



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
EXTENSIÓN QUEVEDO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA
EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA CLÍNICA
MODALIDAD PRESENCIAL



INFORME FINAL DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN PREVIO A LA
OBTENCIÓN DEL TÍTULO EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, MENCIÓN
PSICOLOGIA CLÍNICA

TEMA

ENTORNO FAMILIAR Y LA SALUD MENTAL DE LOS ESTUDIANTES DE LA
UNIDAD EDUCATIVA “QUEVEDO”, CANTÓN QUEVEDO, PROVINCIA DE LOS
RÍOS, AÑO 2017

AUTORA

KARINA VIVIANA PONCE ESPINOZA

TUTOR:

LCDO. MARIO RENÁN PRÓCEL AYALA, MSc.

LECTOR:

AB. GRACE CONSUELO ABRIL VALLEJO, MSc.

QUEVEDO – LOS RÍOS - ECUADOR

2017



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
EXTENSIÓN QUEVEDO



FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA CLÍNICA
MODALIDAD PRESENCIAL

DEDICATORIA

A todas las personas que creyeron en mi capacidad para culminar esta carrera, a mis padres, hermanos, sobrinos, esposo y a mi mayor inspiración mi hijo Caleb.

KARINA VIVIANA PONCE ESPINOZA



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
EXTENSIÓN QUEVEDO



FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA CLÍNICA
MODALIDAD PRESENCIAL

AGRADECIMIENTO

Especialmente agradezco a Dios, quien me ha dio la vida y a mis padres maravillosos que siempre me motivaron a estudiar.

A mi querida hermana Inés quien fue mi mayor ejemplo a seguir y mi gran apoyo, la que siempre ha confiado en mi capacidad y estuvo pendiente siempre hasta culminar este proyecto.

A mi hijo por ser mi inspiración para seguir adelante a mi esposo, padre y a mis queridos hermanos por su apoyo.

A mis maestros Dra Consuelo Abril, Msc Master Héctor Plaza , a mi tutor el master Mario procel y en especial al Msc Máximo Tubay coordinador de la carrera, por su ardua colaboración en todo el proceso de mi titulación,

KARINA VIVIANA PONCE ESPINOZA



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
EXTENSIÓN QUEVEDO



FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA CLÍNICA
MODALIDAD PRESENCIAL

AUTORIZACIÓN DE LA AUTORÍA INTELECTUAL

Yo, **KARINA VIVIANA PONCE ESPINOZA**, portadora de la cédula de ciudadanía **120589383 - 5**, en calidad de autora del Informe Final del Proyecto de Investigación, previo a la Obtención del Título de **PSICÓLOGA CLÍNICA**, declaro que soy la autora del presente trabajo de investigación, el mismo que es original, auténtico y personal, con el tema:

ENTORNO FAMILIAR Y LA SALUD MENTAL DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA "QUEVEDO", CANTÓN QUEVEDO, AÑO 2017

Por la presente autorizo a la Universidad Técnica de Babahoyo, hacer uso de todos los contenidos que me pertenecen.

KARINA VIVIANA PONCE ESPINOZA

120589383 - 5



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
EXTENSIÓN QUEVEDO



FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA
MODALIDAD PRESENCIAL

CERTIFICADO DE APROBACIÓN DEL TUTOR DEL INFORME
FINAL DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN PREVIO A LA
SUSTENTACIÓN

Quevedo, 21 de diciembre 2017

En mi calidad de Tutor del Informe Final del Proyecto de Investigación, designado por el Consejo Directivo con oficio N°007-M.A.D. con fecha **Octubre 2 del 2017**, mediante resolución **CD-FAC.C.C.J.S.E-SO-008-RES-007-2017**, certifico que la Sra. **KARINA VIVIANA PONCE ESPINOZA**, ha desarrollado el Informe Final del Proyecto titulado:

ENTORNO FAMILIAR Y LA SALUD MENTAL DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA "QUEVEDO", CANTÓN QUEVEDO, AÑO 2017

Aplicando las disposiciones institucionales, metodológicas y técnicas que regulan esta actividad académica, por lo que autorizo al egresado, reproduzca el documento definitivo del Informe Final del Proyecto de Investigación y lo entregue a la coordinación de la carrera de la Facultad de Ciencias Jurídicas, Sociales y de la Educación y se proceda a conformar el Tribunal de sustentación designado para la defensa del mismo.

LCDO. MARIO RENAN PROCEL AYALA, MSc.
DOCENTE DE LA FCJSE



**DOCENTE DE LA FCJSE
UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
EXTENSIÓN QUEVEDO**



**FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA CLINICA Y ORIENTACIÓN VOCACIONAL
MODALIDAD PRESENCIAL**

**CERTIFICADO DE APROBACIÓN DEL LECTOR DEL INFORME
FINAL DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN PREVIO A LA
SUSTENTACIÓN**

Quevedo, 09 de enero 2018

En mi calidad de Lector del Informe Final del Proyecto de Investigación, designado por el Consejo Directivo con oficio N°007-M.A.D. con fecha **Octubre 2 del 2017**, mediante resolución **CD-FAC.C.C.J.S.E-SO-008-RES-007-2017**, certifico que la Sra. **KARINA VIVIANA PONCE ESPINOZA**, ha desarrollado el Informe Final del Proyecto de Investigación cumpliendo con la redacción gramatical, formatos, Normas APA y demás disposiciones establecidas:

ENTORNO FAMILIAR Y LA SALUD MENTAL DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA "QUEVEDO", CANTÓN QUEVEDO, AÑO 2017

Por lo que autorizo al egresado, reproduzca el documento definitivo del Informe Final del Proyecto de Investigación y lo entregue a la coordinación de la carrera de la Facultad de Ciencias Jurídicas, Sociales y de la Educación y se proceda a conformar el Tribunal de sustentación designado para la defensa del mismo.


