO SATISF.	7	NORMAL	20	SATISF. NO	18	NO SATISF.	56	NO SATISF.
51	M	10	NO SATISF.	15	MALA	14	SATISF. NO	21	NO SATISF.	60	NO SATISF.
52	M	3	BUENA	16	MALA	18	SATISF.	11	NORMAL	48	NORMAL
53	M	23	MALA	7	NORMAL	28	MALA NO	25	MALA	83	MALA
54	H	12	NO SATISF.	12	MALA	13	SATISF.	20	MALA	57	NO SATISF.
55	M	28	MALA	10	NO SATISF.	30	MALA EXCELEN	21	NO SATISF.	89	MALA
56	H	4	BUENA	4	NORMAL	2	TE	1	EXCELENTE	11	EXCELENTE
57	H	7	NORMAL	9	NO SATISF.	21	MALA NO	15	NO SATISF.	52	NO SATISF.
58	M	8	NORMAL	11	NO SATISF.	20	SATISF.	19	NO SATISF.	58	NO SATISF.
59	M	15	NO SATISF.	13	NO SATISF. EXCELENT	7	BUENA NO	19	NO SATISF.	54	NO SATISF.
60	M	3	BUENA	2	E	18	SATISF.	18	NO SATISF.	41	NORMAL
61	M	13	NO SATISF.	17	MALA	12	NORMAL NO	15	NORMAL	57	NO SATISF.
62	M	14	NO SATISF.	13	NO SATISF.	22	SATISF.	26	MALA	75	MALA

63	M	12	NO SATISF.	14	NO SATISF.	13	NORMAL	19	NO SATISF.	58	NO SATISF.
64	H	16	NO SATISF.	8	NO SATISF.	24	MALA	11	NO SATISF.	59	NO SATISF.
65	H	20	MALA	16	MALA	23	MALA	20	MALA	79	MALA
66	H	15	NO SATISF.	12	MALA	7	NORMAL NO	10	NO SATISF.	44	NORMAL
67	M	18	NO SATISF.	7	NORMAL EXCELENT	18	SATISF.	22	NO SATISF.	65	NO SATISF.
68	M	5	NORMAL	0	E	12	NORMAL NO	2	EXCELENTE	19	EXCELENTE
69	H	14	NO SATISF.	15	MALA	16	SATISF. EXCELEN	24	MALA	69	MALA
70	H	4	BUENA	1	BUENA	2	TE NO	3	BUENA	10	EXCELENTE
71	M	8	NORMAL	19	MALA	14	SATISF. EXCELEN	14	NORMAL	55	NO SATISF.
72	M	2	BUENA	9	NO SATISF.	3	TE NO	6	BUENA	20	EXCELENTE
73	M	7	NORMAL	15	MALA	17	SATISF.	23	NO SATISF.	62	NO SATISF.
74	H	11	NO SATISF.	12	MALA	8	NORMAL NO	8	NORMAL	39	NORMAL
75	H	0	EXCELENTE	1	BUENA	13	SATISF. NO	3	BUENA	17	EXCELENTE
76	H	7	NORMAL	18	MALA	17	SATISF. NO	21	MALA	63	NO SATISF.
77	M	9	NORMAL	8	NORMAL	23	SATISF. NO	21	NO SATISF.	61	NO SATISF.
78	M	10	NO SATISF.	10	NO SATISF.	16	SATISF. NO	7	BUENA	43	NORMAL
79	M	13	NO SATISF.	3	BUENO	21	SATISF. NO	13	NORMAL	50	NORMAL
80	M	10	NO SATISF.	11	NO SATISF.	15	SATISF. NO	17	NO SATISF.	53	NORMAL
81	M	16	NO SATISF.	13	NO SATISF.	16	SATISF. NO	24	NO SATISF.	69	NO SATISF.
82	M	6	NORMAL	5	BUENO	18	SATISF.	8	BUENA	37	BUENA
83	M	7	NORMAL	4	BUENO	12	NORMAL NO	14	NORMAL	37	BUENA
84	H	8	NORMAL	11	MALA	18	SATISF.	10	NO SATISF.	47	NO SATISF.
85	H	13	NO SATISF.	11	MALA	9	NORMAL NO	11	NO SATISF.	44	NORMAL
86	M	11	NO SATISF.	7	NORMAL	14	SATISF.	17	NO SATISF.	49	NORMAL
87	M	10	NO SATISF.	6	NORMAL	10	NORMAL	9	BUENA	35	BUENA
88	H	12	NO SATISF.	8	NO SATISF.	8	NORMAL NO	15	NO SATISF.	43	NORMAL
89	H	11	NO SATISF.	3	NORMAL	16	SATISF.	8	NORMAL	38	NORMAL
90	H	5	NORMAL	5	NORMAL	9	NORMAL NO	11	NO SATISF.	30	BUENA
91	M	3	BUENA	6	NORMAL	19	SATISF.	8	BUENA	36	BUENA
92	M	10	NO SATISF.	6	NORMAL	11	NORMAL NO	14	NORMAL	41	NORMAL
93	M	19	MALA	24	MALA	14	SATISF.	22	NO SATISF.	79	MALA
94	M	11	NO SATISF.	6	NORMAL	12	NORMAL NO	5	BUENA	34	BUENA
95	H	12	NO SATISF.	10	MALA	17	SATISF.	10	NO SATISF.	49	NO SATISF.

