

**UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR**  
FACULTAD DE HUMANIDADES  
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA (FDS)

TERAPIA COGNITIVO CONDUCTUAL Y ACTITUD HACIA EL ESTUDIO EN ADOLESCENTES: UNA  
REVISIÓN SISTEMÁTICA  
TESIS DE GRADO

**DELMÍ MARIA VILLATORO VILLATORO**  
CARNET 24086-15

QUETZALTENANGO, FEBRERO DE 2021  
CAMPUS DE QUETZALTENANGO

**UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR**  
FACULTAD DE HUMANIDADES  
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA (FDS)

TERAPIA COGNITIVO CONDUCTUAL Y ACTITUD HACIA EL ESTUDIO EN ADOLESCENTES: UNA  
REVISIÓN SISTEMÁTICA

TESIS DE GRADO

TRABAJO PRESENTADO AL CONSEJO DE LA FACULTAD DE  
HUMANIDADES

POR

**DELMÍ MARIA VILLATORO VILLATORO**

PREVIO A CONFERÍRSELE

EL TÍTULO DE PSICÓLOGA EN EL GRADO ACADÉMICO DE LICENCIADA

QUETZALTENANGO, FEBRERO DE 2021  
CAMPUS DE QUETZALTENANGO

## **AUTORIDADES DE LA UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR**

RECTOR: MGTR. MYNOR RODOLFO PINTO SOLÍS, S. J.  
VICERRECTORA ACADÉMICA: MGTR. LESBIA CAROLINA ROCA RUANO  
VICERRECTOR DE INVESTIGACIÓN Y PROYECCIÓN: LIC. JOSÉ ALEJANDRO ARÉVALO ALBUREZ  
VICERRECTOR DE INTEGRACIÓN UNIVERSITARIA: MGTR. MYNOR RODOLFO PINTO SOLÍS  
VICERRECTOR ADMINISTRATIVO: MGTR. JOSÉ FEDERICO LINARES MARTÍNEZ  
SECRETARIO GENERAL: DR. LARRY AMILCAR ANDRADE - ABULARACH

## **AUTORIDADES DE LA FACULTAD DE HUMANIDADES**

DECANO: DR. JUAN PABLO ESCOBAR GALO  
SECRETARIA: MGTR. ANA ISABEL LUCAS CORADO DE MARTÍNEZ

## **NOMBRE DEL ASESOR DE TRABAJO DE GRADUACIÓN**

MGTR. CARLOS DIONISIO OVALLE GRAMAJO

## **REVISOR QUE PRACTICÓ LA EVALUACIÓN**

DRA. ILEANA JUDITH ARMAS GORDILLO DE RONQUILLO

## **AUTORIDADES DEL CAMPUS DE QUETZALTENANGO**

DIRECTOR DE CAMPUS:	P. MYNOR RODOLFO PINTO SOLIS, S.J.
SUBDIRECTORA ACADÉMICA:	MGTR. NIVIA DEL ROSARIO CALDERÓN
SUBDIRECTORA DE INTEGRACIÓN UNIVERSITARIA:	MGTR. MAGALY MARIA SAENZ GUTIERREZ
SUBDIRECTOR ADMINISTRATIVO:	MGTR. ALBERTO AXT RODRÍGUEZ
SUBDIRECTOR DE GESTIÓN GENERAL:	MGTR. CÉSAR RICARDO BARRERA LÓPEZ



# Universidad Rafael Landívar

Tradición Jesuita en Guatemala

Quetzaltenango 02 de noviembre de 2020

**Ingeniera Nivia Calderón**  
Sub-directora Académica  
Facultades de Quetzaltenango.  
Universidad Rafael Landívar.

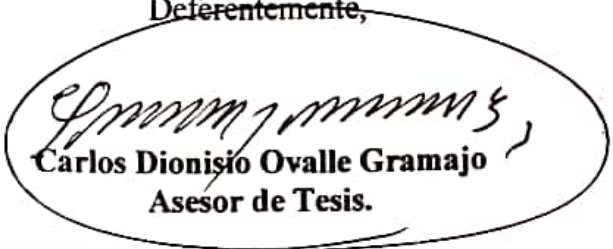
Respetable Ingeniera Calderón:

De manera atenta me dirijo a usted para informarle que en atención al nombramiento que se me hiciera en su oportunidad, procedí a asesorar el trabajo de tesis titulado: **“TERAPIA COGNITIVO CONDUCTUAL Y ACTITUD HACIA EL ESTUDIO EN ADOLESCENTES, UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA”**, realizada por la estudiante Delmi Maria Villatoro Villatoro, con carné número 2408615, de la carrera **LICENCIATURA EN PSICOLOGIA GENERAL**.

El trabajo aludido es de suma importancia en virtud que el mismo es producto de una amplia investigación bibliográfica y trabajo de campo, el cual constituye un material de apoyo porque relaciona la terapia cognitivo conductual y actitud hacia el estudio en adolescentes, dicha investigación es un aporte a los psicólogos educativos, psicólogos generales y profesionales afines a la carrera, el mismo fue elaborado con las técnicas de investigación adecuadas, habiendo atendido la sustentante los lineamientos propuestos por el suscrito y los requisitos establecidos por la Universidad Rafael Landívar.

Por lo que a mi juicio está concluido y cumple con los requisitos establecidos para este tipo de investigación, por lo tanto, solicito continuar con los procedimientos pertinentes para que emitan su dictamen correspondiente.

Deferentemente,

  
**Carlos Dionisio Ovalle Gramajo**  
Asesor de Tesis.

*“En todo amar y servir”*



### Orden de Impresión

De acuerdo a la aprobación de la Evaluación del Trabajo de Graduación en la variante Tesis de Grado de la estudiante DELMI MARIA VILLATORO VILLATORO, Carnet 24086-15 en la carrera LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA (FDS), del Campus de Quetzaltenango, que consta en el Acta No. 052962-2021 de fecha 30 de enero de 2021, se autoriza la impresión digital del trabajo titulado:

TERAPIA COGNITIVO CONDUCTUAL Y ACTITUD HACIA EL ESTUDIO EN  
ADOLESCENTES: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA

Previo a conferírsele el título de PSICÓLOGA en el grado académico de LICENCIADA.

Dado en la ciudad de Guatemala de la Asunción, a los 4 días del mes de febrero del año 2021.

  
 Universidad  
Rafael Landívar  
Tradicón Jesuita en Guatemala  
Facultad de Humanidades  
Secretaría de Facultad

MGTR. ANA ISABEL LUCAS CORADO DE MARTÍNEZ, SECRETARIA  
HUMANIDADES  
Universidad Rafael Landívar

## **Agradecimientos**

A Dios

Por su fidelidad y amor inagotable para conmigo y mi familia, por haberme permitido alcanzar esta meta y reflejar su gracia y bendición en cada uno de mis días no solo al cuidarme y tenerme con bien sino también al darme la sabiduría, inteligencia y entendimiento para alcanzar cada uno de mis sueños.

A mis padres

Maria Delmi Villatoro Villatoro y Oscar Octavio Villatoro Sosa por el cariño, comprensión, amor y felicidad que dan a mi vida, por ser un apoyo incondicional, un ejemplo, una motivación, un pilar fundamental, porque todo lo que hacen por mí y para mí lo hacen de todo corazón, por la felicidad que sin duda hoy es compartida, gracias por tanto.

A mis hermanas

Lizbeth Andrea Villatoro y Denisse Pamela Villatoro por llenarme de felicidad y alegría, por ser uno de los pilares más importantes de mi vida, por su apoyo incondicional, por mostrarme su cariño y comprensión en todo momento.

A mis abuelos

María Elena Villatoro y Daniel Villatoro por su cariño, comprensión, apoyo y por ser parte de esta felicidad.

A mis tíos y primos

Por el apoyo y cariño que me han dado.

A mis amigas

Dulzze, Josefa, Yakelin, Lidia, Heidi y Rosita por su apoyo, cariño, dedicación y responsabilidad porque además de ello fueron compañeras de camino, de sueños y metas, por lo mismo les guardo un gran cariño.

A mis asesores

Lic. Ángel Moir Sandoval por su apoyo, responsabilidad y dedicación en la realización de la primera fase de tesis.

A Mgtr. Carlos Dionisio Ovalle Gramajo por ser guía en todo momento, por su apoyo incondicional, dedicación, responsabilidad, interés mostrado y por haber respetado mis ideas desde el primer día de asesoramiento de la segunda fase de tesis.

A mis catedráticos

Por ser ejemplo y guías dedicados y entregados para enseñar y proyectarse en cada uno de los procesos académicos en los cuales me formé.

A Universidad Rafael Landívar

Por permitirme una formación integral como Licenciada en Psicología General, comprometida a un trabajo ético y humanitario.



## **Dedicatoria**

- A Dios  
Por bendecirme, cuidarme y guiarme en todo lo que hago, pues como reflejo de ello y de su voluntad se encuentran mis metas cumplidas.
- A mis padres  
Por su amor y apoyo incondicional, como muestra de amor y agradecimiento por todo lo que han hecho para apoyarme y así cumplir mis metas.
- A mis hermanas  
Por su cariño y apoyo, al ser un pilar y motivación para alcanzar mis sueños.
- A mis catedráticos  
Por su apoyo y enseñanzas reflejadas en este trabajo y en la profesión en la que ellos han tenido a bien formarme.
- A Universidad Rafael Landívar  
Por su formación ética, integral y humanista que se ve reflejada en la profesión en la que me formó.
- A los adolescentes  
Pues como Licenciada en Psicología General también me enfoco en un trabajo integral y fundamental para el buen desarrollo de los mismos.

# ÍNDICE

	<b>Pág.</b>
<b>I. INTRODUCCIÓN</b> .....	1
1.1. Terapia cognitivo conductual. ....	8
1.1.1. Definición.....	8
1.1.2. Origen.....	8
1.1.3. Fases generales.....	10
1.1.4. Aplicaciones.....	13
1.1.5. Conductismo y el aprendizaje. ....	15
1.1.6. Cognitivismo y el aprendizaje.....	16
1.1.7. Técnicas.....	17
1.2. Actitud hacia el estudio. ....	21
1.2.1. Definición.....	21
1.2.2. Tipos de actitud. ....	22
1.2.3. Actitud como hábito de estudio.....	23
1.2.4. Motivación escolar .....	26
1.2.5. Componentes.....	27
1.2.6. Enfoque conductual de la actitud. ....	29
1.2.7. Enfoque cognitivo de la actitud.....	30
<b>II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA</b> .....	34
2.1. Objetivos .....	35
2.1.1. Objetivo general .....	35
2.1.2. Objetivos específicos.....	35
2.2. Variables o elementos de estudio .....	35
2.3. Definición conceptual de variables o elementos de estudio.....	35
2.4. Alcances y límites .....	36
2.5. Aporte.....	37

<b>III. MATERIA Y MÉTODO</b> .....	39
3.1. Sujetos .....	39
3.2. Procedimiento.....	39
3.3. Tipo de investigación, diseño y metodología.....	40
<b>IV. ANÁLISIS DE RESULTADOS</b> .....	43
<b>V. DISCUSIÓN</b> .....	45
<b>VI. CONCLUSIONES</b> .....	59
<b>VII. REFERENCIAS</b> .....	60

## **Resumen**

La actitud hacia el estudio es la disposición o tendencia a reaccionar de determinada manera ante aspectos relacionados hacia el mismo, por lo que juega un papel importante en el desarrollo del estudiante en las diferentes áreas o líneas de acción dentro de los procesos de estudio y aprendizaje; por otro lado la terapia cognitivo conductual es una terapia que se centra en la vinculación del pensamiento y la conducta al asumir patrones mal adaptados que se desean modificar, estructurar o eliminar; el objetivo principal de esta investigación es relacionar la terapia cognitivo conductual y la actitud hacia el estudio en adolescentes, la investigación es de tipo exploratoria, con diseño revisión sistemática y un enfoque descriptivo. Cabe mencionar que la misma se realizó por medio de una recopilación de datos científicos y bibliográficos del año 2010 al 2020, con un total de 4,148 adolescentes estudiantes de instituciones públicas y privadas, de países como España, Puerto Rico, Nicaragua, El Salvador y Guatemala, de este último se mencionan específicamente los departamentos de Sacatepéquez, Guatemala y Quetzaltenango. Como conclusión principal se identificó que la terapia cognitivo conductual y la actitud hacia el estudio se relacionan a través de sus componentes y enfoques, ya que la misma está conformada por una cognición que da origen a un sentimiento, que a su vez crea una conducta a manera de predisposición; lo que deja ver su formación, reforzamiento y modificación bajo la perspectiva de la terapia.

Palabras clave: actitud, terapia, cognitiva, conducta, adolescentes.

## I. INTRODUCCIÓN

Actualmente en Guatemala la actitud hacia el estudio es un aspecto que se puede observar en todas las aulas de los diferentes centros educativos, públicos y privados, pero también es un tema poco estudiado, pues aunque existen avances en vía del desarrollo integral de los estudiantes, el descuido que se presenta en los mismos ante la actitud que se fomenta es de suma importancia ya que es común que la mayoría vea el estudio como solo una obligación y no como una oportunidad de crecimiento, por lo que esta investigación está enfocada en crear y reforzar conocimientos sobre la misma y sobre cómo la terapia cognitivo conductual podría relacionarse y ser un medio de apoyo para el cambio de la misma, para ello se recurre a definir ambos conceptos: actitud ante el estudio como la predisposición, conducta, idea, entre otros que se presenta como respuesta a ciertos aspectos relacionados hacia el mismo o en las diferentes situaciones en el ámbito de desarrollo escolar; asimismo terapia cognitivo conductual como una terapia de ayuda enfocada a la vinculación del pensamiento y la conducta, es decir cómo se piensa y como se actúa, al asumir patrones de pensamiento mal adaptados o erróneos que causan comportamientos igualmente inadecuados.

La importancia de esta investigación recae en varias áreas, ya que la misma establece su contribución en áreas como la ciencia al proporcionar un estudio documental de conocimientos científicos sobre la terapia cognitivo conductual y la actitud hacia el estudio, a manera de que la sociedad obtenga un compendio de información verídica de ambas variables para que los adolescentes puedan desarrollarse adecuadamente a nivel personal y académico, por lo mismo beneficia el proceso de enseñanza aprendizaje en los colegios, centros e instituciones educativas; por lo que a su vez establece un antecedente y guía para futuras investigaciones y aplicaciones en vía de crear una nueva perspectiva de la terapia como un método que favorezca a los adolescentes al potenciar un cambio de actitud.

Cabe mencionar que esta investigación de manera general pretende describir hallazgos a partir de literatura científica sobre la terapia cognitivo conductual y su relación con la actitud hacia el

estudio, ya que dicha terapia puede potenciar ejes para el cambio o modificación de ciertas actitudes que crean una predisposición hacia el estudio, al tomar en cuenta que la misma no es un aspecto genético sino más bien cognitivo, emocional y conductual que se adquiere, modifica o transforma a través de diferentes experiencias que fundamentan determinada actitud; por lo que el objetivo principal de esta investigación es relacionar la terapia cognitivo conductual y la actitud hacia el estudio en adolescentes, a través de literatura científica que de fundamento a la misma.

A razón de lo anterior, a continuación, se presenta una serie de estudios relacionados con la temática a tratar.

De León (2016) en la tesis titulada *Terapia cognitivo conductual como método para aumentar la asertividad, en adolescentes provenientes de familias desintegradas*, de la Universidad Mariano Gálvez, donde el objetivo fue determinar si la terapia cognitivo conductual es efectiva para aumentar la asertividad en adolescentes provenientes de familias desintegradas, de San Antonio Aguas Calientes, Sacatepéquez, Guatemala; la muestra utilizada fue de 15 sujetos adolescentes comprendidos entre las edad de 15 a 17 años de edad. La investigación fue de tipo cuantitativo y un diseño cuasi-experimental; utilizó la Escala multidimensional de asertividad (EMA) la cual se compone de tres dimensiones: asertividad indirecta, no asertividad y asertividad; ante los datos y resultados obtenidos se concluye que existe una diferencia estadísticamente significativa en la asertividad en adolescentes provenientes de familias desintegradas, antes y después de aplicar 8 sesiones de terapia cognitivo conductual, por lo que se recomendó capacitar a los padres de familia y encargados para fortalecer las habilidades asertivas en los adolescentes, a través de estrategias de comunicación asertiva y así establecer mejor el desarrollo ambiental, familiar, escolar y laboral de los adolescentes.

Monterroso (2016) en la tesis titulada *Terapia cognitivo-conductual y sociabilidad, en alumnos de cuarto bachillerato*, de la Universidad Rafael Landívar, donde el objetivo fue identificar la influencia de la terapia cognitivo-conductual en el desenvolvimiento de habilidades sociales de adolescentes de cuarto bachillerato del departamento y cabecera de Quetzaltenango; la muestra utilizada fue de aproximadamente 14 sujetos adolescentes comprendidos entre edades de 14 y 16

años, del Colegio Cristiano Bilingüe Génesis; la investigación fue de tipo cuantitativo y diseño cuasi-experimental; se utilizó la unión de dos pruebas: el perfil Personal (PPG) el cual aprecia cuatro aspectos: ascendencia, responsabilidad, estabilidad emocional y sociabilidad; y el Inventario Personas (IPG) instrumento complementario que aprecia rasgos adicionales como: cautela, originalidad de pensamiento, comprensión en las relaciones personales y vitalidad en la acción; con esto datos se concluye que la terapia cognitivo conductual influye efectivamente en el desenvolvimiento de la sociabilidad del adolescente, por lo que se recomienda aplicar dicha terapia con adolescentes que presentan dificultad al momento de sociabilizar.