**AB. GRACE CONSUELO ABRIL VALLEJO, MSc.
DOCENTE DE LA FCJSE**



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
EXTENSIÓN QUEVEDO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE
LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA CLÍNICA
MODALIDAD PRESENCIAL



RESULTADO DEL INFORME FINAL DEL PROYECTO DE
INVESTIGACIÓN

EL TRIBUNAL EXAMINADOR DEL PRESENTE INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN, TITULADO: ENTORNO FAMILIAR Y LA SALUD MENTAL DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA “QUEVEDO”, CANTÓN QUEVEDO, AÑO 2017

PRESENTADO POR LA SEÑORA: KARINA VIVIANA PONCE ESPINOZA

OTORGA LA CALIFICACIÓN DE:

9 (Nueve)


EQUIVALENTE A:

Sobresaliente

TRIBUNAL:


 M.S.c FÁTIMA MORALES
 INTRIAGO
 DELEGADA DE LA DECANA


 M.S.c PEDRO VELIZ ORTEGA
 DELEGADO DEL CIDE


 M.S.c HECTOR PLAZA ALBAN
 DELEGADO DEL COORDINADOR
 DE LA CARRERA


 Ab. ISELA BERRUZ MOSQUERA
 SECRETARÍA DE LA
 FAC.CC.JJJJ.SS.EE





UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA
EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA



Quevedo, 29 de octubre del 2018

**CERTIFICACIÓN DE PORCENTAJE DE SIMILITUD CON OTRAS FUENTES
EN EL SISTEMA DE ANTIPLAGIO**

En mi calidad de Tutor del Trabajo de Investigación de la Sra. **PONCE ESPINOZA KARINA VIVIANA**, cuyo tema es: **ENTORNO FAMILIAR Y LA SALUD MENTAL DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA QUEVEDO, AÑO 2017**, certifico que este trabajo investigativo fue analizado por el Sistema Antiplagio Urkund, obteniendo como porcentaje de similitud de **8%**, resultados que evidenciaron las fuentes principales y secundarias que se deben considerar para ser citadas y referenciadas de acuerdo a las normas de redacción adoptadas por la institución.

Considerando que, en el Informe Final el porcentaje máximo permitido es el 10% de similitud, queda aprobado para su publicación.

URKUND

Documento [INFORME-FINAL-KARINA-PONCE-urkund.docx\(D40810228\)](#)

Presentado 2018-08-13 14:01 (-05:00)

Presentado por karitope_2005@hotmail.com

Recibido mtubay.utb@analysis.urkund.com

Mensaje corregido [Mostrar el mensaje completo](#)

8% de estas 49 páginas, se componen de texto presente en 2 fuentes.

Por lo que se adjunta una captura de pantalla donde se muestra el resultado del porcentaje indicado.


MBA. Máximo Tubay Moreira
DOCENTE DE LA FCJSE

INDICE GENERAL

CARÁTULA.....	i
DEDICATORIA.....	ii
AGRADECIMIENTO.....	iii
AUTORIZACIÓN DE LA AUTORÍA INTELECTUAL.....	iv
CERTIFICADO DE APROBACIÓN DEL TUTOR DEL INFORME FINAL DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN PREVIO A LA SUSTENTACIÓN.....	v
CERTIFICADO DE APROBACIÓN DEL LECTOR DEL INFORME FINAL DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN PREVIO A LA SUSTENTACIÓN.....	vi
RESULTADO DEL INFORME FINAL DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN.....	vii
INFORME FINAL DEL SISTEMA DE URKUND.....	viii
INDICE GENERAL.....	ix
INDICE DE TABLAS.....	xii
INDICE DE GRÁFICOS.....	xiii
RESUMEN.....	xiv
INTRODUCCIÓN.....	1
CAPITULO I.- DEL PROBLEMA.....	3
1.1. IDEA O TEMA DE INVESTIGACIÓN.....	3
1.2. MARCO CONTEXTUAL.....	3
1.2.1. Contexto internacional.....	3
1.2.2. Contexto nacional.....	4
1.2.3. Contexto local.....	5
1.2.4. Contexto institucional.....	5
1.3. SITUACIÓN PROBLEMÁTICA.....	6
1.4. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	7
1.4.1. Problema general.....	7

1.4.2. Subproblemas derivados.....	7
1.5. DELIMITACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN.	8
1.6. JUSTIFICACIÓN.	9
1.7. OBJETIVOS DE INVESTIGACIÓN.	9
1.7.1. Objetivo general.	9
1.7.2. Objetivos específicos.....	10
CAPITULO II.- MARCO TEÓRICO O REFERENCIAL	11
2.1. MARCO TEÓRICO	11
2.1.1. Marco conceptual.	11
2.1.2. Marco referencial sobre la problemática de investigación.....	33
2.1.2.1. Antecedentes investigativos.	33
2.1.2.2. Categorías de análisis.	37
2.1.3. Postura teórica.	41
2.2. HIPÓTESIS	42
2.2.1. Hipótesis general	42
2.2.2. Subhipótesis o derivadas	43
2.2.3. Variables.....	43
CAPÍTULO III.- METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN	44
3.1. RESULTADOS OBTENIDOS DE LA INVESTIGACIÓN.....	44
3.1.1. Pruebas estadísticas aplicadas	44
3.1.2. Análisis e interpretación de datos.....	47
3.2. CONCLUSIONES ESPECÍFICAS Y GENERALES	51
3.2.1. Específicas.....	51
3.2.2. General.....	51
3.3. RECOMENDACIONES ESPECÍFICAS Y GENERALES.....	52
3.3.1. Específicas	52
3.3.2. General.....	52

CAPÍTULO IV.- PROPUESTA TEÓRICA DE APLICACIÓN	53
4.1. PROPUESTA DE APLICACIÓN DE RESULTADOS	53
4.1.1. Alternativa obtenida	53
4.1.2. Alcance de la alternativa.....	53
4.1.3. Aspectos básicos de la alternativa	55
4.1.3.1 Antecedentes.....	55
4.1.3.2. Justificación.....	56
4.2. OBJETIVOS	58
4.2.1. General.....	58
4.2.2. Específicos.....	58
4.3. ESTRUCTURA GENERAL DE LA PROPUESTA.....	59
4.3.1. Título	59
4.3.2. Componentes	59
4.4. RESULTADOS ESPERADOS DE LA ALTERNATIVA	101
BIBLIOGRAFÍA	102
ANEXOS	103