96	H	4	BUENA	5	NORMAL	6	BUENA	4	BUENA	19	BUENA
97	H	8	NORMAL	9	NO SATISF.	11	NORMAL	10	NO SATISF.	38	NORMAL
98	M	2	BUENA	10	NO SATISF.	18	SATISF.	11	NORMAL	41	NORMAL
99	H	2	BUENA	2	BUENA	9	NORMAL	6	NORMAL	19	BUENA
100	H	12	NO SATISF.	12	MALA	16	SATISF.	14	NO SATISF.	54	NO SATISF.
101	M	28	MALA	18	MALA	19	SATISF.	26	MALA	91	MALA
102	M	8	NORMAL	9	NO SATISF.	8	NORMAL	1	EXCELENTE	26	BUENA
103	H	9	NO SATISF.	10	MALA	17	SATISF.	13	NO SATISF.	49	NO SATISF.
104	M	2	BUENA	3	BUENO	9	NORMAL	3	EXCELENTE	17	EXCELENTE
105	M	4	NORMAL	11	NO SATISF.	10	NORMAL	14	NORMAL	39	BUENA
106	H	20	MALA	5	NORMAL	20	MALA	13	NO SATISF.	58	NO SATISF.
107	M	5	NORMAL	9	NO SATISF.	23	SATISF.	19	NO SATISF.	56	NO SATISF.
108	M	15	NO SATISF.	4	BUENO	5	BUENA	17	NO SATISF.	41	NORMAL
109	H	2	BUENA	15	MALA	16	SATISF.	12	NO SATISF.	45	NORMAL
110	M	3	BUENA	7	NORMAL	14	SATISF.	16	NO SATISF.	40	NORMAL
111	M	11	NO SATISF.	14	NO SATISF.	12	NORMAL	6	BUENA	43	NORMAL
112	M	15	NO SATISF.	21	MALA	13	NORMAL	17	NO SATISF.	66	NO SATISF.
113	M	11	NO SATISF.	10	NO SATISF.	10	NORMAL	14	NORMAL	45	NORMAL
114	M	19	MALA	8	NORMAL	23	SATISF.	19	NO SATISF.	69	NO SATISF.
115	H	7	NORMAL	2	BUENA	15	SATISF.	2	BUENA	26	BUENA
116	M	3	BUENA	16	MALA	18	SATISF.	11	NORMAL	48	NORMAL
117	M	23	MALA	7	NORMAL	28	MALA	25	MALA	83	MALA
118	H	12	NO SATISF.	12	MALA	13	SATISF.	20	MALA	57	NO SATISF.
119	M	0	EXCELENTE	1	EXCELENT E	14	SATISF.	5	BUENA	20	EXCELENTE

## Anexo III

Resultado de aplicación del cuestionario de adaptación de Hugh Bell, a los estudiantes de la carrera de Psicopedagogía de la Universidad Nacional de Chimborazo.



**Elaborado por:** Karen Ocaña y Katherin Ramón (2021).

**Fuente:** Google forms Cuestionario de adaptación para adultos (Bell, 1974).