Morales (2016) en la tesis titulada Terapia cognitivo conductual como método para aumentar el autoconcepto en adolescentes, de la Universidad Mariano Gálvez, donde el objetivo fue determinar si la terapia cognitiva conductual es efectiva para aumentar el autoconcepto en adolescentes del Instituto Municipal de Educación Básica, aldea Santa Ana, La Antigua Guatemala, Sacatepéquez; la muestra utilizada fue de 15 adolescentes de 13 a 15 años de edad, cursantes de educación básica; la investigación fue de tipo cuantitativa, diseño experimental; se utilizó el Test Listado de adjetivos para la evaluación de autoconcepto (LAEA), que obtiene el autoconcepto de manera global y factorial (autoconcepto físico, social, emocional e intelectual); dados los resultados estadísticos se concluye que existe una diferencia estadísticamente significativa al 0.05% en autoconcepto de adolescentes antes y después de aplicar terapia cognitiva conductual, ya que el valor de  $t$  (-5.20) es mayor que el valor crítico (1.76), el autor recomienda implementar un programa que permita la orientación no solo a los adolescentes, sino también a maestros y padres pues son ellos quienes los acompañan en esta etapa.

Padilla (2014) en el artículo titulado Tratamiento cognitivo conductual de un adolescente con trastorno de ansiedad generalizada; que aparece en la revista de psicología clínica con niños y adolescentes, volumen 1, núm.2, páginas 157-163, del mes de julio, comenta que la intervención en el caso de un adolescente de 12 años de edad con trastorno de ansiedad generalizada, en un estudio descriptivo de análisis de casos. El objetivo fue analizar los efectos de la aplicación del tratamiento cognitivo-conductual dirigido a reducir el número de preocupaciones, disminuir la activación psicofisiológica y reducir las respuestas de escape. La evaluación se realizó mediante la Entrevista Semiestructurada de los Trastornos de Ansiedad (ADISC-IV) y la Escala de Depresión

y Ansiedad para Niños Revisada (RCADS). Se aplicó un tratamiento cognitivo-conductual que incluía componentes de reestructuración cognitiva, entrenamiento en relajación, exposición en imaginación y en vivo, y entrenamiento en habilidades sociales, con forme a los resultados se concluyó que existe mejoría en relación a las preocupaciones del paciente y a su nivel de activación psicofisiológica, y la eliminación de las respuestas de escape, según la evaluación pretest-postest y el análisis de los registros semanales durante la intervención.

Rizo (2014) en el artículo titulado Intervención cognitivo conductual en un caso de trastorno negativista desafiante en una adolescente, que aparece en la revista de psicología clínica con Niños y Adolescentes, volumen 1, núm. 1, páginas 89-100, del mes de enero, explica que ante un estudio descriptivo de análisis de caso único de una adolescente de 12 años, con trastorno negativista desafiante que muestra conductas disruptivas y agresivas en el ámbito escolar, familiar y en interacción entre iguales, con manifestaciones físicas y verbales desde hace años, se procedió a la intervención con la colaboración de la madre y del centro de estudios; se utilizó un cuestionario de capacidades y dificultades y las escalas de evaluación de la conducta perturbadora. Se realizó una evaluación pretest-postest junto a una evaluación continua mediante registros de observación; la intervención está basada en la terapia cognitivo-conductual, la terapia con el niño y el entrenamiento a padres y profesores, lo que arrojó resultados que muestran una mejoría en la conducta y en la interacción social y familiar, en donde se denota un mayor control de su conducta agresiva y disminuir el comportamiento disruptivo.

Rosselló, Duarté, Bernal y Zuluaga (2011) en el artículo titulado Ideación suicida y respuesta a la terapia cognitiva conductual en adolescentes puertorriqueños con depresión mayor; que aparece en la revista interamericana de psicología, volumen 45, núm. 3, páginas. 321-330, de los meses de septiembre-diciembre, explican que se examinó la respuesta a una terapia cognitivo-conductual para la depresión con un protocolo para el manejo del riesgo suicida incorporado, en la que participaron 115 adolescentes entre los 13 y 17.5 años de edad, con depresión mayor; la investigación fue de tipo exploratorio y diseño cuasi experimental, los resultados presentados fueron de 34.8% de los/as participantes demostraron un índice de cambio confiable de las puntuaciones del pre al post tratamiento en ideación suicida (IS) y un 89.6% evidenciaron cambio clínico significativo en post-tratamiento, en conclusión la mayoría de los adolescentes con



depresión e IS tratados con la TCC redujeron significativamente sus pensamientos suicidas, por lo que se recomienda la modalidad de TCC junto a un protocolo para el manejo de riesgo suicida como el que se utilizó en este estudio para minimizar riesgos y potenciar la respuesta al tratamiento.

Jiménez y Flores (2017) en el artículo titulado Actitudes hacia las matemáticas: un estudio en una escuela rural de la Costa Caribe Sur de Nicaragua; que aparece en la revista universitaria del caribe, volumen 18, número 1, páginas 7-16, de los meses de enero a junio, en donde el objetivo principal de la investigación fue analizar las actitudes hacia las matemáticas del estudiantado de educación secundaria procedente de una escuela rural de la costa del Caribe Sur de Nicaragua; la muestra utilizada fue de 60 estudiantes de educación secundaria rural de la comunidad de Campana del municipio Muelle de Bueyes, de edades entre 11 y 20 años. La investigación fue de tipo cuantitativa con diseño descriptivo; se utilizó un escala de actitud hacia las matemáticas de Auzmendi, el cual está constituido por 25 ítems que se enfocan en 5 factores asociados a las actitudes hacia las matemáticas, en donde el estudiante indica el grado de acuerdo o desacuerdo con los criterios o aspectos propuestos por medio de una escala de Likert; los resultados reflejaron una actitud globalmente favorable, lo que es parte de la formación del estudiante al permitirle desarrollar habilidades y destrezas para conocer, valorar, comprender, manejar emociones y sentimientos de manera armónica en la resolución de situaciones matemáticas en la vida diaria.

Quesada (2015) en la tesis titulada Actitud de los alumnos de primero y tercero básico del colegio Capouilliez ante la implementación del programa el líder en mí, de la Universidad Rafael Landívar, donde el objetivo general fue determinar la actitud de los alumnos de primero y tercero básico del colegio Capouilliez ante la implementación del programa El líder en mí, y entre sus objetivos específicos esta establecer la diferencia entre la actitud de los estudiantes de primero y tercero básico de dicho colegio de la zona 11 de la ciudad capital; la muestra utilizada fue de 325 estudiantes, hombres y mujeres entre las edades de 13 y 16 años; la investigación fue de tipo cuantitativo y diseño no experimental, transaccional o transversal; se utilizó una escala tipo Likert elaborada por la investigadora, consta de dos partes: la primera contiene información general que hace referencia a la edad, género y grado que cursa y la segunda está conformada por tres componentes de la actitud; dados los resultados se concluyó que la actitud de primero y tercero básico hacia la implementación del programa es desfavorable y que además se evidencia una

actitud desfavorable en el componente conductual, por lo que se propuso realizar planes de acción que atiendan los dominios cognitivos, conductuales y afectivos que favorezcan la integración del programa al llevar actividades y prácticas de manera vivencial, dinámica y concreta en lugar de un enfoque teórico.

Samayoa (2014) en la tesis titulada Actitud de los estudiantes de octavo grado del colegio Capouilliez ante el curso de Ciencias Sociales, de la Universidad Rafael Landívar, campus central de Guatemala, en donde el objetivo fue determinar la actitud de los estudiantes del octavo grado, del colegio Capouilliez, ante el aprendizaje del curso de Ciencias Sociales; la muestra utilizada fue de 172 estudiantes del octavo grado del nivel básico, entre las edades de 14 y 15 años. La investigación fue de tipo cualitativa y diseño descriptivo transversal; se utilizó un instrumento tipo cuestionario elaborado por Mirza Samayoa y validado por expertos, el cual consistió en 20 ítems que permitió medir la variable de actitud a través de tres componentes: cognitivo, afectivo y conductual, dados los resultados se concluyó que la actitud de la mayoría de los estudiantes de Ciencias sociales era favorables, por lo que se recomienda capacitar al docente de ciencias sociales, al actualizar sus estrategias que le permitan favorecer aún más el proceso de aprendizaje en dicho curso.

Rial, Gómez, Braña y Varela (2014) en el artículo titulado Actitudes, percepciones y uso de internet y las redes sociales entre los adolescentes de la comunidad gallega (España); que aparece en la revista anales de la psicología, núm. 2, volumen, 30, páginas 642-655, del mes mayo. Explican que el propósito de este estudio fue conocer los hábitos de uso de internet y las redes sociales entre los adolescentes, al profundizar en sus actitudes, percepciones y creencias, la muestra consistió en 2,339 estudiantes, en edades comprendidas entre 11 y 18 años; se utilizó un cuestionario de tres bloques específicamente para dicho estudio: el primero bloque es el de hábitos de uso de internet así como motivos y barreras, información, disponibilidad de aplicaciones y dispositivos, conocimiento y utilización de redes sociales y el papel de los padres en este contexto, el segundo consistía en una escala de actitudes hacia internet y las redes sociales, el tercero recogía datos sociodemográficos como género, edad, curso, centro y provincia; el estudio concluyó en que tanto el internet como las redes sociales tienen un nivel de implantación muy elevado en la población estudiada, cabe mencionar que las actitudes hacia la red presentan evidencia de un riesgo muy bajo

de dependencia y a la vez un cierto grado de apego; lo que facilita la comprensión efectiva de la relación entre jóvenes y la red.

Escobedo (2014) en la tesis titulada Actitud de los estudiantes del ciclo de educación básica hacia las pruebas objetivas por los profesores de centros educativos privados ubicados en el municipio de Fraijanes del sector de Guatemala oriente, de la Universidad Rafael Landívar, en donde el objetivo fue investigar la actitud que tienen o presentan los estudiantes de centros educativos privados del ciclo de educación básica ubicados en el sector de Guatemala Oriente hacia las pruebas objetivas utilizadas por sus profesores; la muestra utilizada fue de 1,151 estudiantes de edad entre 13 y 17 años inscrito en ciclo básico en instituciones privadas de dicho sector. La investigación fue de tipo cuantitativa y diseño correlacional; se utilizó la escala de Likert que mide actitudes hacia la evaluación, al abarcar tres componentes de la actitud: afectivo, cognitivo y conductual, dados los datos se concluyó que la actitud de los estudiantes hacia las pruebas objetivas utilizadas por sus profesores es negativa, por lo que se recomienda presentar a los estudiantes más variedad de instrumentos de evaluación, no limitarse únicamente a las pruebas objetivas.

Gamboa (2012) en la tesis titulada Actitud de los alumnos Middle School de un establecimiento privado de la zona 16, hacia la materia de matemática, de estudiantes pertenecientes a la zona 10,15 y 16 salida a El Salvador, de la Universidad Rafael Landívar, donde el objetivo fue establecer la actitud que los alumnos de Middle School del colegio privado de la zona 16 presentan hacia la clase de matemática; la muestra utilizada fue de 196 estudiantes de todas las secciones de sexto grado a octavo grado, entre las edades de 9 y 12 años de ambos sexos. La investigación fue de tipo cuantitativa y diseño no experimental transversal y a su vez descriptiva; se utilizó el cuestionario que se constituye en base a una serie de ítems que reflejan las actitudes positivas y negativas de un aspecto a observar que toman en cuenta indicadores de conocimiento, sentimiento y conducta; con base a lo anterior se concluyó que la actitud de los alumnos hacia la asignatura de matemática es positiva, ya que consideran que la misma presenta mucha dificultad, pero a su vez es de suma importancia, por lo que se recomienda fomentar a los alumnos en actividades extracurriculares que motiven a aprender temas de mayor dificultad para disminuir la ansiedad.

## **1.1. Terapia cognitivo conductual.**

### **1.1.1. Definición.**

Ruiz, Díaz y Villalobos (2012) definen la terapia cognitivo conductual como una actividad terapéutica de carácter biológico, basada en aspectos científicos y experimentales, la cual propone una intervención integral que se dirige al desarrollo cognitivo al referirse a ella como base de la conducta, por lo que sitúa dicha acción desde distintos factores o agentes que intervienen en el desarrollo de la misma, pues se estima que el sujeto tiene el compromiso, responsabilidad y obligación en cada uno de sus actos, hábitos, rutinas, practicas, entre otros, por ello se plantea la integración de conductas, comportamientos o formas de actuar desde la propuesta de estudio del cambio, proceso y evaluación conductual, y aspectos derivados de la integración o suma de lo que se aprende, por lo que en ella intervienen áreas cognitivas, emocionales, conductuales y fisiológicas, ante ello se destaca que la aplicación de este tratamiento clínico es totalmente activo pues realiza actividades, funciones y acciones en cada uno de sus medio de desarrollo al pretender y procurar cambiar, modificar o reformar cierta conducta o comportamiento específico, asimismo muestra relación entre la evaluación y desarrollo durante todo el tratamiento.

González *et.al.* (2013) mencionan que la terapia cognitivo conductual es una terapia efectiva para la persona, pues en ella se modifica y crea nuevas maneras de pensar y comportarse, al aprender a reconocer y cambiar estilos de pensamiento y comportamiento específico, al desarrollarlos en forma más balanceada y saludable de vivir, lo que impactará en la forma de verse a sí mismo, ver a otros y en el desarrollo de su vida en general, pues destaca la importancia de incorporar o intercambiar pensamientos, de manera integral y positiva que le permita al sujeto enfrentarse a situaciones, posiciones o posturas de manera más eficaz y complementaria en sus diferentes ámbitos de desarrollo.

### **1.1.2. Origen.**

Roncero y Casas (2016) refieren que la terapia cognitivo conductual nace en la década de 1950, al incorporar procedimientos del aprendizaje social, teoría del comportamiento y la terapia cognitiva,

pues esta se centra en utilizar el método científico específicamente en las ideas o creencias a modificar, es por ello que se centra en los problemas del presente, además se define la aplicación con una duración corta y establece metas realistas y consensuadas, con un rol activo por parte del paciente para el proceso de cambio y un rol directivo por parte del terapeuta, al utilizar técnicas empíricas contrastadas para que el paciente maneje sus problemas adecuadamente.

Ruiz, Díaz y Villalobos (2012) indican que la terapia cognitivo conductual puede definirse como la aplicación clínica de la psicología la cual se fundamenta en principios y procedimientos válidos empíricamente, desde un inicio se marcó la adherencia a la terapia conductual a través de principios y teorías del aprendizaje, al partir de la idea de que toda conducta adaptada o desadaptada es aprendida y puede modificarse mediante el aprendizaje, su surgimiento se puede dividir en tres tiempos o generaciones, la primera hace referencia a la estrecha y exclusiva relación entre la teoría del aprendizaje representada por el análisis conductual aplicado, cabe mencionar que en esta generación el terapeuta es básicamente un investigador que se centra en el estudio y exploración de los principios del aprendizaje clínico.

En la segunda generación se aborda la superación de algunas deficiencias y limitaciones mostradas en la generación anterior, ya que se cree que los principios son limitados para explicar el comportamiento, por lo que se considera que el estudio desde la psicología experimental, cognitiva y social resultaran como elementos determinantes para abordar y darle una explicación a la conducta humana, esto se realiza al implicar y constituir el área cognitiva en la terapia de la conducta, pues aunque esta estaba presente de alguna manera no se le reconocía en el desarrollo de la misma, no es hasta en los años 70 cuando surge la terapia cognitiva que pretendía responder a la insatisfacción de la referencia del aprendizaje y la conducta observable, dadas las mediaciones que anteriormente se habían conceptualizado, actualmente se cuenta y la influencia de psicología cognitiva como la ciencia rigurosa de estudio de los estados y procesos mentales y cognitivos como base del comportamiento.

Finalmente se da paso a la tercera generación en la cual se enmarcan y retoman los orígenes para indagar y buscar alternativas terapéuticas al explorar nuevos aportes de la psicología del aprendizaje, con el objetivo de generar nuevamente la relación entre investigación y aplicación

clínica, pues desde la primera generación se demostró su funcionalidad e importancia y en la segunda se le da más auge a la composición y dependencia entre el área cognitiva y el área conductual. Actualmente la terapia cognitivo conductual está constituida y establecida dentro de las principales y más importantes psicoterapias ya que posee un enfoque integrador para el desarrollo funcional de la misma.

### **1.1.3. Fases generales.**

Mardomingo (2015) refiere que entre los supuestos de la terapia cognitivo conductual figuran cinco fases específicas, que pretenden la modificación de la percepción distorsionada de la realidad perturbante del estado de ánimo y la manera en la que el sujeto responde a los acontecimientos específicos de su entorno, entre ellas se mencionan.

- Relación entre pensamientos, emociones y comportamientos en una contingencia del medio de desarrollo, al referir que las conductas y sus problemas se desencadenan de los pensamientos, por lo que estos deben ser base de la evaluación y el tratamiento.
- Investigación de conductas tanto de las que anteceden, como de las que surgen como consecuencias de la misma, para obtener una definición y evaluación integral y funcional.
- Obtención de información en función del ambiente, ya que durante la evaluación y para el tratamiento es necesario proceder desde distintas fuentes de: padres, familia, casa, colegio, relaciones sociales, entre otros.
- Realización de un plan de tratamiento que se debe adaptar y moldear tanto a los objetivos como a la evolución de los resultados con una evaluación constante durante el mismo proceso.
- Evaluación final que abarque un cuadro clínico, síntomas, áreas o actividades de funcionamiento afectadas o desadaptadas que incluyan la mejoría, persistencia y empeoramiento de los mismos.

Gavino (2016) menciona que si bien es cierto la relación entre teoría y práctica no es tan fácil, ya que la recogida y conversión de datos resulta en algunos casos complicada, asimismo resalta que la distinción de datos diagnósticos y anecdóticos no es siempre evidente y que el uso terapéutico y de la evolución del problema pueden presentar cierta dificultad, lo que posiblemente guiara a un mal diagnóstico, ante ello se reconoce que uno de los problemas principales de la mayoría de estudiantes es que aunque poseen todo el conocimiento no saben integrar el cómo y cuándo en el desarrollo de la intervención, es por ello que describe una serie de pasos para llevar a cabo dicho proceso terapéutico.