INDICE DE TABLAS

Tabla 1. Población y muestra.....	46
Tabla 2. Frecuencia conversaciones como familia	47
Tabla 3. Manifestaciones de cariño en el entorno familiar.....	48
Tabla 4. Frecuencia conversaciones como familia	49
Tabla 5. Manifestaciones de cariño en el entorno familiar.....	50
Tabla 6. Discusiones en presencia de sus hijos	110
Tabla 7. Tolerancia hacia defectos miembros de la familia	111
Tabla 8. Reuniones para celebrar acontecimientos familiares.....	112
Tabla 8. Tiempo diversión en familia.....	113
Tabla 10. Reuniones para inculcar principios y valores	114
Tabla 11. Incidencia de mal entorno familiar en la salud mental de los estudiantes.....	115
Tabla 12. Talleres por parte de la Unidad Educativa para mejorar el entorno familiar ...	116
Tabla 13. Realización talleres para mejorar entorno familiar.....	117
Tabla 14. Discusiones en padres en presencia de sus hijos	120
Tabla 15. Respeto hacia opiniones miembros de la familia	121
Tabla 16. Reuniones para celebrar algún acontecimiento familiar.....	122
Tabla 17. Tiempo diversión en familia.....	123
Tabla 18. Reuniones con padres para inculcar principios y valores.....	124
Tabla 19. Incidencia del mal entorno familiar en la salud mental de los estudiantes.....	125
Tabla 20. Talleres por parte de la Unidad Educativa para mejorar el entorno familiar ...	126
Tabla 21. Realización talleres para mejorar el entorno familiar.....	127

INDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1. Frecuencia conversaciones como familia.....	47
Gráfico 2. Manifestaciones de cariño en el entorno familiar.....	48
Gráfico 3. Frecuencia conversaciones como familia.....	49
Gráfico 4. Manifestaciones de cariño en el entorno familiar.....	50
Gráfico 3. Discusiones en presencia de sus hijos	110
Gráfico 4. Tolerancia hacia defectos miembros de la familia	111
Gráfico 7. Reuniones para celebrar acontecimientos familiares	112
Gráfico 8. Tiempo diversión en familia.....	113
Gráfico 9. Reuniones para inculcar principios y valores	114
Gráfico 10. Incidencia de mal entorno familiar en la salud mental de los estudiantes	115
Gráfico 11. Talleres por parte de la Unidad Educativa para mejorar el entorno familiar	116
Gráfico 12. Realización talleres para mejorar entorno familiar	117
Gráfico 13. Discusiones en padres en presencia de sus hijos	120
Gráfico 14. Respeto hacia opiniones miembros de la familia	121
Gráfico 15. Reuniones para celebrar algún acontecimiento familiar	122
Gráfico 16. Tiempo diversión en familia.....	123
Gráfico 17. Reuniones con padres para inculcar principios y valores	124
Gráfico 18. Incidencia del mal entorno familiar en la salud mental de los estudiantes ...	125
Gráfico 19. Talleres por parte de la Unidad Educativa para mejorar el entorno familiar	126
Gráfico 20. Realización talleres para mejorar el entorno familiar.....	127

RESUMEN

El ambiente familiar influye de manera decisiva en nuestra personalidad. Las relaciones entre los miembros de la casa determinan valores, afectos, actitudes y modos de ser que el niño va asimilando desde que nace. Por eso, la vida en familia es un eficaz medio educativo al que debemos dedicar tiempo y esfuerzo. La escuela complementará la tarea, pero en ningún caso sustituirá a los padres.

La familia es el ente que influye de manera determinante en la conducta y personalidad del niño, es por excelencia quien debería de enseñarle a socializar a los niños para que cuando lleguen a la edad adulta, sean competitivos a la búsqueda de éxito y la productividad. Sin embargo, no todas las familias cumplen los requisitos para poder ser una familia adecuada, que logre construir un súper yo ideal en el niño.

La identificación del niño con los padres es muy difícil cuando su identidad es indistinta y contradictoria, siendo necesario que el niño plasme la personalidad que marcará el resto de su vida según las experiencias recibidas de los modelos parentales, así como la de sus padres han sido plasmadas por el condicionamiento familiar infantil recibido en el inicio de sus vidas

Considerando que hoy en día existen una serie de factores que se dan dentro de los hogares que ponen en peligro el entorno psicológico y emocional de los estudiantes, la presente investigación tiene como objetivo determinar cómo incide el entorno familiar en la salud mental de los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Quevedo.”, brindando alternativas de solución que tiendan a reducir los efectos de esta problemática, para fortalecer su desarrollo físico y mental así como para optimizar su rendimiento académico.

PALABRAS CLAVES: Entorno Familiar, Salud Mental, Familia y Adolescencia.

INTRODUCCIÓN

El entorno familiar actualmente en nuestro país adquiere cada día mayor deficiencia, los hogares no cumplen su rol respectivo, muchos padres al no estar la mayor parte del tiempo con sus hijos han creados problemas emocionales en las familias como depresión, ansiedad y problemas conductuales, estos aspecto conllevan a muchos conflictos como conflictos entre pareja, conflicto entre padres e hijos, conflicto entre hermanos, así como crisis externas, estructurales y de atención.

Parte muy importante de los jóvenes estudiantes para un buen desempeño en todos los ámbitos que se desenvuelve es la salud mental, por lo que ellos requieren de momentos saludables para nutrirla. La familia se convierte en el pilar fundamental de la formación humana a través del amor, respeto, tolerancia, buena alimentación, entre otros aspectos de mayor relevancia, ya que al fortalecerse su convivencia familiar se alista su mente y su cuerpo para que tenga un buen funcionamiento y poder sobrellevar cada circunstancia que se presentan en la vida estudiantil.