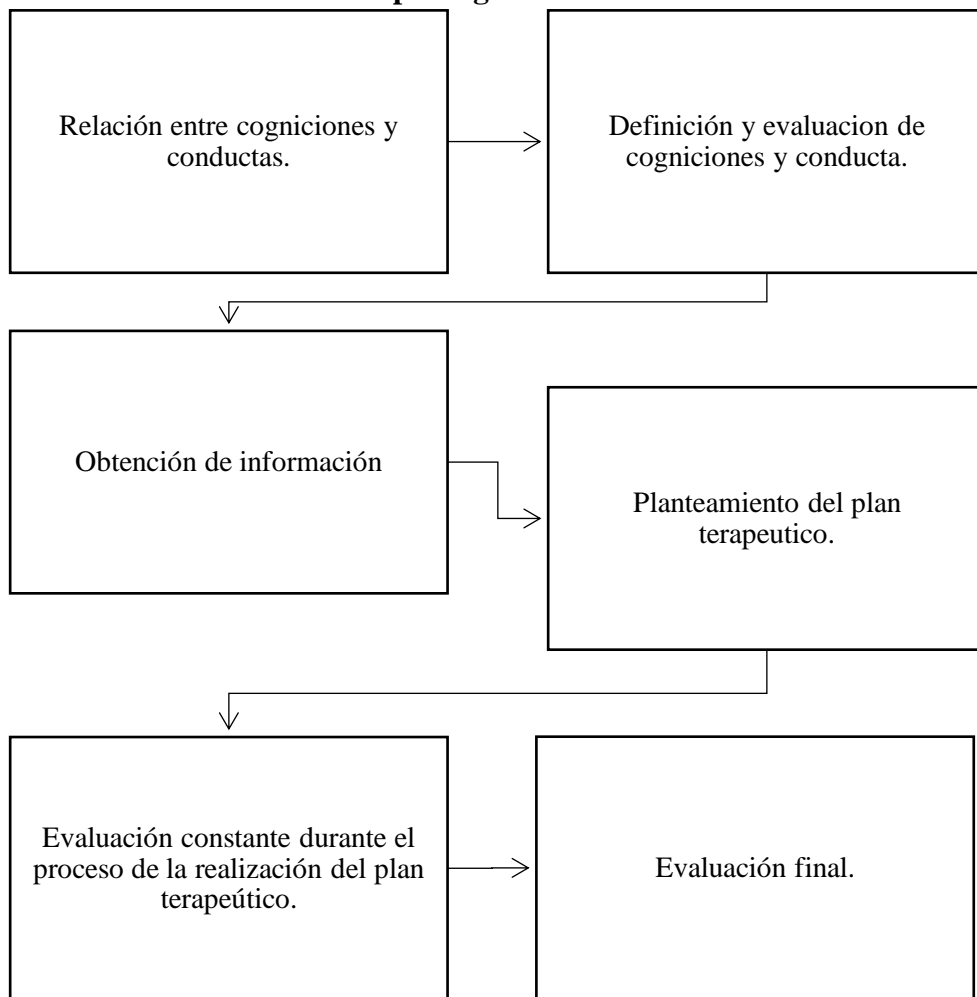
- En el primer contacto con el paciente este hace partícipe el motivo de consulta, el cual puede ser un problema a eliminar o una demanda de ayuda para implantar o aumentar un aspecto personal, ambas para mejorar su calidad o estilo de vida.
- En la recogida de datos el terapeuta se plantea qué información necesita tener para poder intervenir, en esta él puede implementar instrumentos de evaluación como: entrevistas, autoinformes, registros, pruebas específicas, entre otros.
- La organización de los datos recogidos, en ella el terapeuta debe ordenar de manera funcional y significativa la información para poder detectar qué aspectos le faltan.
- En el análisis de la información se debe estudiar, observar y distinguir cada uno de los datos existentes, relevantes y significativos, asimismo se eliminarán aquellos poco relevantes.
- En el análisis topográfico, se debe reunir la información en la que aparezcan los comportamientos problemáticos que se pretenden modificar en el sujeto.
- La elaboración del tratamiento se refiere al proceso que se llevará a cabo para responder a las demandas a través de técnicas adecuadas y precisas para intervenir en la modificación de dicha variable.

- La aplicación del tratamiento pretende llevar a cabo la intervención seleccionada para el proceso, cabe mencionar que para realizar este paso se deben tener claros los objetivos.
- El seguimiento consiste en los contactos esporádicos entre el terapeuta y el paciente, con el fin de corroborar los resultados del tratamiento.

Dadas las respectivas fases de la terapia cognitivo conductual se realiza un organizador gráfico, con la finalidad de sintetizar dicho contenido.

**Gráfica núm. 1**

**Fases de la terapia cognitivo conductual**



Fuente: elaboración propia con base en Mardomingo (2015), p.1429



#### **1.1.4. Aplicaciones.**

Caballero y Gálvez (2019) argumentan que la aplicación de intervenciones psicológicas resultan indispensables para favorecer la aceptación a diagnósticos, cambios de estilo de vida, participación activa con el tratamiento, entre otros, al ser los psicólogos de la salud expertos en la unión de la salud y el comportamiento, es fundamental la aplicación de la terapia cognitivo conductual pues esta juega un papel multidisciplinario al brindar un tratamiento integral, ya que tiene como objeto principal que los pacientes adquieran habilidades de afrontamiento, adaptabilidad ante situaciones adversas.

Además se describe la mejora en las funciones cognitivas que se tienen en la aplicación de dicha terapia, pues se reducen los síntomas psicológicos como la ansiedad, depresión y otros síntomas físicos como la fatiga y el dolor, al referirse a la aplicación de la misma en el tratamiento de personas con enfermedades crónicas ya que esto requiere de una serie de cambios conductuales, familiares y sociales a los que no solo se responde desde la perspectiva del consumo de medicamentos; sino también a aspectos emocionales que requiere recibir y tener un diagnóstico específico para su tratamiento.

Escobar y Uribe (2014) determinan que la terapia cognitivo conductual se ha convertido en el primer tratamiento de tipo no farmacológico de primera elección en una diversa serie de trastornos psicológicos y problemas de salud durante el ciclo de desarrollo vital de los seres humanos, pues se ha demostrado su eficiencia en los diferentes trastornos emocionales y de ansiedad tanto en adultos como en niños, por ejemplo: trastornos de desarrollo como el autismo y retardo mental, intervención en refugiados, trastorno de la conducta, estrés postraumático, trastorno de la personalidad, trastorno somatomorfos, esquizofrenia, trastornos afectivos y depresión, trastornos de abuso y alcoholismo, entre otros.

Jarne y Talarn (2015) describe que la terapia cognitivo conductual presenta una modalidad de apoyo empírico y eficaz, ya que ha sido probada en una serie de trastornos psicopatológico, para ello hace referencia a la Asociación Americana de Psicología APA al mencionar que las psicoterapias intervienen como un sistema sanitario para la práctica eficaz y rentable de la misma,

cabe resaltar que también se reconoce no solo el hecho del efecto de perdurabilidad de la terapia a través del tiempo sino que también la incrementación de cambios o aspectos positivos tras la finalidad de la intervención, asimismo resalta que como resultado también se reducen las consultas médicas, el consumo de fármacos y por ello el gasto económico sanitario. Es por ello que su aplicación se considera eficaz y perdurable en la mayoría de casos en los que se aborda dicha terapia.

Mardomingo (2015) describe que la terapia cognitivo conductual puede ser eficaz en niños y adolescentes, pues en esta tienen la oportunidad de expresar sentimientos, percepciones y síntomas a partir de determinados acontecimientos; así como también permite establecer medidas y estrategias de adopción que ayuden a reestablecer o retomar la situación con normalidad, pues pretende un avance paulatino pero significativo ante la misma; al adoptar una percepción más objetiva y realista de la situación o acontecimiento, cabe mencionar que dicha terapia ofrece y demuestra un tratamiento con respuestas duraderas, ante síntomas de depresión y problemas de comportamiento, al utilizar instrumentos o estrategias como la exposición y reestructuración cognitiva emocional y de la conducta para ofrecer mejores resultados.

Spirito, Esposito-Smythers, Wolff y Uhl (como se citó en Barlow 2018) refieren que la terapia cognitivo conductual resulta efectiva para el tratamiento de depresión y tendencias suicidas en adolescentes, pues consideran que dicha terapia muestra el fundamento en las diferentes investigaciones publicadas, por otro lado mencionan que dicha efectividad se ve reflejada tanto en modalidad individual como grupal, con y sin la participación de los padres, pues parece estar establecida y ser eficaz en la mayor parte de sus participantes, al disminuir ideaciones suicidas; a lo que cabe mencionar que aunque otras terapias también reporten su efectividad en estas áreas, la terapia cognitivo conductual ha demostrado tener mejor y mayor proceso en la reducción del diagnóstico y síntomas de depresión mayor y de ideación suicida.

### **1.1.5. Conductismo y el aprendizaje.**

Woolfolk (2010) considera que el aprendizaje desde una perspectiva conductista se define como la adquisición o modificación comportamental en lo que se resaltan los efectos de acontecimientos externos sobre un sujeto, ante ello explica que las perspectivas o enfoques más destacados o relevantes del aprendizaje de las respuestas emocionales o fisiológicas son resultado del condicionamiento clásico; el aprendizaje de tipo estímulo incondicionado que surge de establecer conexiones entre un estímulo y respuestas condicionados o incondicionadas, a la vez hace mención del condicionamiento operante en donde se aprende a comportar de acuerdo al ambiente, el razonamiento como consecuencia de fortalecimiento una conducta que se aprende, fortalece y refuerza.

Navarro y Martín (2018) indican que las explicaciones conductistas del aprendizaje se centran en saber cómo la conducta es controlada por sus consecuencias, al hacer hincapié en que la mayoría de profesores no controlan la conducta, sin embargo si controlan algunas de las consecuencias y de esta manera puede controlar el aprendizaje, cabe mencionar que este proceso se lleva a cabo de manera funcional y carente de connotaciones sociopolíticas, al tomar en cuenta que el aprendizaje se considera como la adquisición de información y conocimientos, de habilidades, hábitos, actitudes y creencias que implican un cambio en las áreas de consecuencia de la experiencia del aprendiz.

De igual manera hace referencia al aprendizaje por condicionamiento asociativo de Pávlov, quien aporta una teoría significativa para el aprendizaje pues resalta el condicionamiento clásico en diversos procesos de los que los alumnos normalmente no son conscientes, por ello los profesores deben tener en cuenta los estímulos que se asocian a los contenidos que se enseñan en clase, como la metodología, actitud ante el trabajo, entre otros que pueden ser determinantes para maximizar o minimizar el fracaso escolar.

También refiere el aprendizaje por condicionamiento operante de Skinner quien describe que este se produce por el fortalecimiento del vínculo entre respuesta y consecuencia, ya que cuando la conducta se da seguida de una consecuencia esta se refuerza, a la vez se menciona que el mismo

posee un efecto positivo y favorable sobre el aprendizaje, al contrario del castigo ya que, aunque no se tiene una visión clara se detalla que esto genera un clima de tensión.

También se destaca el aprendizaje por observación de Bandura quien explica que una buena parte del aprendizaje se produce por imitación y modelado, pues este se denomina como determinismo recíproco del mismo al describir que los factores cognitivos, entorno escolar, familiar y de la conducta aprendida interactúan entre sí. Ante ello cabe destacar que para este modelo existen procesos motivacionales como los tipos de incentivos a los que los mismos estudiantes pueden asociar y establecer criterios para valorar su rendimiento y actitud de forma adecuada o inadecuada.

#### **1.1.6. Cognitivismo y el aprendizaje.**

De Vicente (2010) argumenta que el aprendizaje tienen disposición cognitiva pues integra o adhiere procesos cognitivos para dar respuesta a los mecanismos que dan mediación a variables ambientales y por ello una respuesta conductual, por lo que considera que el aprendizaje se expresa más en términos de estructuras internas que en términos estructurales referente a la conducta, sin embargo no excluye que las aportaciones conductuales al percibir el aprendizaje como la adquisición u obtención de la perspectiva de su ambiente o entorno que le permite actuar con una forma adecuada y adaptativa, cabe mencionar que es por ello que dos personas pueden responder de una manera o forma diferentes pues en ella va a interferir la percepción de las circunstancias a las que se enfrenta.

Navarro y Martín (2018) describen que el enfoque cognitivo del aprendizaje hace referencia a los conocimientos y habilidades previas para procesar la información, esto puede traducirse al reconocimiento de las estrategias útiles para relacionar las diversas y enormes cantidades de información y datos que se presentan en el aprendizaje de tareas escolares, es preciso hacer referencia a que dicho enfoque implica percepción, interpretación, explicación, organización, análisis, evaluación, almacenamiento y recuperación de la información resultante de un aprendizaje, lo que da lugar a entender y aplicar el aprendizaje en sus diferentes entornos, por lo que su desarrollo resulta integrador y significativo no solo para el ámbito escolar, sino para su desarrollo en general.

Ante ello se describe el aprendizaje inductivo o por descubrimiento en Bruner, quien propone que la función del maestro es establecer puentes entre el aprendizaje y el pensamiento para que el alumno no almacene por si solo sus aprendizajes, sino que sea capaz de asociar y conectar los nuevos y antiguos conocimientos, lo que creará un logro reflexivo del aprendizaje en el pensamiento al construir un conocimiento, en sus tres representaciones: representación de acción que se refiere a una especie de amplificador que sitúa las actuaciones como herramientas de ingenio, pues la habilidad de comunicarse a través del cuerpo; representación icónica que se obtienen al independizar las demostraciones anteriores para incorporarlas a las representaciones internas; y la representación simbólica que alude a la habilidad que posee el alumno para estructurar jerárquicamente la realidad a través del lenguaje.

De la misma manera describe el aprendizaje deductivo o significativo en Ausubel, quien ha sugerido la teoría del aprendizaje verbal significativo ya que en ella se establece el concepto de que el alumno adquiere un significado cuando es capaz de relacionar una idea presente con una nueva y de esta manera forma una estructura cognitiva de aprendizaje, por lo que puede entenderse como suma de conceptos, al crear un proceso de asimilación que se hace significativo al conectarlo con información previa en un marco de referencia en donde se produce el aprendizaje.

#### **1.1.7. Técnicas.**

Gavino (2016) refiere que después de haber obtenido la información específica y detallada de las características y necesidades del paciente que originan o mantienen un problema, se pasa a las fases de intervención de la terapia cognitivo conductual en donde se encuentra el establecer objetivos, terapéuticos y las estrategias o técnicas de intervención con las que se pretende responder a las mismas, para lo que indica una serie de pasos a realizar.

- Determinar qué técnicas tienen la finalidad de implantar, modificar o eliminar, al intervenir con determinadas variables objetos (pensamientos, conductas disruptivas, ansiedad, entre otros) que causan malestar en el individuo.
- Se procede a la identificación de las características de cada una de las técnicas, lo que servirá para reconocer cuáles son más adecuadas, eficaces, pertinentes o factibles.

- Se relacionan las características de las variables con las características de las técnicas, con la finalidad de establecer una intervención adecuada, eficaz y pertinente para el individuo.

Ruiz, Díaz y Villalobos (2012) indica que el uso de las técnicas cognitivo conductuales recae en la importancia de la conceptualización, influencia, contacto, presentación, modelado e imitación conductual; por otra parte se presenta la modificación, reorganización y reestructuración cognitiva a través de esquemas, procedimientos, modelos, habilidades de afrontamiento y solución de problemas, entre otras que dan una serie de métodos, técnicas o procedimientos específicos que permiten la modificación de problemas, a través de la eliminación de pensamientos negativos, sesgos cognitivos y creencias inadecuadas o que causen malestar, lo que permite al ser humano desenvolverse de manera adecuada en cada una de sus áreas de desarrollo, entre ellas se menciona.

- **Reestructuración cognitiva.** Esta pretende la modificación de cogniciones de significado personal, por ejemplo un estudiante que piensa que si le fue mal en un examen es porque realmente es tonto y no sirve para nada, entonces le resulta más fácil evitar que afrontar las dificultades que se le puedan presentar, para la intervención de dicha técnica se recurre a cinco pasos específicos: primero la evaluación psicopatológica la cual procura descartar cualquier trastorno emocional clínicamente relevante, para ello se realiza una evaluación psicopatológica completa; segundo la evaluación racional emotiva la cual identifica y enlista los problemas, al identificar creencias, opiniones o explicaciones que encierren exigencias totales o definitivas; tercero el insight racional emotivo el cual busca un cambio emocional en el contenido de las creencias del sujeto; cuarto aprender una base de conocimiento desde el debate y refutación de creencias; quinto aprender una nueva filosofía de vida en la que se busca o intenta que el sujeto consiga creencias racionales y a la vez fortalezca el hábito de debatir cogniciones inadecuadas.
- **Modelado.** Destaca que las conductas se aprenden, mantienen y extinguen por la observación, al implicar procesos como: atención a aspectos relevantes del modelo, retención que se obtiene a través de la codificación verbal e imágenes para su ejecución y reproducción como la capacidad de atender y recuperar la información, la motivación como un aspecto a mantener a través del resultado de la conducta. Por ejemplo: un estudiante que aprende a escribir necesita

que su docente le explique en qué consiste y le proporcione el ejemplo de modelado de la conducta de escritura para que él pueda reproducirla. Para esta intervención se requiere de tres pasos específicos: primero la exposición que pretende que el sujeto observe la conducta u opiniones del modelo; segundo la adquisición la cual procura que el observador sea capaz de retener la secuencia de la conducta para poder reproducirla; tercero aceptación/ejecución que procura la aceptación y practica de las conductas que se observaron y adquirieron.