Que el joven tenga una buena salud mental dependerá mucho de la funcionabilidad de la familia, por lo que se hace necesario fortalecer su salud mental en su hogar, luego en la escuela y finalmente en los lugares que interactúa socialmente, de manera que pueda prevenir algún riesgo y promover al bienestar de sus potencialidades psicológicas, afectivas y de conocimientos.

Con los antecedentes anteriormente descritos, la realización del presente informe de investigación busca analizar la influencia del entorno familiar en la salud mental de los estudiantes de la Unidad Educativa “Quevedo”, cantón Quevedo, año 2017.

A partir de la problemática planteada, la estructura general del presente informe de investigación contendrá la siguiente estructura:

El **CAPÍTULO I**: Del problema, comprende Idea o tema de investigación, Marco contextual, Situación problemática, Planteamiento del problema, Delimitación de la investigación, Justificación y Objetivos de investigación; en este capítulo se procederá a realizar un análisis sobre la influencia del entorno familiar en la salud mental, para posteriormente profundizar su incidencia en los estudiantes de la Unidad Educativa “Quevedo”, cantón Quevedo, año 2017.

El **CAPÍTULO II**: El marco teórico o referencial, comprende Marco teórico, Marco conceptual, Marco referencial sobre la problemática de investigación, Antecedentes investigativos, Categorías de análisis, Postura teórica, Hipótesis, Subhipótesis o derivadas y señalamiento de variables (dependiente e independiente) del trabajo investigativo relacionadas con el tema a desarrollarse.

El **CAPÍTULO III**: La Metodología de la investigación, comprende Metodología de la investigación, Modalidad de investigación, Tipo de investigación, Métodos, Técnicas e instrumentos, Población y muestra de investigación con el respectivo Cronograma del proyecto investigativo a realizarse.

Finalmente se adjuntarán la bibliografía detallando las fuentes bibliográficas consultadas con los respectivos anexos que sustentarán la realización del presente proyecto de investigación.

CAPITULO I.- DEL PROBLEMA

1.1. IDEA O TEMA DE INVESTIGACIÓN.

Entorno familiar y la salud mental de los estudiantes de la Unidad Educativa “Quevedo”, cantón Quevedo, año 2017.

1.2. MARCO CONTEXTUAL.

1.2.1. Contexto internacional.

Cada vez se torna más importante la influencia del entorno familiar en la salud mental de los jóvenes tanto a nivel mundial como internacional, coincidiendo que la familia es el primer espacio donde se desarrolla los sentimientos, partiendo de ahí la forma de convivir con la sociedad, pero al encontrarse deteriorada la familia, los jóvenes acarrear problemáticas en torno a su salud mental (Aragones, 2014).

El Informe sobre la salud en el mundo 2001, de la Organización Mundial de la Salud (OMS), marcó un hito histórico en el campo de la salud mental en el contexto global, y señaló claramente las puertas de esperanza que se abren para un mejor entendimiento, respeto y tratamiento a los problemas de la salud mental (Beneyto, 2014).

El desarrollo de la atención psiquiátrica en América Latina y el Caribe ha enfrentado serias limitaciones y dificultades debido a que, por lo general, el tema de la salud mental no ha sido siempre considerado prioritario en las agendas gubernamentales. Como respuesta a esta situación, en 1990 se gestó un movimiento denominado “Iniciativa para la Reestructuración de la Atención Psiquiátrica”, al cual se sumaron la casi totalidad de los países de la Región en 1997, dando como resultado que en el año 2001, el Consejo

Directivo de la Organización Panamericana de la Salud OMS reiterara el apoyo a la citada iniciativa (Casal, 2016).

Las resoluciones emitidas en las sesiones de los respectivos Consejos Directivos instaron a los Estados Miembros a desarrollar programas nacionales de salud mental; reorientar los servicios de salud mental (de institucionales a comunitarios); desarrollar acciones de control de los trastornos afectivos, las epilepsias y las psicosis; fortalecer las acciones de promoción de la salud mental y el desarrollo psicosocial de la niñez; aumentar las asignaciones para programas de formación en salud mental, y mejorar la legislación y las regulaciones para la protección de los derechos humanos (García, 2015).

1.2.2. Contexto nacional.

En el Ecuador los jóvenes presentan un sinnúmero de problemas emocionales que afectan su salud mental, debido al entorno familiar en el que conviven, de manera que la problemática se está extendiendo cada día más (Ministerio de Salud Pública, 2013).

Los servicios de salud mental han tenido un significativo desarrollo en los últimos años, de tal suerte que en la mayoría de los hospitales provinciales ya se cuenta con el concurso de médicos psiquiatras y psicólogos, así como en los centros de salud de cinco provincias.

El Ministerio de Salud Pública, a través de la Oficina de Salud Mental, cumple en forma periódica acciones de capacitación sobre atención primaria en salud mental, lo que ha permitido que en el año 2.009, al menos el 20% de quienes trabajan en ese sector se hayan capacitado. (Ministerio de Salud Pública, 2013)

1.2.3. Contexto local.

En la ciudad de Quevedo se están reportando casos de jóvenes con problemas en relación a su comportamiento o forma de interactuar, cada uno asociado con problemas familiares o características comunes como familias disfuncionales, violencia familiar o de género, etc.

Actualmente todas las instituciones educativas deben contar con un departamento de consejería estudiantil, los mismos que deben estar integrados por grupo de psicólogos educativos y clínicos, los que se encargan de brindar apoyo a los estudiantes que enfrentan problemáticas que afectan a su salud mental, siendo ellos responsables de abordar aquellos casos y brindarles acompañamiento.

Para tal efecto se hace preciso preparar y utilizar estrategias y conocimientos adecuados bajo normas necesarias, trabajando en conjunto con el Ministerio de Salud Pública y demás instituciones públicas o privadas en casos que amerite un abordaje especial y específico.

1.2.4. Contexto institucional.

En la Unidad Educativa “Quevedo”, con la colaboración del Departamento de Consejería Estudiantil, se realizan actividades planificadas para interactuar con los educandos y en algunos de los casos con los señores padres o representantes de familia por medio de actividades lúdicas, charlas y encuentros.

La finalidad en la realización de dichas actividades es propiciar una adecuada salud mental y estilos de vida que ayudan a cada adolescente, debiendo los docentes utilizar como estrategias ampliar su comunicación con los estudiantes para identificar sus problemas en relación al entorno familiar de cada uno y poder ayudar a mejorar su situación.

1.3. SITUACIÓN PROBLEMÁTICA.

En la actualidad existen muchos adolescentes en cada una de las instituciones educativas que son víctimas de un entorno familiar que no es el adecuado, éstas son señales de alerta que indican que la salud mental de la familia no es la adecuada, por ejemplo: las manifestaciones excesivas de enojo, miedo, tristeza o ansiedad y los cambios repentinos en el comportamiento de alguno de los miembros causan en los jóvenes un sinnúmero de desajustes en el sistema emocional que crea adolescentes no sanos emocionalmente, y por ende, esto causa que no se desenvuelvan bien en el medio social como lo es la institución donde estudian (Granados, 2012).

El problema de nuestro medio es muchas veces la falta de conocimientos sobre la importancia de la familia y de los factores que crean personas saludables mentalmente, lo que ocasiona que las personas se interesen en cosas de menor relevancia olvidando lo primordial, que es mejorar las condiciones de vida de todos los seres humanos (Godoy, 2015).

El hogar y la salud mental tienen una relación de doble vía en la adolescencia, por un lado el ambiente del hogar tiene influencia en el estado de ánimo y en la salud mental de ellos, por ejemplo podría provocar depresión, problemas de adaptación, ansiedad, estrés y hasta establecer una autoestima baja en los jóvenes, lo que conlleva a complicaciones en su desarrollo socio – afectivo, mientras que en un ambiente agradable, la salud mental les ayuda a tomar buenas decisiones y afrontar los desafíos de la vida en el hogar, escuela y sociedad en general (Minsa, 2016).

Por último, es necesario señalar que para mejorar la salud mental de los niños no basta la realización de diagnósticos y tratamientos médicos, sino que es necesario considerar la salud escolar desde una lógica preventiva a través del desarrollo y fortalecimiento de la salud emocional y el monitoreo constante para el tratamiento temprano y oportuno de enfermedades mentales (Revuelta, 2015).

Lo anterior no es posible si no se realiza un trabajo interdisciplinario entre profesionales de la educación, las ciencias sociales y la salud, especialmente el área de la salud emocional y mental, en la cual hay falencia de estudios en la materia y una visión de la política pública que no es integradora.

Sin duda, este enfoque puede contribuir a mejorar los índices de la política pública en salud y en educación, al permitir que los niños sean capaces de enfrentar estos desafíos de la mejor manera, proveyéndoles herramientas adecuadas que les permita vivir más felices dentro del contexto globalizado que se les presenta.

1.4. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.

1.4.1. Problema general.

- ¿De qué manera influye el entorno familiar en la salud mental de los estudiantes de la Unidad Educativa “Quevedo”, año 2017?

1.4.2. Subproblemas derivados.

- ¿Cuáles son las causas que inciden para que no exista un entorno familiar adecuado en las familias de los estudiantes de la Unidad Educativa “Quevedo”?
- ¿Cómo influye el entorno familiar en la salud mental de los estudiantes de la Unidad Educativa “Quevedo”?
- ¿Qué estrategias son las más idóneas para fortalecer la salud mental de los estudiantes de la Unidad Educativa “Quevedo”?

1.5. DELIMITACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN.

Campo:	Educación y desarrollo social
Área:	Educación Básica y Bachillerato
Aspecto:	Psicológico, Pedagógico
Delimitación Temporal:	Periodo lectivo 2017 – 2018
Delimitación Poblacional:	Estudiantes de Educación Básica y Bachillerato
Delimitación Espacial:	Unidad Educativa “Quevedo”, cantón Quevedo, Provincia de Los Ríos
Delimitación Demográfica	La población a investigar serán los padres de familia y estudiantes del primer bachillerato técnico de la Unidad Educativa “Quevedo”, cantón Quevedo, Provincia de Los Ríos.
Líneas de investigación de la Universidad	Educación y desarrollo social
Línea de investigación de la Facultad	Talento humano, educación y docencia
Línea de investigación de la carrera	Prevención y diagnóstico
Sub línea de investigación	Funcionamiento socio afectivo en el ámbito familiar y su influencia en el proceso de enseñanza aprendizaje

1.6. JUSTIFICACIÓN.

La presente investigación tiene como objetivo determinar cómo incide el entorno familiar en la salud mental de los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Quevedo.”, considerando que hoy en día existen una serie de factores que se dan dentro de los hogares que ponen en peligro el entorno psicológico y emocional de los estudiantes.

Para el análisis de esta problemática se considera como factor importante la existencia de un entorno familiar saludable en donde se vean reducidos los factores de riesgo que generen una series de conflictos en los adolescentes que desencadenen problemas de conductas, uso indebido de drogas, conflictos familiares, delincuencia y bajo rendimiento.

Se eligió este tema con la finalidad de dar a conocer el impacto que tiene el entorno familiar en la forma de interactuar de los hijos y el impacto que cada evento marca su vida sea este bueno o malo, así como la incidencia que genera la buena relación entre cada miembro de la familia como lo son los padres e hijos y relativamente

Esta investigación servirá como aporte para la sociedad y en si para todos aquellos que en algún momento pueda hacer uso del mismo ya que brindara información necesaria para conocer y entender cómo reducir los efectos de esta problemática.

1.7. OBJETIVOS DE INVESTIGACIÓN.

1.7.1. Objetivo general.

- Analizar la influencia del entorno familiar en la salud mental de los estudiantes de la Unidad Educativa “Quevedo”, año 2017.