- Inoculación de estrés. La cual intenta conceptualizar el estrés y los factores que intentan el cambio específico y preventivo, al ser una actividad reguladora que intenta reducir o eliminar la intensidad de dichos factores, Por ejemplo: a un estudiante que siente temor por la presentación de una exposición se le debe orientar con diferentes estrategias para que pueda sobrellevarla, para ello hace uso de tres fases como: primero la conceptualización que evalúa, diagnostica y conceptualiza los problemas; segundo la adquisición y entrenamiento en habilidades que intenta determinar y entrenar con estrategias cognitivas, la activación emocional, conductual y afrontamiento paliativo; tercero la aplicación y consolidación de habilidades adquiridas, en la que se promueve la aplicación y mantenimiento de estrategias.
- Entrenamiento en autoinstrucciones. Este intenta instaurar el diálogo interno como una forma de pensar más adecuada, por ejemplo, a un niño que aprende a dibujar se le dan las instrucciones: debe dibujar una línea recta hacia abajo, después hacia la derecha, luego hacia arriba y por ultimo a la izquierda, si se equivoca, borre y hágalo de nuevo. para que luego haga suyo el proceso. Para su aplicación recurre a cinco pasos: primero en modelado cognitivo, en este el modelo realiza la tarea al dar instrucciones concretas de lo que se realiza; segundo el modelado cognitivo participante, en este el individuo realiza la tarea mientras que el modelo repite en voz alta las directrices; tercero autoinstrucciones en voz alta, en ella la persona realiza la tarea y verbaliza en voz alta los pasos de la actividad; cuarto desvanecimiento de las autoinstrucciones, en esta el individuo susurra los pasos de la actividad mientras hace la tarea; quinto autoinstrucciones encubiertas, acá el individuo repite el proceso pero de manera interna.
- Programa de Reforzamiento. Como técnica operante resulta un procedimiento de excelencia para incrementar o mantener una conducta, por ejemplo: a un niño al que no le gusta hacer

tareas puede incentivársele con un caramelo para que la haga, después de cierto tiempo adquiere la conducta y la repite sin necesidad de incentivarle, para ello hace uso de un programa de reforzadores positivos y negativos que pueden implementarse de manera continua o intermitente que a su vez se divide en razón o en intervalo, cabe mencionar que en todo programa de reforzamiento se establecen conductas a modificar, tiempo y reforzadores específicos, que se evaluarán durante todo el proceso, en vía del desarrollo y eficacia.

- Programa de economía de fichas. Es un programa que integra procedimientos de reforzamiento y castigo, por ejemplo: a la persona se le entrega una ficha como reforzador generalizado cuando realiza una conducta deseable y se le retira cuando dicha conducta no se lleva a cabo por completo o se realiza de manera inadecuada, asimismo se indica que para este programa son necesarios cuatro componentes fundamentales: primero una lista de conductas a modificar; segundo un contrato que indique el número de fichas que puede ganar por comportamiento; tercero establecer reforzadores concretos; cuarto dar indicaciones claras de las normas del programa; por otro lado también se menciona que dicho programa debe retirarse de forma paulatina para procurar que la conducta se realice y mantenga sin necesidad del reforzador.
- Regulación emocional. Esta se refiere a la capacidad o habilidad para expresar y controlar el estado emocional de modo de que dicho estado no interfiera en la conducta objetivo; de la misma manera refiere que dicha técnica debe contener: reconocimiento y discriminación del estado de ánimo, aceptación a dicha respuesta; acceso a recursos y estrategias que permitan el control o modulación de intensidad emocional de acuerdo a las emociones, capacidad o habilidad para poner en marcha la conducta objetivo a pesar del estado emocional, inhibición de la conducta impulsiva; por ejemplo: primero la persona recibe psicoeducación; segundo desarrolla una jerarquía emocional; tercero elabora un análisis individual de las emociones identificadas; cuarto realiza una exposición de imaginación de las situaciones que provocan una desregulación emocional; quinto da lugar a una exposición en vivo; sexto se prepara y practica estrategias de mantenimiento de regulación.



Para el análisis y síntesis de los pasos de la selección de técnicas cognitivo conductuales se realiza una tabla de resumen.

**Tabla núm. 1.**

**Pasos de la selección de técnicas cognitivo conductuales para el abordaje terapéutico.**

Identificar qué técnicas tienen como finalidad implantar o eliminar la variable de objeto de intervención.	Acá se determinarán la relación entre variables de intervención y técnicas terapéuticas con finalidad de intervención en las mismas.
Reconocer cuál es la más adecuada para este caso	Lo que procede es ordenar y caracterizar las técnicas terapéuticas, para la identificación de las más eficaces.
Identificar las técnicas que poseen más características adecuadas para la variable contemplada.	Por último, se relaciona las variables de intervención con las técnicas que permitan desarrollar el tratamiento de una manera eficaz.

Fuente: elaboración propia con base en Gavino (2016) pp.29-30

**1.2. Actitud hacia el estudio.**

**1.2.1. Definición.**

Sampascual (como se citó en Castejón, González, Gilar y Miñano 2013) menciona que las actitudes son una predisposición consistente para reaccionar de determinada manera en torno a una situación, objeto, idea y persona, por lo que son esenciales para el proceso de enseñanza aprendizaje, pues estas se reflejan como una condición, posición o postura para el aprendizaje pero también son el resultado del mismo, ya que a su vez integran un eje motivacional, lo que la establece como una condición para el aprendizaje, pues dan lugar a la activación, dirección y consistencia de determinada conducta; por lo que son necesarias para perseguir el desarrollo de determinadas

actitudes en los estudiantes y así puedan desenvolverse de manera satisfactoria en áreas de desarrollo tanto a nivel personal como a nivel social.

Tóala *et.al.* (2019) hacen referencia a que la actitud es la formación de la realidad que se forma desde el inicio de la vida, pues la actitud es la relación que el individuo tiene con el mundo material, ya que es el que rodea al niño, al tener como trasfondo el momento sociohistórico que le corresponde vivir en su país y localidad; estos serán los que determinen la actitud hacia actividades a desarrollar en su casa, en su escuela, entre otros, por lo tanto las actitudes que adopten los sujetos, ante una tarea específica, ante sí mismo, ante los demás, entre otros tendrán lugar entre su carácter y la dinámica de su conducta, de la misma manera destaca que no es importante solamente la actitud ante lo que se aprende sino también el generar la retención de elementos y la duración en la memoria.

### **1.2.2. Tipos de actitud.**

Rogers (como se citó en De Diego 2015) indica que se debe dejar por un lado los juicios morales y simpatía o antipatía, de modo de que se pueda crear una actitud comprensiva pero no de compasión ante las diferentes circunstancias, para ello destaca que existen dos conjuntos básicos de actitud, los cuales pueden adoptarse hacia los diferentes aspectos y objetos centrales, cabe mencionar que a partir de ello puede surgir predisposición que dificulte o favorezca los diferentes procesos de desarrollo del ser humano. El primer grupo es el de la actitud barrera que se define como actitudes de defensa, entre ellas se puede destacan: evaluación, imposición, estrategia, neutralidad, superioridad y certidumbre; el segundo grupo es el de las actitudes cauce que se definen como actitudes de apoyo, soporte o ayuda, entre estas se establecen: descripción, orientación, espontaneidad, comprensión, igualdad e imparcialidad.

Valero (2012) refiere que la actitud puede dividirse o categorizarse según su enfoque u objeto a perseguir y de acuerdo a la actividad que desempeña, pero por diferentes motivos como la simplicidad y claridad se divide en dos tipos específicos y fundamentales, que pretenden organizarlas y clasificarlas, por lo que se mencionan a continuación.

- Actitud positiva. Es toda aquella actitud abierta, que permite un dialogo e intercambio en la discusión favorable o con un sentido de progreso general, por lo que va de la mano con el cambio actitudinal. Asimismo se indica que existe una estrecha relación entre el desarrollo de las mismas y el desarrollo de fases que asumen actitudes de posición activa y constructiva acorde a la realidad de cada sujeto, al propiciar una mejora, cambio o aceptación que se tiene en y con la actitud positiva. Otro punto a destacar es la eficacia, eficiencia y productividad que esta actitud crea en la convivencia y desarrollo, como también en la convivencia agradable en general.
- Actitud negativa. Esta se caracteriza por generar, producir u originar ideas, pensamientos y comportamientos cerrados, que se resisten al cambio, pues se muestran rígidos, sólidos e inflexibles al limitarse a la posibilidad mínima del cambio y seguimiento, por lo que crea tensiones, molestias, incertidumbres, disputas, conflictos, entre otros que dan origen al desequilibrio en el desarrollo del sujeto.

Ríos y Alarcón (2014) hacen referencia a que en el desarrollo de la vida se presentan diferentes situaciones por resolver y ante ello existen dos formas en las que la actitud puede desarrollarse, la primera es la actitud positiva que es la que puede ayudar a resolver de mejor manera dichas situaciones, pues la sitúan de una forma equilibrada y propia de quienes entienden y deciden vivir las situaciones como una oportunidad para poner a prueba el potencial y búsqueda de soluciones que poseen, segundo las actitudes negativas que se definen como todas aquellas que se caracterizan por percibir las dificultades como un obstáculo y se cierran a las posibles soluciones.

### **1.2.3. Actitud como hábito de estudio**

Navarro y Martín (2018) mencionan que el aprendizaje se considera como la adquisición, modificación y transformación de determinadas informaciones, conocimientos y habilidades, a través de hábitos y actitudes que el individuo o estudiante desarrolla o adopta a través de su percepción, práctica y experiencia, por lo que la definición que se debe utilizar de aprendizaje es el de cambios relativamente permanentes, duraderos o constantes en las conductas, que resultan de

la experiencia y no de la maduración de cada individuo, como adquisición de procesos fundamentales para su desarrollo.

Es por ello que se resalta la importancia de la adquisición y mantenimiento de la actitud en los hábitos de estudio pues la actitud se fundamenta al tratar de incorporar hábitos necesarios y funcionales para el desempeño de: puntualidad, orden, limpieza, entre otros en el uso y manejo de diferentes tipos de herramientas, técnicas básicas generalizadas a entornos escolares y domésticos así como también de los conocimientos académicos funcionales relacionados con su desarrollo integral y a la vez general, todo en vía de su crecimiento o estabilidad en los mismos hábitos de estudio.

Hernández y López (2010) consideran que los actos, las actitudes y los hábitos tienen una relación circular en el modo de ser o carácter de las personas, pues estos dos últimos son disposiciones de obrar de determinada manera, al mencionar que las mismos se forman a través de la repetición de actos; por lo que refieren a manera de ejemplo que la actitud hacia el estudio es entendida como la inclinación interior que da origen o desarrollo a la repetición de actos como el ponerse a estudiar; que a su vez se convierte en un hábito a través de una inclinación exterior al transformarse en la disposición que el individuo tendrá para el estudio, plasmado por medio de actos que conforman o configuran la manera de ser de una persona.

Ruiz (2015) indica que mantener una actitud positiva ante las actividades de estudio es determinante para los mismos, cabe mencionar que la actitud es fundamental para los estudiantes, pues esta actúa con motivación para crear una actitud positiva y optimista, pero también puede ser destructora, devastadora o demoledora si la actitud es negativa o pesimista.

De la misma manera refiere que los estudiantes viven diferentes sucesos o episodios de tranquilidad en las que afrontan tareas con normalidad o equilibrio, pero estos también se verán afectados al combinarse con estrés, angustia y saturación de tareas, lo que puede afectar el componente o factor emocional, lo que a su vez provocaría un desequilibrio en momentos específicos en donde la actitud se vea afectada, por ese motivo es fundamental el afrontarlas y potenciar actitudes positivas a través

de aspectos optimistas, confianza, ilusión y afrontamiento de tareas, fuerza de voluntad, interés por aprender, entre otros, para ello destaca que existen hábitos de estudio específicos que interactúan con la actitud en los diferentes ámbitos de desarrollo personal y social

- Ambiente de estudio. Este propone mantener las condiciones que el individuo necesita para sacarle el máximo a sus horas y trabajo, para ello se debe destacar el cuidado de: la luminosidad, tranquilidad, comodidad y mobiliario adecuado, temperatura, orden y limpieza, entre otros que le brindarán un espacio no solo apropiado sino también agradable y confortable.
- Atención. Este elemento es indispensable pues las distracciones repercuten en la calidad de estudio que se desempeña, por lo que recurre a tareas específicas en vía de evitarlos, entre ellas se menciona: elección de un espacio adecuado, retirar todo aquello que distraiga, reducir los ruidos, evitar escuchar música, entre otros.
- Motivación. Esta juega un papel importante en el proceso ya que estimula o promueve el alcance de objetivos o metas, para ello indica tres formas de motivación: motivación extrínseca que consiste en recibir algo a cambio por el trabajo realizado; motivación intrínseca que radica en la satisfacción y disfrute que el estudiante obtiene al hacer la tarea; y la motivación trascendental que se establece en el disfrute o recompensa que se obtienen en otras personas por el trabajo realizado.
- Planificación del tiempo. El no planificar adecuadamente el tiempo constituye uno de los principales y más comunes errores o desaciertos en los individuos ya que ello provoca agobio y presión que a su vez causan desesperación y estrés, para esto se debe establecer tiempos específicos y determinados a cumplir en la realización de tareas.
- Planificación de tareas. Esta se refiere a establecer tiempo específico para determinadas tareas, para ello se recurre a la clasificación de las mismas según la dificultad que presentan.

#### **1.2.4. Motivación escolar**

UNID (2016) describe que la motivación es definida por la psicología como un estado interno que activa, dirige, guía y mantienen la conducta; la motivación escolar es la que promueve el aprendizaje, ya que impulsa la acción de aprender, conocer y saber, por ello se indica que tienen una relación directa y estrecha, sin embargo depende del profesor el cómo estimulará a sus alumnos, cabe mencionar que un factor importante es no olvidar que la motivación es distinta en los individuos y que para que se dé la adquisición de saberes se debe establecer un entorno de confianza y participación en vía del desarrollo de la activación del proceso objetivo y subjetivo de cada individuo.

La motivación puede explicarse por diferentes enfoques, uno de ellos es el conductista que enfatiza los eventos ambientales y consecuencias a partir de la conducta observable y fomenta la motivación extrínseca a través de recompensas, incentivos y castigos; el enfoque cognitivo que se centra en el papel activo del alumno al partir de las representaciones que el mismo crea y fomenta la motivación intrínseca a través del manejo de expectativas y metas; el enfoque humanista que centra las necesidades de autorrealización, autodeterminación y autoestima al fomentar la motivación intrínseca a través de programas de autoconocimiento; enfoque sociocultural que enfatiza la integración de sistemas que han resultado de sus aprendizajes al fomentar el desarrollo de autorregulación y autogestión a través de instrumentos y signos en sistemas motivacionales.

Castejón, González, Gilar y Miñano (2013) mencionan que la motivación es un eje importante en el proceso de aprendizaje ya que si bien es cierto es un elemento o pieza fundamental para la adquisición, mantenimiento y desarrollo de los aprendizajes, puesto que es uno de los factores explicativos más sobresalientes y característicos del rendimiento, al proporcionar causas o motivos para la realización de determinados logros en los estudiantes, asimismo destaca que en la comparación entre dos estudiantes con el mismo nivel intelectual, tendrá mayor rendimiento quien esté más motivado.

borkowski y kurtz (como se citó en Carrasco y Javaloyes 2016) refiere que la motivación escolar está condicionada y estrechamente relacionada con la manera en la que el individuo se ve así mismo

frente a las exigencias escolares, educativas, de aprendizaje y en su experiencia, ya que a partir de ellas considera, examina o estima el fracaso escolar, y ante ello se considera o no capaz de desarrollarse y rendir de manera aceptable y adecuadamente, por lo que también describe que en este punto cobra importancia el esfuerzo y la facultad de realización de determinadas tareas, es por ello que establece varias consideraciones entre las que se mencionan

- Capacidad estable.
- Capacidad no controlable.
- Esfuerzo controlable que puede invertir el tiempo adecuado.
- Dificultad de la tarea.
- Control interno del alumno.

#### **1.2.5. Componentes.**

McDavid (como se citó en Zapata 2017) refiere que la actitud incluye emociones, sentimientos y valores que se relacionan a la predisposición o tendencia conductual que se manifiesta a partir de determinadas acciones, ya que la misma se integra de tres componentes específicos: núcleo cognoscitivo que es expresado por creencias o ideas; valores afectivos que se reflejan por medio de sentimientos; y tendencias de acción manifestadas como predisposición. De la misma manera afirma que existe relación entre la actitud y la conducta, pues aunque la misma no puede observarse como tal, si puede deducirse a través de acciones, ya que sus efectos o consecuencias pueden dar lugar a un impacto conductual observado y medido.

Lacosta (2012) menciona que la actitud tiene una cualidad direccional la cual no radica solamente en la formación o producción de consistencia, resistencia o firmeza que se presenta en las manifestaciones conductuales y las rutinas, hábitos, costumbres, entre otros, sino que también en la peculiaridad motivacional que posee varias dimensiones y componentes que la integran y caracterizan, entre ellas se mencionan

- Componente cognoscitivo. Este es un elemento integrador de la actitud que se refiere a las creencias, convicciones, suposiciones, entre otras que se tienen acerca de un objeto de actitud determinada.
- Componente emocional. Este componente actitudinal se refiere a los sentimientos y emociones que se adhieren o incorporan a un objeto de actitud determinado.
- Componente de tendencia a la acción. Este es un componente que incorpora la disposición, inclinación, condición, preceptos, entre otros que dan respuesta a un objeto determinado.