1.7.2. Objetivos específicos.

- Identificar las causas que inciden para que no exista un entorno familiar adecuado en las familias de los estudiantes de la Unidad Educativa “Quevedo”
- Determinar la influencia del entorno familiar en la salud mental de los estudiantes de la Unidad Educativa Quevedo.
- Establecer de qué manera incide la realización de un taller para fortalecer la salud mental de los estudiantes de la Unidad Educativa “Quevedo”.

CAPITULO II.- MARCO TEÓRICO O REFERENCIAL

2.1. MARCO TEÓRICO

2.1.1. Marco conceptual.

Entorno familiar.

El ambiente familiar influye de manera decisiva en nuestra personalidad. Las relaciones entre los miembros de la casa determinan valores, afectos, actitudes y modos de ser que el niño va asimilando desde que nace. Por eso, la vida en familia es un eficaz medio educativo al que debemos dedicar tiempo y esfuerzo. La escuela complementará la tarea, pero en ningún caso sustituirá a los padres (Rodríguez, 2015).

La familia es el ente que influye de manera determinante en la conducta y personalidad del niño, es por excelencia quien debería de enseñarle a socializar a los niños para que cuando lleguen a la edad adulta, sean competitivos a la búsqueda de éxito y la productividad. Sin embargo, no todas las familias cumplen los requisitos para poder ser una familia adecuada, que logre construir un súper yo ideal en el niño (Mendez, 2015).

Cuando se ve a la familia como un organismo social, se desarrolla y adapta a las condiciones de vida dominantes en un determinado tiempo y lugar. Por lo tanto, es el producto de una determinada estructura social. Engels y Marx afirmaron la historicidad y la relatividad de la institución familiar. Ellos consideran que es moral solamente el matrimonio que se funda sobre el amor (Aragones, 2014).

No obstante, F. Engels dice que la moderna familia está fundada sobre la esclavitud doméstica de la mujer. Ésta se encuentra lejos de una afectiva condición de identidad con el hombre y de igual dignidad (Beneyto, 2014).

La familia dirige los procesos fundamentales del desarrollo psíquico y la organización de la vida afectiva y emotiva del niño. Ejerce la primera y más indeleble influencia sobre el niño. El niño forma sus primeras relaciones objetuales dentro del seno familiar, estructura su personalidad, se siente protegido y seguro; o bien también puede generar sus angustias y sus inseguridades (Casal, 2016).

La salud de la familia deriva, de la salud emotiva y de la madures de cada uno. Sullivan afirma que la mayor parte de los trastornos son producto de la comunicación inadecuada. El comportamiento de cada individuo, en el seno de la familia, está en relación con el comportamiento de todos los demás miembros. Cada comportamiento es comunicación y, por consiguiente, influye en los otros y a su vez es influido. Por ejemplo, una relación segura y afectuosa entre la madre e hijo, brinda las bases para el desarrollo de una personalidad fuerte y estable (García, 2015).

En el matrimonio, la relación y la comunicación son perturbadas o bloqueadas por la interferencia de los distintos conflictos que surgen de los problemas personales no resueltos, de las lejanas vivencias de la infancia, de los distintos valores vividos, y de la proyección de uno sobre otro (Godoy, 2015).

Cada uno tiende a transferir sobre el otro los propios modelos parenterales y se desilusiona si el cónyuge no responde a la imagen querida; o bien se pueden proyectar sobre el otro los rasgos indeseables de un padre. Todos estos dinamismos psicológicos no pueden dejar de ser problemáticos para la estabilidad de la relación. Las relaciones cargadas de tensión en los dos cónyuges, y la carencia de sosiego y calma, influyen necesariamente también en la relación entre madre y niño. El sentido de inseguridad y la insatisfacción de los padres como individuos y como cónyuges menoscaban la relación con los hijos durante el lapso del desarrollo evolutivo (Granados, 2012).

La identificación del niño con los padres es muy difícil cuando su identidad es indistinta y contradictoria, siendo necesario que el niño plasme la personalidad que

marcará el resto de su vida según las experiencias recibidas de los modelos parentales, así como la de sus padres han sido plasmadas por el condicionamiento familiar infantil recibido en el inicio de sus vidas (Mendez, 2015).

La familia es el medio en el que normalmente se produce el desarrollo del niño hasta la adolescencia. Durante la adolescencia se producen una serie de cambios físicos y psíquicos que transforman al individuo, mientras en otros aspectos permanecen muchas de las características de la niñez. El niño ha crecido hasta la pubertad protegido dentro del ámbito familia y se enfrenta ahora a situaciones que debe resolver por sí mismo (Minsa, 2016).

Según como haya sido su aprendizaje durante la adolescencia, será su manera de afrontar los nuevos retos que se le avecinan. El niño que ha recibido una educación opresora por parte de sus padres se encontrará vacilante ante los nuevos retos ya que no ha tenido oportunidad de desarrollar su autonomía, y por tanto no ha tenido la ocasión de emanciparse mediante experiencias propias (Revuelta, 2015).

Sin embargo, si el niño ha sido convenientemente estimulado y ha recibido la confianza debida de sus progenitores dentro de un ambiente de seguridad y protección dispondrá de las herramientas más idóneas para afrontar con solvencia las nuevas experiencias que se le presenten (Rodríguez, 2015).

Cuando el desarrollo psíquico del niño ha sido satisfactorio existe muy poco peligro de que se presente una adolescencia difícil. No obstante lo verdaderamente significativo de la adolescencia es la búsqueda de la propia personalidad, de la manera de expresarse en sociedad, de hallar su propio rol, de sentirse querido y respetado tal y como es (Aragones, 2014).

El adolescente ya no es un niño pero todavía no es un adulto. No deja de ser un proyecto, “un ensayo” de persona adulta, con los consiguientes errores que esto conlleva.

La actitud del adolescente se vuelve más crítica hacia todo el que ejerce algún tipo de autoridad sobre él y busca el apoyo y el consejo de otros adolescentes como él. Se integra en grupos en los cuales comparte sus inquietudes y que tienen una enorme influencia sobre sus decisiones y su manera de entender la vida (Beneyto, 2014).