Sánchez (2014) describe que las actitudes tienen un modo o procedimiento organizacional duradero y estable de creencias al aplicar juicios evaluativos, por lo que son privadas e internas, subjetivas y diferentes en intensidad, pues se presentan diferente en todos los sujetos y se dirigen a un objeto social concreto, de la misma manera hace referencia a la actitud como un fenómeno mental que se caracteriza por tendencias o inclinaciones evaluativas y se constituye a partir de tres componentes específicos y fundamentales que los integran y organizan, entre ellos se mencionan

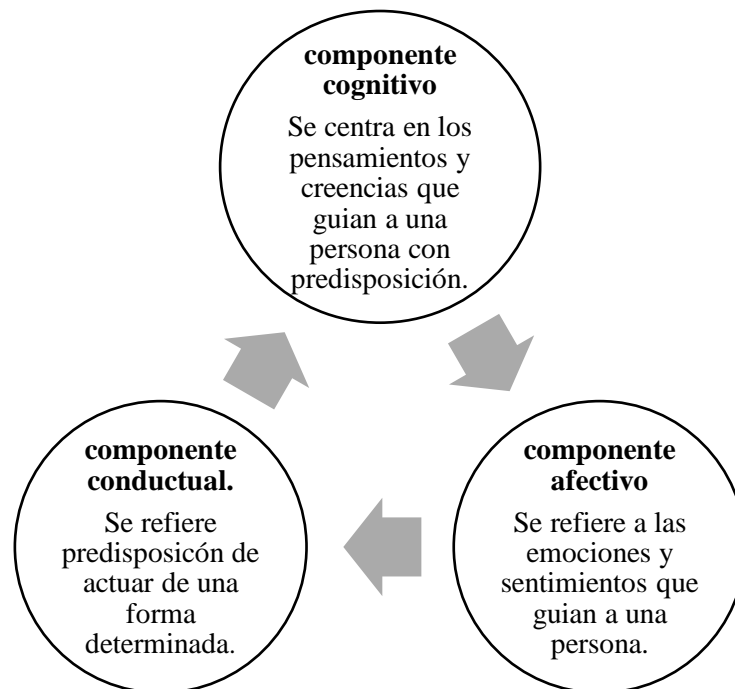
- Componente cognitivo. Hace referencia a los pensamientos y creencias que identifican a una persona y su perspectiva o predisposición ante un objeto específico, por lo que es fácil de modificar.
- Componente afectivo. Este componente se refiere a las emociones, sensaciones, afectos y sentimientos que crea el objeto en términos de agrado o desagrado, por lo que se identifica como el componente de la actitud más representativo y resistente al cambio.
- Componente conductual. Este se refiere a la predisposición, inclinación o tendencia a actuar de determinada forma o actuaciones frente al objeto, ya sea de forma verbal, no verbal o motora. Asimismo menciona que aunque la mayoría de actitudes sean aprendidas a través de la acumulación de experiencias relacionadas, ya sean traumáticas, por identificación o por imitación, no siempre van a traducirse a conductas, ya que muchos comportamientos no son el reflejo de ninguna actitud, de igual manera hace referencia a que no todas las conductas presentan la misma firmeza pues las que muestran mayor consistencia son aquellas que tienen un elevado nivel de



autoobservación, una gran necesidad de cognición y un autoconcepto independiente, por lo que no se deben generalizar.

Dados los respectivos componentes de la actitud se realiza un organizador gráfico, con la finalidad de sintetizar dicho contenido.

**Gráfica núm. 1**  
**Componentes de la actitud**



Fuente: *elaboración propia con base en Sánchez (2014), p. 95*

### **1.2.6. Enfoque conductual de la actitud.**

Castejón, González, Gilar y Miñano (2013) mencionan que el enfoque conductista de la actitud destaca el cambio o modificación de las actitudes en tres principios indispensables: el condicionamiento clásico, que destaca que las actitudes son aprendidas de manera progresiva o gradual por medio de la experiencia, por lo que hace alusión que el aprendizaje de las mismas empiezan a desarrollarse en la familia y avanza con la socialización del individuo en el proceso de crecimiento y desarrollo, lo que se da no solo en edad sino también en el área personal y social, en el que muchas personas pueden inferir. Por otro lado, el aprendizaje vicario, en el que las actitudes

se dan por observación, por lo que es posible desarrollar con mayor persistencia, tenacidad y firmeza determinadas actitudes por un modelo significativo; asimismo hace referencia a que Hyvland, Janis y Kelly describen que el condicionamiento operante presenta su aporte a la actitud como un componente de las conductas reforzadas, al demostrar la posibilidad de la formación de actitudes por medio del emparejamiento de los diferentes estímulos incondicionados con otros que antes fueron condicionados.

Mula y Navas (2013) describe que las actitudes se forman, construyen, configuran o mantienen cuando las conductas son reforzadas y de este modo se consolidan, fortalecen y refuerzan actitudes específicas con conductas también específicas, por lo que el enfoque conductista es fundamental en el desarrollo y mantenimiento de las actitudes, pues a partir de determinadas experiencias los sujetos modifican o mantienen las mismas. Por lo que como el ejemplo indica para aprender una conducta guiada por una actitud primero se necesita ser observada para que luego esta pueda ser reproducida, y con esta última se podrá disminuir la actitud al obtener resultados desagradables o por el contrario formará una persistencia al obtener resultados agradables o satisfactorios.

Beltran y Klausmeir (como se citó en Castejón, González, Gilar y Miñano 2013) mencionan que el aprendizaje o mantenimiento de las actitudes se realiza por varios procedimientos y enfoques conductuales, a través de diferentes formas y percepciones, por ejemplo, la observación o imitación desde el condicionamiento clásico que es uno de los elementos por los cuales la actitud puede ser modelada, en esta intervienen tres variables: modelo con credibilidad, modelo atractivo y posesión de similitud y el modelo con poder, ya que si el modelo es aceptado y valorado positivamente por el sujeto se derivará una respuesta positiva o satisfactoria; asimismo el reforzamiento que se establece desde el condicionamiento operante el cual indica que las actitudes son fortalecidas a través de un efecto satisfactorio, resumido como un aprendizaje de respuesta emocional ante un reforzador para la actitud.

### **1.2.7. Enfoque cognitivo de la actitud**

Mula y Navas (2013) refieren que el enfoque cognitivo hace referencia a que cuando una persona no tiene o no coincide en alguno de los elementos o componentes de la actitud, la misma persona

será quien realice las modificaciones adecuadas y necesarias para lograr una armonía y coherencia, por lo que centra o fundamenta su idea de cambio de actitudes a través de la identificación de incongruencia entre ellas y a partir de ello intenta modificar y mejorar los componentes de la misma si fuese necesario, para lo que propone diferentes formas, estrategias o técnicas, entre ellas se mencionan.

- Cambiar el o los elementos que no coinciden.
- Añadir nuevos elementos cognitivos
- Quitar importancia a los elementos que no coinciden.

Castejón, González, Gilar y Miñano (2013) mencionan que en la actitud se pueden diferenciar varias bases, causas y principios de congruencia en los diferentes fundamentos que la integran, entre ellos se encuentran.

- A. Teoría del equilibrio de Heider. Al considerar el equilibrio como un estado armonioso en el que la actitud procura identificar los elementos de una situación y sentimientos que se desprenden de ellos al encajan sin tensión.
  - B. Teoría de la congruencia de Osgood y Tannenbaun. Aunque esta se relaciona con la teoría del equilibrio de Heider se diferencia en que esta centra su principio en mantener actitudes del mismo signo o sea positivas o negativas hacia un objeto, ya que el mantener actitudes diferentes respecto a ello le resulta más complejo.
  - C. Teoría de la disonancia cognitiva de Festinger. Esta se plantea que dos elementos cognitivos pueden ser consonantes, disonantes e indiferentes, lo que puede producir incompatibilidad entre determinadas actitudes y conductas, cabe mencionar que para su eliminación existen tres modos básicos.
- Cambio de elementos disonantes. Se presenta con el cambio de uno de los elementos o cogniciones disonantes por otros más coherentes o realistas para la segunda, por ejemplo: un

estudiante que no quiere estudiar, pero si quiere ganar el año debe cambiar el primer elemento por uno más coherente o racional como: se debe estudiar para poder ganar el año escolar.

- Añadir nuevos elementos cognitivos. Se da al añadir elementos o cogniciones acordes o coherentes para integrarlas de una forma más racional y así crear armonía entre ambos, por ejemplo: siempre que un estudiante saca una mala nota en determinado curso es porque estudiar no es lo suyo, a esto se le puede agregar ideas o elementos que racionalicen su pensamiento, como: cuando un estudiante saca una mala nota no quiere decir que el estudiar no es lo suyo sino que puede deberse a diferentes aspectos como: inteligencias múltiples, integración de contenidos, actitudes, entre otros.
- Quitar la importancia de elementos disonantes. Se presenta al ignorar o suprimir su presencia o su magnitud, por ejemplo: un estudiante considera que tener una nota de 8.5 de 10 es un equivalente a ser mala estudiante, para ello se debe suprimir importancia a elementos menos importantes y construir con pensamiento más positivo como: una nota de 8.5 no puede definir a un estudiante como malo.

De la misma manera para el aprendizaje de actitudes el enfoque cognitivo resalta la importancia de las verbalizaciones, ya que la eficacia en la adquisición de la misma se presenta a través del contenido de la información, el orden de la presentación, argumentos racionales o emocionales. La adquisición y cambio de actitudes se describe como un proceso que tiene lugar en la mente, el cual inicia en la familia y se incrementa en la escuela con los compañeros y grupo general de su contexto inmediato.

Al definir terapia cognitivo conductual como una terapia de tratamiento y asistencia para la modificación y reestructuración de cogniciones y conductas desadaptadas o anómalas a través de determinadas técnicas que procuran que el individuo gestione y afronte su realidad y entorno; y así pueda crear y potenciar su desarrollo integral, esta investigación pretende relacionar la terapia cognitivo conductual y la actitud hacia el estudio la cual se define como la predisposición que tiene los individuos hacia los aspectos generales del mismo, que a su vez integra conceptos como componentes y tipos de actitud, hábitos de estudio, motivación escolar y los enfoques cognitivo-

conductual para fortalecer e integrar el marco conceptual de la investigación lo que fundamenta un panorama de aprendizajes y conceptos significativos, que permitirán el desarrollo de dicha investigación.

## II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La actitud que los adolescentes tienen hacia el estudio ha sido un tema frecuente al hablar de educación, debido a que la actitud se desarrolla como la disposición o tendencia a reaccionar a ciertos aspectos o situaciones, por lo que podría convertirse en un escalón fundamental de construcción y aporte en el adolescente al perdurar como un proceso de conocimiento, emoción y voluntad que se da hacia el estudio. Cabe resaltar que la actitud no es un aspecto genético sino más bien cognitivo que se exterioriza a través de la consciencia que da origen a una conducta denominada hábito de estudio.

Otro punto a resaltar es la consistencia que determinada actitud proporciona ante la situación, puesto que al tener componentes cognitivos, emocionales y conductuales que se presentan a través de la emoción y percepción mental determinan el actuar por motivos inconscientes, que delimitan la respuesta, percepción o reacción que el adolescente toma hacia el estudio. Se observa la importancia de transformar o cambiar ciertas actitudes que den origen a la percepción significativa aludida a conceptos, motivación, interés o predisposición inadecuada, desadaptada o equivocada hacia el estudio, ante ello se menciona que existen técnicas modificadoras o reguladoras de actitudes hacia el estudio por medio de la terapia cognitivo conductual.

En países latinoamericanos la actitud en adolescentes se ve afectada por su entorno, motivación, predisposición o interés que el mismo aplica hacia el estudio, Guatemala es uno de los países donde los adolescentes ven el estudio como una obligación y simplemente un escalón para alcanzar un fin determinado, por lo que les resulta tedioso todo lo relacionado hacia el mismo; esto puede traducirse a deserción escolar, rendimiento académico bajo, aprendizajes poco significativos, entre otros, que generan una perspectiva aún más difícil e inadecuada del mismo.

Ante la reiterada necesidad de un cambio de actitud hacia el estudio es necesario identificar intervenciones que ayuden al adolescente a mejorar dicha actitud, como una vía de desarrollo a nivel personal y educativo, a lo que se propone implementar terapia cognitivo conductual puesto

que esta podría servir como un eje modificador, de motivación y predisposición que tendrían los adolescentes para mejorar la percepción, conceptualización y comportamiento hacia el estudio, para efecto de la investigación se plantea la siguiente pregunta: ¿Cuál es la relación de la terapia cognitivo conductual y la actitud hacia el estudio en adolescentes?

## **2.1. Objetivos**

### **2.1.1. Objetivo general**

Relacionar la terapia cognitivo conductual y la actitud hacia el estudio en adolescentes.

### **2.1.2. Objetivos específicos**

- Describir la actitud general hacia el estudio en adolescentes.
- Analizar los beneficios de la actitud como una respuesta de predisposición hacia el estudio
- Identificar intervenciones de la terapia cognitivo conductual en adolescentes.

## **2.2. Variables o elementos de estudio**

- Terapia cognitivo conductual
- Actitud ante el estudio

## **2.3. Definición conceptual de variables o elementos de estudio**

Terapia cognitivo conductual

Mardomingo (2015) menciona que la terapia cognitivo conductual tienen un enfoque de modificación, reestructuración, cambio o transformación de conductas, comportamientos o costumbres irregulares, anómalas o distorsionadas; sentimientos dañinos, perjudiciales, negativos

o pesimistas, y una visión alterada o distorsionada de la realidad en un aspecto específico a través de la compensación o resolución de conflictos, al fundamentarse en la idea de que el sujeto se percibe así mismo y a su realidad, y parte de ello para razonar, reflexionar, deducir y enjuiciar lo que sucede y allí desplaza sus actos guiado por sus ideas, actitudes y convicciones ya establecidas o aprendidas desde su mismo entorno.

#### Actitud ante el estudio

Vaello (2011) define la actitud ante el estudio como una mezcla o combinación de conceptos, juicios, ideas, pensamientos, criterios, concepciones, nociones, información y emociones que forman, moldean, componen e integran la predisposición o tendencia de respuesta favorable o desfavorable a personas, grupos, tareas o ideas, lo que lo convierte en un requisito indispensable para activar cualquier proceso de enseñanza y aprendizaje, es por ello que se realiza la idea de dependencia entre la actitud y una respuesta cognitiva representada a través de ideas o pensamiento y conductas o comportamiento, pues se colocará como base para las posibles respuestas ante cualquier estímulo de su entorno.

#### **2.4. Alcances y límites**

El enfoque de esta investigación se encamina a establecer la relación entre la terapia cognitivo conductual y la actitud hacia el estudio en adolescentes, por medio de un informe monográfico en el que se describe dicha actitud, se analizan los beneficios de la actitud como una respuesta de predisposición hacia el estudio e identifican intervenciones de la terapia cognitivo conductual en adolescentes; a través de la exploración y lectura de revistas internacionales, tesis nacionales y libros con la utilización de internet como medio de búsqueda, libros físicos y libros en PDF.



## **2.5. Aporte**

La importancia de la investigación recae principalmente en el aporte que la misma tendrá primero a Guatemala con una investigación científica sobre una terapia fundamental para responder y mejorar a la actitud distorsionada en la que se encuentran los adolescentes por una inadecuada percepción o concepto hacia el estudio, lo que puede orillar a la deserción escolar, bajo rendimiento académico, aprendizajes poco significativos, entre otros.

También a la sociedad como fuente de apoyo al realizar una investigación en vía de mejorar el desarrollo de los adolescentes tanto a nivel personal, actitudinal y por ende también académico, en donde se abordará el comportamiento, hábitos de estudio como la actitud en una respuesta hacia el proceso que a cada uno les permite desarrollar correcta y significativamente.

Asimismo a la Comunidad como fuente de información e interés a temas relacionados al cambio de actitud en adolescentes, principalmente para resaltar los resultados que la terapia cognitivo conductual puede aportar al cambio o modificación de actitud, al reconocer la importancia de la misma y potenciar su mejora a través de la terapia cognitivo conductual.

Seguidamente a la Universidad Rafael Landívar, servirá como fortalecimiento en la carrea de psicología general y a las disciplinas relacionadas, ya que la actitud hacia el estudio es un tema relevante para el mantenimiento de hábitos que ayudan a que el adolescente se desarrolle correctamente y para la eliminación, reducción o control de actitudes desfavorables hacia el estudio.

Posteriormente a la facultad de humanidades como guía o antecedente para futuras investigaciones que busquen indagar y modificar actitudes en adolescentes y por último a profesionales y futuros neoprofesionales como una fuente de consulta de la terapia cognitivo conductual en el cambio de

actitudes hacia el estudio en adolescentes, al abrir un nuevo panorama del uso de las terapia para modificar determinados aspectos para el desarrollo favorable del desempeño personal y escolar.

### **III. MATERIA Y MÉTODO**

#### **3.1. Sujetos**

El estudio se realizó por medio de una investigación y recopilación de datos e información científica y bibliográfica de literatura investigada a través de documentos del año 2010 hasta el 2020, cabe mencionar que la cantidad total de sujetos identificados en las diferentes fuentes de investigación recopiladas y referidas en el presente estudio es de 4,148 adolescentes, estudiantes de establecimientos públicos y privados, quienes pertenecen a países de España, Puerto Rico, Nicaragua, El Salvador y Guatemala, de este último se especifican los departamentos de Sacatepéquez, Guatemala y Quetzaltenango.

#### **3.2. Procedimiento**

- Selección de temas: a partir de las apreciaciones e ideas de interés presentadas por el investigador para así orientar y centrar las mismas en una misma vía.
- Realización y aprobación de uno de los sumarios enviados a revisión: de los mismos se eligió uno para el desarrollo de la misma.
- Aprobación del tema de investigación: para luego proceder a la realización del perfil de investigación.
- Investigación de antecedentes: a través de la exploración en revistas internacionales y tesis nacionales, con la utilización del internet como medio de búsqueda.
- Elaboración del índice: por medio de la búsqueda de subtemas para fundamentar e integrar las dos variables de investigación.

- Realización de marco teórico: a través de la exploración y lectura de libros con la utilización de internet, libros físicos y libros en PDF, para ambas variables de estudio.
- Planteamiento del problema: dirigido según la problemática observada en el contexto determinado de la investigación y el marco teórico.
- Elaboración de material y método: por medio de la investigación científica de literatura que permite la operacionalización de variables y objetivos planteados; delimitación de los sujetos, tipo de investigación, diseño y metodología monográfica.
- Análisis de resultados: búsqueda y recopilación de la literatura necesaria para los procesos de la investigación monográfica.
- Discusión: como una síntesis y confrontación de la teoría de antecedentes y marco teórico con el fin de responder los objetivos de la investigación.
- Conclusiones: al responder a los objetivos planteados dentro de la investigación.
- Referencias: de todas las citas o menciones del trabajo de investigación por medio de los lineamientos de normas APA.
- Realización del resumen: por medio de una síntesis de la realización de la investigación.

### **3.3. Tipo de investigación, diseño y metodología**

Esta investigación es de tipo exploratoria, con un diseño de revisión sistemática, enfoque descriptivo y con una temporalidad de 10 años.

Trespalacios, Vázquez, De la Ballina y Suárez (2016) mencionan que la investigación exploratoria tiene como objetivo principal especificar en grado mayor o ampliar el conocimiento de

determinado objeto de estudio, pues este tipo de investigación es utilizado muchas veces como la primera aproximación a la realidad y análisis que permite comprender características específicas del estudio; de la misma manera refieren que el uso de esta metodología de estudio permite definir mejor los conceptos empleados y así poder concretar los objetivos de investigación e hipótesis empleadas; sin embargo en estos no se emplean grandes cantidades de personas o hipótesis para comparar estadísticamente sino más bien para un estudio exploratorio que da a conocer la realidad y de esta manera aplicar con más aval o respaldo los métodos de investigación descriptiva.

Pai *et.al.* (como se citó en, Cardona, Higueta y Ríos 2016) explican que la revisión sistemática es un proceso que se caracteriza por la identificación y evaluación sistemática de varios estudios referidos al mismo tipo y objeto; por lo que se trata de una búsqueda exhaustiva de literatura en la que se debe incluir y excluir estudios que correspondan al objetivo de investigación con base en los criterios determinados al evaluar sesgos y calidad de la investigación; lo que permite al investigador reproducir el proceso al constituir a través del método científico un resumen literario que parte de un protocolo específico que delimita los estudios que se incluirán en el mismo.

Hernández, Fernández y Baptista (2014) refieren que los estudios descriptivos tienen como característica principal buscar, identificar, detallar y describir propiedades y características relevantes de fenómenos o aspectos que se desean conocer, cabe mencionar que estos se realizan, analizan y describen bajo una tendencia de grupo, al determinar personas, grupos, comunidades, procesos, ente otros, como sujetos de análisis. Por otro lado se describe que este estudio pretende medir y recoger información de manera individual o conjunta sobre variables de estudio, por lo que su aplicación es importante para descubrir y prefigurar y así mostrar con precisión las diferentes dimensiones de los objetos de estudio.

- Temporalidad: para efecto de la investigación se utilizó una temporalidad de 10 años, específicamente del año 2010 al 2020.

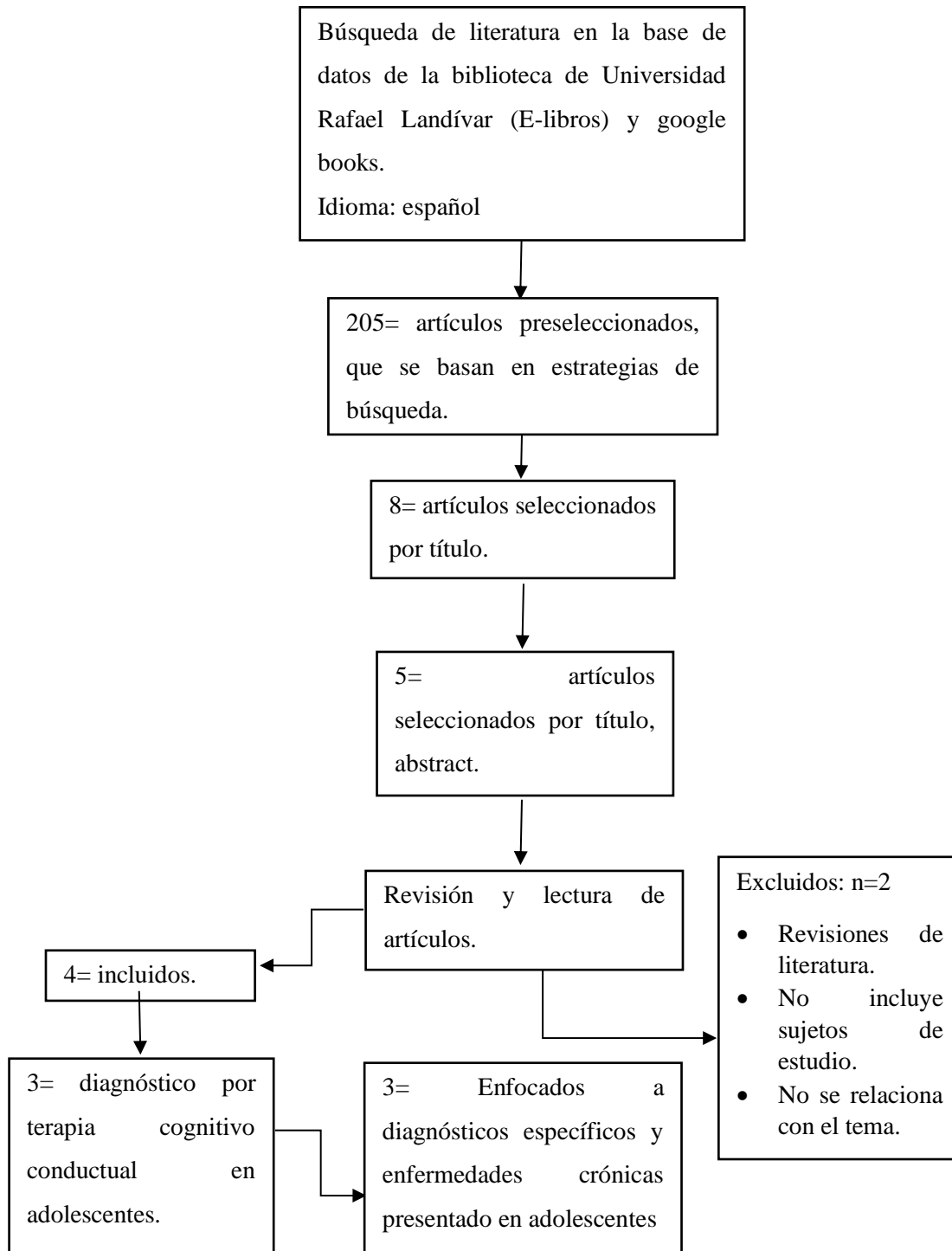
- Documentos: para efecto de la investigación se utilizaron tesis, artículos de origen nacional e internacional, con características científicas que responden a la naturaleza de los objetivos de investigación.

## IV. ANÁLISIS DE RESULTADOS

Figura núm. 1

### Ruta de investigación de los documentos

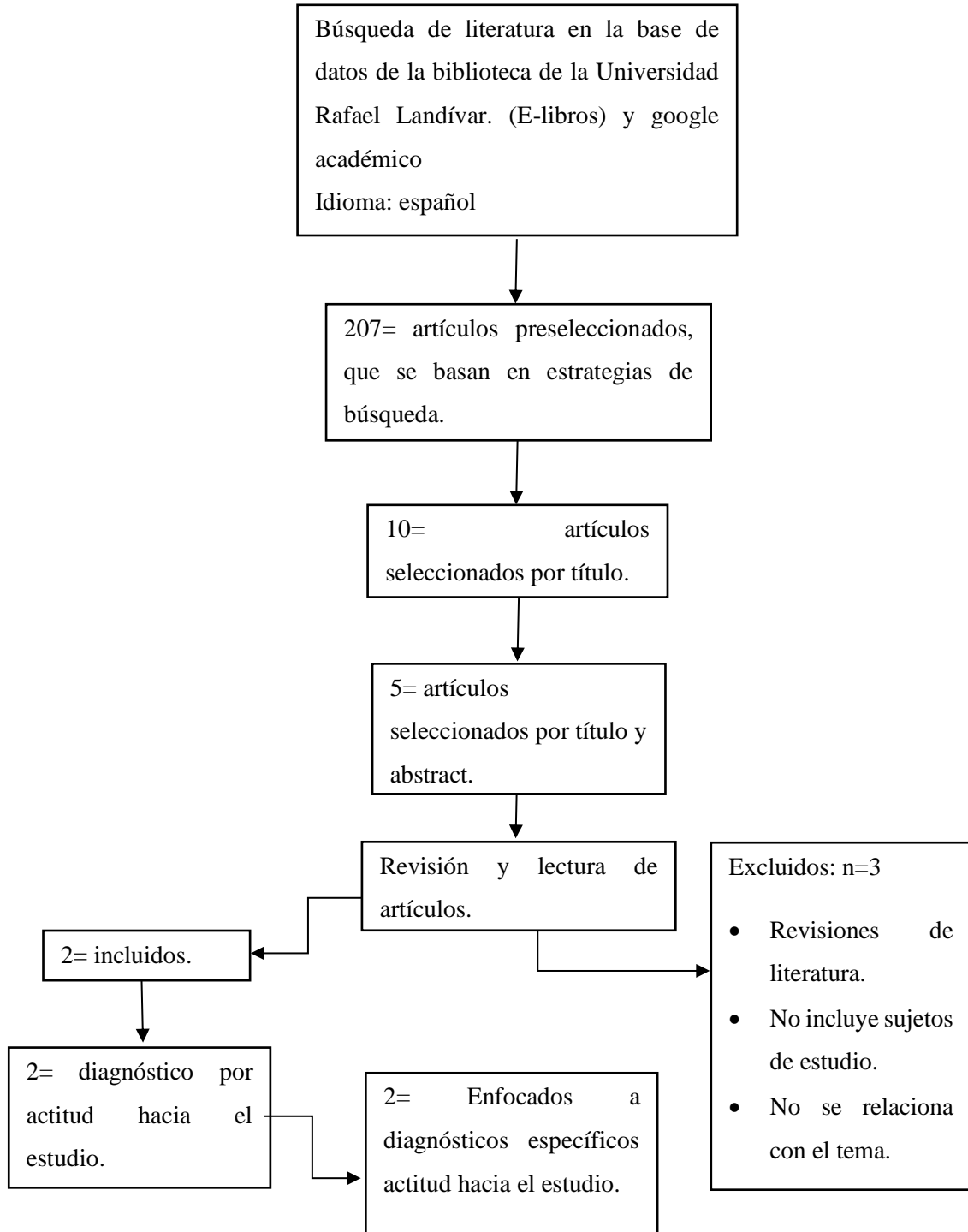
#### Variable: terapia cognitivo conductual



**Figura núm. 2**

**Ruta de investigación de los documentos**

**Variable: actitud hacia el estudio**





## V. DISCUSIÓN

La terapia cognitivo conductual se centra en la vinculación de cogniciones representadas por medio de ideas, creencias, imágenes asociadas, expectativas, perspectivas, entre otras, que juegan un papel fundamental en la creación de esquemas mentales, patrones y conductas adecuadas e inadecuadas; por otro lado la actitud hacia el estudio es una respuesta o tendencia para reaccionar ante determinados aspectos relacionados hacia el mismo, pues con esta se crea o forma una realidad y relación que el adolescente adopta sobre el mundo material y contexto; el objetivo principal de este estudio monográfico es relacionar la terapia cognitivo conductual y la actitud hacia el estudio en adolescentes. Para ello se cita algunos autores que aportan conocimientos y evidencia de estudio sobre ambas variables.

Ruiz, Díaz y Villalobos (2012) mencionan que la terapia cognitivo conductual posee una intervención integral, científica y experimental que se dirige y centra en la modificación o reestructuración de áreas cognitivas, conductuales, emocionales y fisiológicas, por lo que su tratamiento es considerado activo al colocar al individuo como responsable de la creación y modificación de sus ideas, actos, hábitos y prácticas; asimismo Barradas (2014) indica que la terapia cognitivo conductual centra su intervención en la estructuración y modificación de pensamientos negativos, actitudes desadaptativas y conductas disfuncionales, asociadas a situaciones específicas, a la vez refiere que dicha terapia posee eficacia en el tratamiento de adolescentes.

Por otro lado Lacosta (2012) refiere que la actitud no se establece únicamente a partir de la formación o constancia de conductas y hábitos que se pueden crear a partir de las mismas sino también en la motivación que esta puede generar a partir de sus dimensiones o áreas. Tal como la cognitiva que hace alusión a las ideas y creencias en el individuo, emocionales la cual es representada a partir de las emociones y sentimientos dirigidas hacia la situación objeto, y por último el componente de acción en el que se encuentra la tendencia de accionar o responder. Es por ello que la relación ente la terapia cognitivo conductual y la actitud puede surgir a través de la

intervención, modificación o reestructuración que dicha terapia puede aportar en los tres componentes de la actitud.

Del mismo modo se da lugar a la relación existente entre los componentes de la actitud y los enfoques de la terapia cognitivo conductual, pues tal y como lo indican Castejón, Gilar y Miñano (2013) la actitud posee enfoques y conductuales ya que el primero se centra en la base, causa o principio que la fundamenta, al considerar el estado de equilibrio, coherencia y compatibilidad que debe existir entre elementos cognitivos para dar una respuesta o predisposición sin tensión o disonancia en las actitudes y conductas. Al mismo tiempo describe la relación entre el enfoque conductual y la actitud al destacar que las actitudes son aprendidas de manera progresiva a través de la experiencia, lo que implica un condicionamiento clásico; del mismo modo describen que la actitud es reforzada a través de conductas y emparejamiento de estímulos lo que hace alusión al condicionamiento operante.

Lo que de cierto modo da lugar a la relación entre los componentes de la actitud referidos por Lacosta (2012) cognitivos, emocionales y conductuales con los enfoques mencionados por Castejón, Gilar y Miñano (2013) quienes dividen estos tres en dos áreas; la relación se observa en que el segundo autor ubica en el enfoque cognitivo los componentes emocionales y cognitivos, y en el enfoque conductual ubica el de acción o de conducta.

Asimismo Sánchez (2014) refiere que la actitud es un fenómeno mental organizado, duradero y estable en el cual intervienen juicios evaluativos fundamentados en creencias que se dirigen y potencian una conducta predisposicionada hacia determinado objeto social, por lo que cada una es interna en cada individuo; a lo que Sampascual (como se citó en Castejón, Gilar y Miñano 2013) expone que la actitud es una tendencia de reacción ante determinada situación, lo cual interviene en el desarrollo personal y social, que se expresa por medio de una condición o inclinación a algunas acciones que se eligen a través de una predisposición para el proceso de enseñanza aprendizaje; Ante ello Ruíz, Díaz y Villalobos (2012) expresa que si bien es cierto cada individuo es responsable no solo de sus propias cogniciones sino también del desarrollo conductual que se

originen de las mismas, lo cual es integrado en las intervenciones de la terapia cognitivo conductual. Al plasmarlas como hábitos, rutinas y prácticas. Por lo que dicha terapia puede significar una intervención funcional pues abarca ambas áreas de desarrollo en el individuo al destacar que la cognición es la base de la conducta. Por lo tanto se resalta la relación que existe entre ambas pues la actitud se desarrolla a través de las cogniciones que dan lugar a una conducta, a lo que la terapia cognitivo conductual da respuesta a través de la intervención.

Dada la relación entre terapia cognitivo conductual y la actitud hacia el estudio es importante hacer referencia a la eficacia que dicha terapia tiene en adolescentes.

Pues tal y como menciona Mardomingo (2015) la aplicación de la terapia cognitivo conductual es eficaz en el abordaje de niños y adolescentes pues el mismo es fundamentado en la identificación de sentimientos, percepciones y síntomas que se originan a partir de un acontecimiento, lo cual deja integrar estrategias para establecer una perspectiva realista de la situación. Con lo que Monterroso (2016) concuerda, pues en la tesis Terapia cognitivo-conductual y sociabilidad, en alumnos de cuarto bachillerato, donde el objetivo fue identificar la influencia de la terapia cognitivo-conductual en el desenvolvimiento de habilidades sociales de adolescentes comprendidos entre edades de 14 y 16 años; concluye que la terapia cognitivo conductual influye efectivamente en el desenvolvimiento de la sociabilidad de adolescentes.

Lo que concuerda con Spirito, Esposito-Smythers, Wolff y Uhl (como se citó en Barlow 2018) pues refieren que la terapia cognitivo conductual resulta efectiva en modalidad individual y grupal, con y sin la participación de los padres, ya que se encuentra establecida en la mayor parte de participantes, por lo que disminuye ideas suicidas e influye en el tratamiento de depresión en adolescentes.

Por lo que se encuentra una estrecha relación entre la terapia cognitivo conductual y la actitud hacia el estudio en adolescentes, cabe mencionar que la misma inicia desde la composición cognitiva, y

sigue con la composición emocional y conductual que da lugar a una acción determinada; de la misma manera se destaca como estos no solo se crean e integran a través de los enfoques de dicha terapia, sino también el refuerzo o modificación que puede surgir a través de ellos como una línea de acción individual pues la misma es percibida de una manera diferente por cada uno de los adolescentes; por lo que hace énfasis en la vinculación del pensamiento y conducta del individuo y así dar respuesta ante determinada situación, objeto o contexto. Asimismo existe evidencia que comprueba la eficacia de dicha terapia en adolescentes.

Para describir la actitud general hacia el estudio en adolescentes desde una revisión documental de bibliografía y evidencia se citan varios autores, entre ellos se encuentran Tóala *et.al.* (2019) quienes mencionan que la actitud es la formación y relación de la realidad que el individuo hace desde el inicio de su vida, la cual se establece a partir de su contexto y determina la actitud ante él mismo y los demás, lo que genera la realización de actividades en las diferentes áreas de desarrollo. Lo que concuerda con la descripción de Sampascual (como se citó en Castejón González, Gilar y Miñano 2013) quien indica que la actitud es una predisposición referida de acuerdo a una situación que se refleja como condición, posición o postura para el aprendizaje y para desenvolverse en áreas de desarrollo personal y social, pues dan lugar a la activación, dirección y consistencia de determinada conducta.

De la misma manera se debe considerar que existen diversos tipos de actitud, por lo que se confrontan diferentes autores. Ríos y Alarcón (2014) describen que durante el desarrollo de vida el individuo presenta actitudes con las que pretende desarrollarse y resolver situaciones, para ello hace alusión a dos tipos de actitudes, una de ellas es la actitud positiva la cual refiere equilibrio para entender y decidir con búsqueda de soluciones y resolver de mejor manera las situaciones; del mismo modo refiere la actitud negativa la cual se caracteriza por ciertas dificultades u obstáculos que de cierto modo pueden cerrar el paso para determinadas soluciones.