Estos grupos cobrarán mayor importancia conforme la influencia familiar sea menor. De ahí la importancia de reforzar esos lazos familiares tan necesarios. La influencia de la familia en el desarrollo del adolescente es vital ya que si este se forma dentro de una estructura familiar adecuada esto facilitará sus relaciones con las personas de su edad y su posterior integración dentro de la sociedad adulta donde deberá asumir nuevas responsabilidades (Casal, 2016).

Solemos pensar en el adolescente como una persona inconformista continuamente protestando por todo, por lo que se hace y por lo que no se hace, por lo que dice, por lo que se piensa, por las injusticias, etc... Todo ello es fruto del afán de perfección a la que aspira en su vida (García, 2015).

El adolescente no admite que las cosas se hagan mal o a medias. Es muy exigente con los demás pero sobre todo lo es consigo mismo. Piensa que sus padres no toman las decisiones adecuadas para resolver los problemas cotidianos. Piensa que están anticuados y que no hacen las cosas correctamente (Godoy, 2015).

Por eso es muy importante no intentar imponer nuestros criterios de manera rígida, intentar hablar con ellos, dialogar, no perder su confianza. Intentar imponer nuestros criterios a través del chantaje económico no es tampoco la mejor opción ya que el adolescente interpretará que se está intentando comprar su obediencia y su respeto (Granados, 2012).

La familia es, por tanto, el núcleo esencial en el que el adolescente debe encontrar por un lado el apoyo, la protección y el cariño necesarios y por otro el respeto hacia sus necesidades de independencia de perfección y de creatividad (Mendez, 2015).

La adolescencia

Se conceptualizan la adolescencia como un largo periodo de transición de la niñez a la edad adulta con dimensiones importantes de crecimiento físico y el cambio psicosocial, así como en todas las demás áreas de desarrollo, iniciando en la pubertad y terminando alrededor de los 20 años (Minsa, 2016).

La adolescencia se caracteriza por ser un momento vital en el que se suceden gran número de cambios que afectan a todos los aspectos fundamentales de una persona. Las transformaciones tienen tanta importancia que algunos autores hablan de este periodo como de un segundo nacimiento (Revuelta, 2015).

La mayoría de los niños y niñas entran a la adolescencia todavía percibiendo el mundo a su alrededor en términos concretos: Las cosas son correctas o no, maravillosas o terribles. Raras veces ven más allá del presente, lo que explica la incapacidad de los adolescentes jóvenes de considerar las consecuencias que sus acciones tendrán a largo plazo (Rodríguez, 2015).

Al final de la adolescencia, muchos jóvenes han llegado a apreciar las sutilezas de las situaciones e ideas y a proyectarse hacia el futuro. Su capacidad de resolver problemas complejos y sentir lo que los demás piensan se ha agudizado considerablemente. Pero debido a que todavía no tienen experiencia en la vida, hasta los adolescentes mayores aplican estas destrezas que recién encontraron de manera errática y por lo tanto, pueden actuar sin pensar (Aragones, 2014).

La adolescencia, esos años desde la pubertad hasta la edad adulta, se pueden dividir a groso modo en tres etapas: adolescencia temprana, generalmente entre los 12 y 13 años de edad; adolescencia media, entre los 14 y 16 años de edad; y adolescencia tardía, entre los 17 y 21 años de edad. Además del crecimiento fisiológico, de estos años se pueden extraer siete tareas clave de desarrollo intelectual, psicológico y social. El propósito fundamental de estas tareas es formar la propia identidad y prepararse para la edad adulta (Beneyto, 2014).

Si se puede decir que los adolescentes tienen un motivo para existir (además de dormir los fines de semana y limpiar el refrigerador), sería afirmar su independencia. Esto les exige distanciarse de mamá y papá. La marcha hacia la autonomía puede tomar muchas formas: menos afecto expresivo, más tiempo con los amigos, comportamiento polémico, desafiar los límites; la lista puede continuar (Casal, 2016).

Pero aún los adolescentes frecuentemente se sienten confundidos sobre abandonar la seguridad y protección del hogar. Pueden estar indecisos anhelando su atención, solo para regresar al mismo punto. Hasta ahora, la vida de un niño se ha desarrollado principalmente dentro de la familia (García, 2015).

La adolescencia tiene el efecto de una roca que cae al agua, ya que su círculo social repercute hacia afuera para incluir amistades con los miembros del mismo sexo, del sexo opuesto, diferentes grupos sociales y étnicos y otros adultos, como un maestro o entrenador favorito. Finalmente, los adolescentes desarrollan la capacidad de enamorarse y formar relaciones amorosas (Godoy, 2015).

No todos los adolescentes entran y salen de la adolescencia a la misma edad o muestran estas mismas conductas. Lo que es más, durante gran parte de su adolescencia, un joven puede ir más allá en algunas áreas del desarrollo que en otras. Por ejemplo, una chica de quince años de edad puede parecer físicamente un adulto joven, pero todavía puede actuar mucho como una niña ya que es hasta el final de la adolescencia que el

desarrollo intelectual, emocional y social empieza a alcanzar al desarrollo físico (Granados, 2012).

Pero más allá de aprender a prever las corrientes cambiantes de las emociones de los adolescentes, los padres pueden luchar con algunas emociones conflictivas de sí mismos. El orgullo que siente cuando ve a su adolescente independizarse puede disminuir con el sentimiento del desplazamiento. Por mucho que pueda aceptar intelectualmente que alejarse de los padres es una parte integral del crecimiento, es doloroso cuando el niño que suplicaba unirse a sus recorridos, ahora raras veces acepta que lo vean en público con usted, y además, solamente si el destino es un mínimo de un código de área de distancia (Mendez, 2015).

Es una tranquilidad saber que sentirse perdido es una reacción normal; que probablemente comparten la mitad de las mamás y papás junto a usted en una práctica de fútbol. Para los pediatras, ofrecer una guía y consejo a los padres es una parte importante y gratificante del día (Minsa, 2016).