Desde otra perspectiva Rogers (cómo se citó en De Diego 2015) refiere que en los individuos existen dos tipos de actitud con lo que las que pretenden responder hacia diferentes aspectos y

objetos, pues con ellos se crea predisposición que dificulta o favorece diferentes procesos; entre ellas se encuentra la actitud barrera la cual se define como actitudes de defensa, evaluación, neutralidad y superioridad; por otro lado las actitudes de cause las cuales hacen referencia a las actitudes de apoyo o ayuda para la orientación, espontaneidad y comprensión.

A lo que Valero (2012) indica que la actitud puede dividirse según sus enfoques y de acuerdo a la actividad que se realice en dos tipos específicos; la primera es la actitud positiva, la cual se refiere a una actitud abierta para el intercambio y discusión favorable en vía de un progreso, al asumir actitudes de posición activa y constructiva; por otro lado menciona la actitud negativa que se caracteriza por ideas, pensamientos y comportamientos cerrados que no dan paso al seguimiento ni al cambio, lo que de cierta manera crea tensión y conflicto. Por lo que al realizar un análisis se concluye que aunque los autores establecen diferentes tipos de actitud los tres concuerdan que independientemente de la que adopte o presente el individuo ante determinada situación, tendrá una respuesta cognitiva, emocional y conductual que favorezca o dificulte determinado desarrollo a nivel personal y social.

Dada la descripción de la actitud es importante hacer énfasis en el impacto que determinadas actitudes pueden tener en los adolescentes, pues tal y como lo indica Ruiz (2015) la actitud positiva es determinante para las actividades que se realizan, ya que esta será la que influya en el individuo en forma de motivación y con ello crear o presentar actitudes positivas; por el contrario si presenta actitudes negativas las consecuencias pueden ser adversas; con lo que Valero (2012) concuerda pues destaca que la eficacia, eficiencia y productividad de las actividades se crea partir de una actitud positiva, activa y constructiva que corresponda a la realidad inmediata, al propiciar mejoras, cambios o aceptación a través de la misma, para un progreso general.

Ante ello cabe mencionar estudios antecedentes que dan lugar a la contextualización de las actitudes que los adolescentes presentan; Escobedo (2014) en la tesis titulada Actitud de los estudiantes del ciclo de educación básica hacia las pruebas objetivas por los profesores, en donde el objetivo fue investigar la actitud que tienen o presentan los estudiantes de centros educativos

privados del ciclo de educación básica ubicados en el sector de Guatemala Oriente hacia las pruebas objetivas utilizadas por sus profesores; con una muestra de 1,151 estudiantes entre 13 y 17 años; se concluye que la actitud de los estudiantes hacia las pruebas objetivas utilizadas por sus profesores es negativa. Por otro lado Samayoa (2014) en la tesis titulada Actitud de los estudiantes de octavo grado del colegio Capouilliez ante el curso de Ciencias Sociales, en donde el objetivo fue determinar la actitud de los estudiantes del octavo grado, del colegio Capouilliez, ante el aprendizaje del curso de Ciencias Sociales; la muestra utilizada fue de 172 estudiantes del octavo grado del nivel básico, entre las edades de 14 y 15 años, se concluyó que la actitud de la mayoría de los estudiantes de Ciencias sociales era favorables.

Por lo que se describe la actitud general hacia el estudio en adolescentes como una construcción individual y subjetiva de creencias, ideas y percepciones de la realidad a través del contexto, en la que interfieren aspectos sociales e históricos que se plasman como respuesta, predisposición o postura en las diferentes áreas de desarrollo, y se reflejan como la tendencia de reacción ante determinadas situaciones; de la misma manera se explica que existen diferentes tipos de actitud que dan lugar a determinadas respuesta, que tal y como se indican pueden ser perjudiciales o de provecho en las diferentes actividades que se realizan.

Al analizar los beneficios de la actitud como una respuesta de predisposición hacia el estudio, se deben considerar en primer lugar algunas conceptualizaciones, la primera de ellas es el aprendizaje, pues todos los aspectos del estudio giran alrededor del mismo. Navarro y Martín (2018) hacen referencia que el aprendizaje desde el enfoque cognitivo utiliza los conocimientos y habilidades previas para procesar información nueva, por lo que integra el reconocimiento de estrategias útiles para relacionar grandes cantidades de información y datos que se presentan para el aprendizaje; y desde el enfoque conductual como la adquisición de información y conocimientos en habilidades, hábitos, actitudes y creencias que implican un cambio en las áreas de experiencia del individuo.

Por otro lado se conceptualiza la actitud, para ello se hace menciona a Sánchez (2014) quien indica que la actitud es un fenómeno mental duradero y estable que da lugar a determinadas acciones

evaluativas, asimismo identifica tres componentes específicos: cognitivo, efectivo y conductual, lo que McDavid (como se citó en Zapata 2017) valida, al indicar que la actitud no puede ser observada como tal, pero si se observan los efectos y consecuencias que las mismas proporcionan, pues estas dan origen a acciones conductuales, al hacer énfasis que la misma posee tres componentes específicos: núcleo cognitivo, valores afectivos y por último las tendencias de acción.

Lo que Lacosta (2012) también refiere al describir que la actitud se integra por tres componentes: cognitivo, emocional y de tendencia a la acción, por lo que posee una cualidad direccional al presentarse no solo con manifestaciones conductuales y rutinas, como hábitos y costumbres; sino también como un eje motivacional. Con lo que Ruiz (2015) concuerda al describir que la actitud es un eje fundamental para los estudiantes pues esta actúa como motivador para la creación de una actitud positiva y optimista; pero que a su vez puede convertirse en destructora si la actitud es negativa, al estimular o promover el alcance de objetivos en los estudiantes; por lo que mantener una actitud positiva es determinante.

Ante ello cabe referir que UNID (2016) refiere que la motivación es un estado interno que activa, dirige y mantiene determinada conducta, asimismo indica que la motivación escolar promueve el aprendizaje al impulsar la acción de aprender, conocer y saber. Por otro lado Borkowki y Kurtz (como se citó en Carrasco y Javaloyes 2016) refieren que la motivación se relaciona con la manera con la que el individuo se ve así mismo frente a las exigencias escolares, educativas de aprendizaje y experiencia, lo que de cierto modo el estudiante examina y a través de ello reflexiona en el fracaso escolar al considerarse capaz o no de desarrollarse adecuadamente.

A lo que cabe mencionar que existen antecedentes científicos que analizan como la actitud se manifiesta en adolescentes, pues Jiménez y Flores (2017) en el artículo titulado Actitudes hacia las matemáticas: un estudio en una escuela rural de la Costa Caribe Sur de Nicaragua; en donde el objetivo principal de la investigación fue analizar las actitudes hacia las matemáticas del estudiantado de educación secundaria procedente de una escuela rural de la costa del Caribe Sur

de Nicaragua; la muestra utilizada fue de 60 estudiantes, los resultados reflejaron una actitud globalmente favorable.

De la misma manera Quesada (2015) en la tesis titulada Actitud de los alumnos de primero y tercero básico del Colegio Capouilliez ante la implementación del programa el líder en mí; donde el objetivo general fue determinar la actitud de los alumnos de primero y tercero básico del colegio Capouilliez ante la implementación del programa El líder en mí; la muestra utilizada fue de 325 estudiantes, entre las edades de 13 y 16 años; los resultados concluyeron que la actitud hacia la implementación del programa es desfavorable.

En el mismo orden de ideas Lacosta (2012) indica que la actitud puede presentarse como un hábito de estudio, lo que Navarro y Martín (2018) avalan, al explicar que a través de hábitos y actitudes el estudiante desarrolla y adopta una percepción, práctica y experticia para el aprendizaje, por lo que la adquisición y mantenimiento de la actitud dentro de los hábitos de estudio es necesaria y funcional para el desempeño de procesos como: puntualidad, limpieza, uso y manejo de herramientas y técnicas para el entorno escolar y doméstico.

A lo que Hernández y López (2010) refieren que los actos, actitudes y hábitos tienen una relación bidireccional, pues la actitud hacia el estudio es entendida como la disposición que las personas tienen para estudiar, lo que de repetirse en varias ocasiones se convierte en una disposición exterior de estudiar que se plasma por medio de actos que de cierto modo configuran la manera de ser de una persona.

Asimismo Ruiz (2015) describe que los estudiantes atraviesan diferentes sucesos de tranquilidad en los que realizan tareas en un estado de equilibrio, pero estos también pueden verse afectados al enfrentar estrés, angustia, saturación de tareas, entre otros que pueden dar lugar a afectar los componentes emocionales en el estudiante, lo que provocará un desequilibrio emocional que afectará la actitud, es por ello que es importante integrar hábitos de estudio específicos que den



lugar a una actitud adecuada, entre ellos se puede mencionar: ambiente de estudio adecuado, mantener la atención, motivación, planificación de tiempo y tareas.

Al analizar los beneficios de la actitud como una respuesta de predisposición hacia el estudio, se puede observar que la actitud interfiere en dichos procesos como un fenómeno mental no observable como tal pero sí a través de los efectos que produce a manera de conductas; y como dichas actitudes se componen de tres ejes que también dan lugar a una predisposición desde la cognición que establece una emoción o sentimiento y como estos dan lugar a una acción; por otro lado, pero en la misma dirección se observa como la actitud integrada por dichos componentes se convierte en un motivador que impulsa y promueve la tendencia de acción para el estudio, lo que puede resultar favorable o adverso para los estudiantes, pues al tener una actitud positiva promueve la acción de aprender mientras que con una actitud negativa puede considerar el fracaso escolar; de la misma manera se observa la consistencia de dicha actitud que se convierte en un hábito al adoptar una percepción a través de la práctica y experiencia para crear una disposición ante determinadas acciones para el aprendizaje o aspectos generales del estudio.

Con respecto a identificar intervenciones de la terapia cognitivo conductual en adolescentes Ruiz, Díaz y Villalobos (2012) refieren que la terapia cognitivo conductual interviene en el desarrollo cognitivo, al indicar que las mismas se integran y dan lugar a una respuesta conductual, por lo que pretende y procura una modificación en los mismos. Con lo que González *et.al.* (2013) coinciden pues consideran que la terapia cognitiva conductual tiene una intervención efectiva para la modificación y creación de nuevas maneras de pensar y comportarse al reconocer y potenciar un cambio para una forma de vida balanceada y saludable que potencia el desarrollo general.

Asimismo Jarne y Talarn (2015) refiere que existe evidencia que hace considerar que la terapia cognitiva conductual presenta una modalidad de apoyo empírico y eficaz en una serie de trastornos psicopatológicos, a la vez hace referencia a que APA reconoce que la intervención psicoterapéutica no solo incrementa cambios positivos con la finalidad de la intervención sino también la perdurabilidad que genera en dichos cambios; y con ello reduce las consultas médicas y consumo

de fármacos. Con lo que Escobar y Uribe (2014) concuerdan al describir que la terapia cognitiva conductual es un tratamiento de tipo no farmacológico de primera elección, en trastornos psicológicos y problemas de salud, en las diferentes etapas del ciclo del desarrollo de los individuos, por su eficacia en los diferentes trastornos emocionales y de ansiedad, al destacar su intervención de trastornos de desarrollo como autismos y retardo mental, intervención en refugiados, trastornos de: conducta, estrés postraumático, personalidad, somatomorfos y esquizofrenia; a la vez indican otros trastornos afectivos de depresión, trastornos de abuso y alcoholismo.

De la misma manera Caballero y Gálvez (2019) describen que la aplicación de la terapia cognitiva conductual es fundamental para la aceptación de diagnósticos, cambios de estilo de vida, participación activa, ente otros; pues juega un papel indispensable al brindar un tratamiento integral, lo que demuestra una mejora de funciones cognitivas que reducen síntomas psicológicos como ansiedad, depresión y otros; a la vez demuestra mejora en niveles físicos como fatiga y dolor; cabe mencionar también que para estas aplicaciones implican el cambio conductual familiar y social no solo para el consumo de medicamentos sino también aspectos emocionales que algunos pacientes perciben desde un diagnóstico.

Identificadas las intervenciones de la terapia cognitivo conductual y la eficacia que la misma representa en áreas cognitivas y conductuales, es importante hacer referencia a estudios y antecedentes que demuestren intervención de dicha terapia en adolescentes.

De León (2016) en la tesis titulada Terapia cognitivo conductual como método para aumentar la asertividad, en adolescentes provenientes de familias desintegradas, en donde el objetivo fue determinar si la terapia cognitivo conductual es efectiva para aumentar la asertividad en adolescentes provenientes de familias desintegradas, de San Antonio Aguas Calientes, Sacatepéquez, Guatemala; la muestra utilizada fue de 15 sujetos adolescentes comprendidos entre las edad de 15 a 17 años de edad. Dados los resultados se concluye que existe una diferencia

estadísticamente significativa en la asertividad en adolescentes provenientes de familias desintegradas, antes y después de aplicar 8 sesiones de terapia cognitivo conductual.

De la misma manera Mardomingo (2015) menciona que la aplicación de la terapia cognitivo conductual presenta la oportunidad de expresar sentimientos, percepciones y sintomatologías a partir de ciertos acontecimientos para el abordaje de medidas y estrategias que permiten establecer aspectos a adoptar para formar una percepción más realista, objetiva y duradera ante determinadas condiciones, trastornos o problemas de comportamiento; por lo que muestra ser eficaz en niños y adolescentes.

Por lo que se identifican intervenciones de la terapia cognitivo conductual en trastornos psicológicos y de salud como: trastornos emocionales, de ansiedad, depresión, de personalidad, somatomorfos, de conducta, entre otros, como también en la modificación de áreas cognitivas, emocionales, conductuales y fisiológicas; de la misma manera tienen intervención efectiva en trastornos de desarrollo, trastornos de abuso y alcoholismo; al reducir sintomatología y mejorar tanto a nivel psicológico como también físico, al centrar el tratamiento en ayudar a los pacientes a entender y relacionar pensamientos y conductas, para generar el cambio de sentimientos y patrones mal adaptados a partir de intervenciones en las diferentes etapas del ciclo vital.

Identificadas las intervenciones generales de la terapia cognitivo conductual en adolescentes se procede a especificar y detallar algunas intervenciones que dicha terapia puede tener en la educación y la actitud, pues tal y como lo indica Woolfok (2010) el aprendizaje se adquiere a través de condicionamiento clásico ya que establece conexiones con determinado estímulo y respuesta condicionada o incondicionada; a la vez se ve involucrado en el mismo el condicionamiento operante con el cual el individuo aprende a comportarse de acuerdo a su entorno y ambiente. De igual manera Navarro y Martín (2018) mencionan que dicho proceso se ve integrado por aprendizaje inductivo o por descubrimiento de Bruner y el aprendizaje deductivo o significativo de Ausbel.

Asimismo dicha terapia interviene en la actitud pues Valero (2012) explica que la actitud puede dividirse o presentarse de manera positiva y negativa, la segunda de ellas se caracteriza por generar ideas, pensamientos y comportamientos cerrados y resistentes al cambio, que en ocasiones pueden presentarse de manera rígida e inflexible que limita el cambio o seguimiento ante alguna situación, por lo que este puede ser un obstáculo ante determinada área de desarrollo. Cabe mencionar que dichos pensamientos pueden ser modificados a través de una reestructuración cognitiva la cual es definida por Ruiz, Díaz y Villalobos (2012) como una técnica que tal y como su nombre lo indica pretende reestructurar y modificar cogniciones de significado personal.

Del mismo modo Ruiz (2015) indica que la actitud puede verse afectada específicamente en su componente emocional cuando determinados sucesos o episodios de tranquilidad se combinen con estrés, angustia y saturación de tareas, ante ello cabe mencionar que algunas técnica efectiva para disminuir estos episodios son inoculación del estrés y regulación emocional, la primera de ellas es definida por Barraca (2014) quien la define como una técnica de afrontamiento que ayuda a autorregularse, calmarse, organizarse, tomar decisiones, entre otros, tras una situación estresante, para ello se divide en tres fases: la primera la fase de conceptualización, segunda: adquisición y ensayo de habilidades y estrategias (cognitivas, control emocional, conductual y de afrontamiento) y por último la fase de aplicación de inoculación. Asimismo Ruíz, Díaz y Villalobos (2012) definen la segunda como la adquisición de habilidad para expresar y controlar su estado emocional a partir del reconocimiento, discriminación, aceptación y control de dicho estado a partir de recursos que modulen la intensidad y así poder poner en marcha la conducta objetivo.

Asimismo Navarro y Martín (2018) refieren que es importante adquirir y mantener determinada actitud pues estas fundamentan e incorporan hábitos necesarios y funcionales en el desempeño de actividades como puntualidad, orden, limpieza, entre otros. Lo que concuerda con Ruiz (2015) quien menciona que existen hábitos de estudio que interactúan con la actitud tales como: condiciones de ambiente de estudio, planificación de tiempo y tareas, entre otros, los cuales podrían mantenerse y potenciarse con economía de fichas y encadenamiento de conductas, Barraca (2014) menciona que la primer técnica puede utilizarse para el incremento de conductas deseables como también para la disminución de aquellas desagradables y consiste en la administración de un

reforzador condicionado de forma contingente con la aparición de determinada conducta previamente establecida; la segunda puede utilizarse para enlazar y combinar conductas sencillas para llegar y formar una más compleja a través de eslabones que sirven como estímulo discriminativo de la siguiente respuesta, hasta conseguir la conducta meta.

Del mismo modo Navas y Mula (2013) la actitud se forma, construye, configura y mantiene cuando las conductas son reforzadas y aprendidas a través de una conducta guiada, por lo que al principio debe ser observada. Con lo que Navarro y Martín (2018) concuerdan al mencionar que el aprendizaje se produce por imitación y modelado y a la vez describe que existen factores cognitivos, entorno escolar, familiar y conductual que interactúan entre sí para motivar e incentivar su rendimiento y actitud. Lo que puede contrarrestarse con el modelado, lo cual Ruiz, Díaz y Villalobos (2012) detallan como una técnica que implica: atención, retención y repetición a través de tres pasos específicos: exposición, adquisición y aceptación/ejecución de la conducta.

Dadas las posibles intervenciones a través de técnicas de la terapia cognitivo conductual para estructurar o modificar determinadas actitudes y sus diferentes componentes se demuestra la eficacia que dicha intervención puede tener en adolescentes.

Pues Barradas (2014) refiere que la terapia cognitivo conductual muestra eficacia en el tratamiento de adolescentes pues esta centra su intervención en la estructuración y modificación de pensamientos negativos, actitudes desadaptativas y conductas disfuncionales, asociadas a situaciones específicas.

De la misma manera Padilla (2014) en el artículo titulado Tratamiento cognitivo conductual de un adolescente con trastorno de ansiedad generalizada, comenta que la intervención en el caso de un adolescente de 12 años de edad con trastorno de ansiedad generalizada, en donde el objetivo fue analizar los efectos de la aplicación del tratamiento cognitivo-conductual dirigido a reducir el número de preocupaciones, disminuir la activación psicofisiológica y reducir las respuestas de escape. Conforme a los resultados se concluyó que existe mejoría en relación a las preocupaciones del paciente y a su nivel de activación psicofisiológica, y la eliminación de las respuestas de escape.

Al identificar intervenciones de la terapia cognitivo conductual en la educación deja observar la importancia que dichos enfoques tienen en los diferentes procesos a través del condicionamiento clásico y operante, aprendizaje inductivo y deductivo; por otro lado deja ver como dicha terapia puede intervenir con determinadas técnicas para modificar aspectos o factores como: ideas o pensamientos cerrados, episodios de estrés o angustia, hábitos de orden, limpieza y horarios, entre otros que generan actitudes inadecuadas, las cuales se pretenden modificar o cambiar por unas más adecuadas y funcionales en los estudiantes.

Dada la confrontación de las diferentes conceptualizaciones se realiza un análisis e interpretación más extensa con base a literatura científica abordada desde libros, tesis y artículos se relaciona la terapia cognitivo conductual y la actitud hacia el estudio desde la composición de esta última y el refuerzo para el cambio o mantenimiento dada por los enfoques de dicha terapia; a la vez se describe la actitud general hacia el estudio en adolescentes como una construcción individual y subjetiva de ideas a través de la realidad y contexto de cada individuo, integrada por tres componentes específicos, cognitivo, emocional y de acción; asimismo se analizan los beneficios de la actitud como una respuesta o predisposición hacia el estudio, al ser tomadas como ejes motivadores y hábitos que promueven y establecen prácticas específicas hacia el estudio.

Por último identifica que las intervenciones de la terapia cognitivo conductual en adolescentes son funcionales y efectivas; por lo que su integración puede llegar a tener incidencia en la funcionalidad y efectividad en adolescentes que requieran modificación de actitudes hacia el estudio, es por ello que también se identifican áreas en las que dicha terapia puede intervenir no solo en la formación de determinados procesos del estudio sino también como algunas técnicas pueden ser funcionales para modificar y potenciar ciertos cambios para la actitud hacia el estudio en los adolescentes, pues con ellas generarán cambios estables y perdurables que guiarán un desarrollo integral, saludable y funcional a nivel personal, educativo y social.

## VI. CONCLUSIONES

- La terapia cognitivo conductual y la actitud hacia el estudio se relacionan a través de sus componentes y enfoques, ya que dicha actitud está conformada por una cognición que da origen a un sentimiento, que a su vez crea una conducta a manera de predisposición; lo que deja ver su formación, reforzamiento y modificación bajo los enfoques de dicha terapia.
- La actitud general hacia el estudio en adolescentes es una construcción individual subjetiva de percepciones, ideas y creencias estructuradas y consistentes que se crean a través de la experiencia escolar y que se plasman en las diferentes áreas de desarrollo como una tendencia de reacción cognitiva, afectiva y conductual positiva o negativa ante determinados aspectos o situaciones.
- La actitud es una predisposición hacia el estudio pues esta interfiere como un proceso mental que crea hábitos y ejes motivacionales que promueven una tendencia de acción ante determinada situación, lo que resulta favorable o adverso; pues si se posee una actitud negativa se consideran aspectos como el fracaso escolar, sin embargo una actitud positiva promueve la percepción y práctica de aspectos relacionados hacia el estudio y aprendizaje.
- La intervención de la terapia cognitivo conductual en adolescentes se observa de manera efectiva en la modificación de áreas cognitivas, emocionales, conductuales y fisiológicas, no solo en trastornos emocionales, de ansiedad, personalidad, somatomorfos, conducta, entre otros sino también el área educativa y actitudinal al reducir sintomatologías y mejorar áreas psicológicas y físicas en las diferentes etapas del ciclo vital.

## VII. REFERENCIAS

Barlow, O. (2018). *Manual Clínico de trastornos psicológicos. Tratamiento paso a paso*. México: Editorial Manual Moderno. Recuperado de: <https://elibro.net/es/ereader/rafaellandivar/39797?page=1>

Barraca, J. (2014) *técnicas de modificación de conductas: una guía para su puesta en práctica*. Madrid, España: Editorial Síntesis. (LIBRO PDF)

Barradas. A. (2014). *Depresión en Estudiantes Universitarios: una realidad indeseable*. Estados Unidos: Palibrio LLC. Recuperado de: [https://books.google.com.gt/books?id=SHWTAwAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs\\_ge\\_summary\\_r&cad=0#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.gt/books?id=SHWTAwAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false)

Caballero, N. y Gálvez, C. (2019). *Manual de intervenciones cognitivo-conductuales aplicadas a enfermedades crónicas*. Cuauhtémoc, México: Manual Moderno. Recuperado de: [https://books.google.com.gt/books?id=YaZ8DwAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs\\_ge\\_summary\\_r&cad=0#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.gt/books?id=YaZ8DwAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false)

Cardona, J. Higuera, L. y Ríos, L. (2016). *Revisiones sistemáticas de la literatura científica: la investigación teórica como principio para el desarrollo de la ciencia básica y aplicada*. Bogotá, Colombia: Fondo Editorial Ediciones Universidad Cooperativa de Colombia. Recuperado de: <https://elibro.net/es/ereader/rafaellandivar/85301?page=7>

Carrasco, J. y Javaloyes, J. (2016). *Motivar para educar: ideas para educadores, docentes y familias*. Madrid, España: Narcea. Recuperado de: <https://books.google.com.gt/books?id=G->



ykDwAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs\_ge\_summary\_r&cad=0#v=onepage&q&f=false

Castejón, J. González, C. Gilar, R. y Miñano, P. (2013). *Psicología de la Educación*. Alicante, España: Editorial Club Universitario. (LIBRO PDF)

De Diego, A. (2015). *Gestión del equipo de trabajo del almacén*. España: Paraninfo, S.A. Recuperado de: [https://books.google.com.gt/books?id=HXv1BgAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs\\_ge\\_summary\\_r&cad=0#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.gt/books?id=HXv1BgAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false)

De león, A. (2016). *Terapia cognitivo conductual como método para aumentar la asertividad en adolescentes provenientes de familias desintegradas* (tesis de licenciatura). Universidad Mariano Gálvez, Campus de Guatemala. Recuperado de <https://glifos.umg.edu.gt/digital/93222.pdf>

De Vicente, F. (2010). *Psicología del aprendizaje*. Madrid, España: Editorial Síntesis S.A. (LIBRO PDF)

Escobar, J. y Uribe, M. (2014). *Avances en psiquiatría desde un modelo biopsicosocial*. Bogotá, Colombia: Ediciones Uniandes. Recuperado de: [https://books.google.com.gt/books?id=aFU7DwAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs\\_ge\\_summary\\_r&cad=0#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.gt/books?id=aFU7DwAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false)

Escobedo, M. (2014). *Actitud de los estudiantes del ciclo de educación básica hacia las pruebas objetivas utilizadas por los profesores de centros educativos privados ubicados en el municipio de fraijanes del sector de Guatemala oriente* (tesis de licenciatura). Universidad

Rafael Landívar, Campus central, Guatemala. Recuperado de:  
<http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2014/05/84/Escobedo-Maria.pdf>

Gamboa, M. (2012). *Actitud de los alumnos en Middle School de un establecimiento privado de la zona 16, hacia la materia de matemáticas* (tesis de licenciatura). Universidad Rafael Landívar, Campus Central, Guatemala. Recuperado de:  
<http://biblio3.url.edu.gt/Tesis/2012/05/84/Gamboa-Maria.pdf>

Gavino, A. (2016). *Guía de ayuda al terapeuta cognitivo conductual*. (2da. ed.). Madrid, España: Ediciones Pirámide. (LIBRO PDF)

González, V. Hernández, M. Lorig, K. Holman, H. Sobel, D. Laurent, D. y Minor, M. (2013). *Tomando control de su salud: Una guía para el manejo de las enfermedades del corazón, diabetes, asma, bronquitis, enfisema, depresión y otras condiciones de salud física y mental* (4ta. ed.). Estados Unidos: Bull Publishing Company. Recuperado de:  
[https://books.google.com.gt/books?id=LVs9BQAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs\\_ge\\_summary\\_r&cad=0#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.gt/books?id=LVs9BQAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false)

Hernández, M. y López, R. (2010). *Filosofía y Ciudadanía. 1 de bachillerato*. España: Ministerio de Educación. Recuperado de:  
[https://books.google.com.gt/books?id=JA0bAgAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs\\_ge\\_summary\\_r&cad=0#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.gt/books?id=JA0bAgAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false)

Hernández, R. Fernández, C y Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación* (6ta. ed.). Ciudad de México, México: McGraw-Hill (LIBRO PDF)

Jarne, A. y Talarn, A. (2015). *Manual de psicopatología clínica* (2da. ed.). Barcelona, España: Herder Editorial. Recuperado de:

[https://books.google.com.gt/books?id=hgmIDwAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs\\_ge\\_summary\\_r&cad=0#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.gt/books?id=hgmIDwAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false)

Jiménez, E. y Flores, W. (2017). Actitudes hacia las matemáticas: un estudio en una escuela rural de la Costa Caribe Sur de Nicaragua. *Revista universitaria del caribe*, vol. 18, núm. 1, enero-junio, pp. 7-16. Recuperado de: <http://ecampus.uraccan.edu.ni/index.php/Caribe/article/view/401/388>

Lacosta, I. (2012). *Las ciencias en el aula: aprendizaje basado en estudio de casos*. Zaragoza, España: Prensas Universitarias de Zaragoza. Recuperado de: [https://books.google.com.gt/books?id=CWZmDAAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs\\_ge\\_summary\\_r&cad=0#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.gt/books?id=CWZmDAAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false)

Mardomingo, M. (2015). *Tratado de psiquiatría del niño y adolescente*. España: Ediciones Díaz de Santos. Recuperado de: [https://books.google.com.gt/books?id=w9HPDwAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs\\_ge\\_summary\\_r&cad=0#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.gt/books?id=w9HPDwAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false)

Morales, L. (2016). *Terapia cognitivo conductual como método para aumentar el autoconcepto en adolescentes. La Antigua Guatemala, Sacatepéquez. 2016* (tesis de licenciatura). Universidad Mariano Gálvez, Campus de Guatemala. Recuperado de: <https://glifos.umg.edu.gt/digital/93894.pdf>

Monterroso, S. (2016). *Terapia cognitivo-conductual y sociabilidad (estudio a realizarse con alumnos de cuarto bachillerato, del Colegio Cristiano Bilingüe Génesis, de la cabecera departamento del Quetzaltenango)* (tesis de licenciatura). Universidad Rafael Landívar, Campus de Quetzaltenango. Recuperado de: <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesisjcem/2016/05/42/Monterroso-Sthephanie.pdf>

- Mula, A. y Navas, L. (2013). *Las actitudes ante la inmigración en adolescentes y en jóvenes*. Alicante, España: Editorial Club Universitario. Recuperado de: [https://books.google.com.gt/books?id=Lis5DwAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs\\_ge\\_summary\\_r&cad=0#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.gt/books?id=Lis5DwAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false)
- Navarro, J. y Martín, C. (2018). *Aprendizaje escolar desde la psicología*. Madrid, España: Ediciones Pirámide. (LIBRO PDF)
- Padilla, C. (2014). Tratamiento cognitivo conductual de un adolescente con trastorno de ansiedad generalizada. *Revista de psicología clínica con niños y adolescentes*, vol. 1, núm.2, julio, pp. 157-163. Recuperado de: [https://www.revistapcna.com/sites/default/files/7-rpcna\\_vol.2.pdf](https://www.revistapcna.com/sites/default/files/7-rpcna_vol.2.pdf)
- Quesada, A. (2015). *Actitud de los alumnos de primero y tercero básico del colegio Capouilliez ante la implementación del programa el líder en mí* (Tesis de licenciatura). Universidad Rafael Landívar, Campus Central, Guatemala. Recuperada de: <http://biblio3.url.edu.gt/Tesis/2015/05/84/Quesada-Ana.pdf>
- Rial, A. Gómez, P. Braña, T. y Varela, J. (2014). Actitudes, percepciones y uso de internet y las redes sociales entre los adolescentes de la comunidad gallega (España). *Anales de la psicología*, vol. 30, núm. 2, mayo, pp. 642-655. Recuperado de: <https://revistas.um.es/analesps/article/view/analesps.30.2.159111/161381>
- Ríos, M. y Alarcón, M. (2014). *Orientación educativa, plan de vida y carrera*. Ciudad de México, México: Grupo Editorial Patria, S.A. Recuperado de: [https://books.google.com.gt/books?id=xKCEBgAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs\\_ge\\_summary\\_r&cad=0#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.gt/books?id=xKCEBgAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false).

Rizo, A. (2014). Intervención cognitivo-conductual en un caso de trastorno negativista desafiante en una adolescente. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, vol. 1, núm.1, enero, pp. 89-100. Recuperado de: [https://www.revistapcna.com/sites/default/files/14\\_10.pdf](https://www.revistapcna.com/sites/default/files/14_10.pdf)

Roncero, C. y Casas, M. (2016). *Patología dual. Fundamentos clínicos y terapéuticos*. Barcelona, España: Marge Books. Recuperado de: [https://books.google.com.gt/books?id=6kctDQAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs\\_ge\\_summary\\_r&cad=0#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.gt/books?id=6kctDQAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false)

Rosselló, J. Duarté, Y. Bernal, G. y Zuluaga, M. (2011). Ideación suicida y respuesta a la terapia cognitiva conductual en adolescentes puertorriqueños con depresión mayor. *Revista interamericana de psicología*, vol. 45, núm. 3, septiembre-diciembre, pp. 321-329. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/284/28425426002.pdf>

Ruiz, E. (2015). *Guía práctica de técnicas de estudio: Saber estudiar, la clave del éxito académico*. España: Orientanova. Recuperado de: [https://books.google.com.gt/books?id=G-LeBgAAQBAJ&dq=actitud+ante+el+estudio&hl=es&source=gbs\\_navlinks\\_s](https://books.google.com.gt/books?id=G-LeBgAAQBAJ&dq=actitud+ante+el+estudio&hl=es&source=gbs_navlinks_s)

Ruiz, M. Díaz, M. y Villalobos, A. (2012). *Manual de técnicas de intervención cognitivo conductuales*. Bilbao, España: Desclée De Brouwer, S.A. (LIBRO FÍSICO)

Samayoa, M. (2014). *Actitud de los estudiantes de octavo grado del colegio Capouilliez ante el curso de Ciencias Sociales* (tesis de licenciatura). Universidad Rafael Landívar, Campus Central, Guatemala. Recuperado de: <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2014/05/24/Samayoa-Mirza.pdf>

Sánchez, R. (2014). *Gestión y psicología en empresas y organizaciones*. Madrid, España: ESIC Editorial. Recuperado de:

[https://books.google.com.gt/books?id=keXvAgAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs\\_ge\\_summary\\_r&cad=0#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.gt/books?id=keXvAgAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false)

Tóala, M. García, A. Zambrano, S. Escobar, D. y Moreira, J. (2019). *Psicología de la educación Física y el deporte escolar*. Alicata, España: 3 Ciencias, Editorial Área de Innovación y Desarrollo, S. L. (LIBRO PDF)

Trespacios, J. Vázquez, R. De la Ballina, F. y Suárez, A. (2016). *Investigación de mercados*. Madrid, España: Ediciones Paraninfo S.A. Recuperado de: [https://books.google.com.gt/books?id=alQ7DwAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs\\_ge\\_summary\\_r&cad=0#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.gt/books?id=alQ7DwAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false)

Universidad Interamericana para el Desarrollo UNID. (2016). *Antología de Motivación Escolar en el aula*. Volumen 2. México: Editorial UNID. Recuperado de: [https://books.google.com.gt/books?id=Jp8SDQAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs\\_ge\\_summary\\_r&cad=0#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.gt/books?id=Jp8SDQAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false)

Vaello, J. (2011). *Cómo dar clases a los que no quieren*. Madrid, España: Ediciones Graó. Recuperado de: [https://books.google.com.gt/books?id=feEJa62-VLMC&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs\\_ge\\_summary\\_r&cad=0#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.gt/books?id=feEJa62-VLMC&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false)

Valero, C. (2012). *Gerencias de la desconfianza, un enfoque interpretativo sobre la cultura y el comportamiento del latinoamericano en el entorno organizacional*. Estados Unidos de América: Palibrio. Recuperado de: <https://books.google.com.gt/books?id=6bnCb-jWzFMC&pg=PA295&dq=tipos+de+actitud&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwiB5e2hwJboAhUlc98KHb9tDwIQ6AEIZTAH#v=onepage&q=tipos%20de%20actitud&f=false>

Woolfolk, A. (2010). *Psicología educativa* (11va. ed.). México: Pearson Educación. (LIBRO PDF)

Zapata, D. (2017). *Actitud hacia la lectura y niveles de comprensión lectora*. México: UNID.

Recuperado de: <https://elibro.net/es/ereader/rafaellandivar/41162?page=18>