La adolescencia es un periodo de la vida que transcurre entre la infancia y la edad adulta. Lo que caracteriza fundamentalmente a este periodo son los profundos cambios físicos, psicológicos, sexuales y sociales que tienen lugar en esos años. Es imposible establecer la franja exacta de edad en la que transcurre la adolescencia pero la Organización Mundial de la Salud considera que esta etapa va desde los 10 a los 19 años (Revuelta, 2015).

Todos esos cambios que viven los adolescentes hacen que en muchos casos sea un periodo difícil tanto para ellos como para sus familias. Pero a la vez es una etapa apasionante. El que antes era un niño ahora está madurando para convertirse en un adulto. Está descubriendo el mundo del que forma parte. Los que están cerca del adolescente, sobre todo sus padres, vivirán todos esos cambios con cierta inquietud pero deben saber que ellos pueden hacer mucho para que todo vaya bien (Aragones, 2014).

Por eso es muy importante que los padres de los adolescentes tengan toda la información posible sobre esta etapa y que se preparen para ella. Es bueno que antes de que llegue sepan ya en qué consistirá y lo que va a ocurrirle a su hijo o hija adolescente. Está claro que no todas las adolescencias son iguales pero hay algunos cambios físicos y psicológicos que provocan reacciones muy similares en la mayoría de los adolescentes (Beneyto, 2014).

Es muy variable y resulta difícil precisar con exactitud cuándo termina la adolescencia, dependiendo de factores sociales, económicos y culturales. Normalmente en sociedades más primitivas dura mucho menos que en sociedades más civilizadas. A su vez se ha comprobado que las mujeres maduran antes que los hombres. La adolescencia es un cambio en el ser humano que puede ser lento o tumultuoso en lo que se refiere a los deseos y aspiraciones, a los estados de ánimo y a la estimativa de los valores (Casal, 2016).

Este cambio produce una nueva concepción del mundo interior y del mundo exterior, un nuevo enfrentamiento con los conceptos éticos, religiosos y sociales y, una nueva valoración de lo pasado y, sobre todo, de lo futuro que colocan al ser en una crisis acuciante, profunda y larga. Edad que sucede a la niñez y que transcurre desde la pubertad hasta el completo desarrollo del organismo (García, 2015).

A diferencia de la pubertad, que comienza a una edad determinada (a los 9 años en las niñas y 11 en los niños aproximadamente) debido a cambios hormonales, la adolescencia puede variar mucho en edad y en duración en cada individuo pues ésta está más relacionada con la maduración de la psiquis del individuo y depende de factores psico-sociales más complejos (Revuelta, 2015).

Se ha determinado que la adolescencia representa el periodo de tiempo durante el cual una persona experimenta cambios a nivel físico, además de afrontar distintos cambios emocionales. Las edades, que se denominan a ser parte de la adolescencia, varían según la etnia y se extienden desde los preadolescentes a diecinueve años. De acuerdo con la

Organización Mundial de la Salud (OMS), la adolescencia abarca la época de la vida entre 10 y 20 años de edad (Rodríguez, 2015). Los problemas psicológicos de los adolescentes pueden incluir la madurez de su cuerpo, lo que conduce a una curiosidad acerca de las actividades sexuales, esto también, en algunos casos lleva a los embarazos de adolescentes. Además se manifiestan comportamientos con el objetivo de experimentar ciertas situaciones (beber alcohol, probar drogas) (Revuelta, 2015).

En algunos casos muy aislados, también pueden surgir problemas como la esquizofrenia, trastornos de la alimentación, y la depresión durante la adolescencia. Es una etapa en la que también se sufre de inseguridad emocional, y la búsqueda de una identidad distintiva, son problemas característicos que enfrentan los adolescentes. Además es común que los adolescentes expresen su deseo de ser como sus ídolos, y los toman como modelo a seguir (estrellas de rock o pop, y artistas de cine y televisión (Rodríguez, 2015).

La naturaleza de la conducta de un adolescente está fuertemente influenciada por sus amigos y compañeros, es por eso que la psicología para adolescentes ha adquirido una gran importancia en los últimos años debido al aumento de casos de adolescentes que sufren de depresión y falta de identidad con sus pares y dificultad para hacer amigos y crear vínculos (Aragones, 2014).

La relación con sus compañeros juega un papel muy, se observa que el 90% de los adolescentes se asocian con un grupo de pares, en casos en que los adolescentes reciben el apoyo necesario de sus pares, disminuye la probabilidad de sufrir de depresión o ansiedad (Beneyto, 2014).

A partir de las distintas teorías que se han presentado sobre la adolescencia, en la actualidad, los psicólogos de todo el mundo se esfuerzan por ayudar a los adolescentes de diversas maneras. El foco principal de la psicología para adolescentes tiene como objeto el trabajo de aspectos de bienestar social y los relacionados con los cambios físicos y mentales del individuo (Casal, 2016).

Esta etapa que se caracteriza especialmente por períodos de inestabilidad, aquí es donde la función del terapeuta cumple una función primordial para acompañar al adolescente en el tránsito de estos cambios. El crecimiento en una persona es físico, psicológico y social, se presenta a lo largo de la existencia, sin embargo, en la etapa de la adolescencia son muy significativos, ya que el individuo deja de ser niño para convertirse en adulto, con todas sus implicaciones (Aragones, 2014).

El crecimiento físico consiste en aumento de estatura y cambios en las proporciones corporales, y se presenta de dos maneras, una lenta y otra rápida; las etapas de la vida que manifiestan el crecimiento rápido son: entre el nacimiento y un año, y entre 12 y 18 años, ésta última es la que abarca la adolescencia (Revuelta, 2015).

El crecimiento físico en la adolescencia involucra las características sexuales tanto primarias como secundarias, es lo que se conoce propiamente con el nombre de pubertad, el término deriva del latín pubertad, cuyo significado es virilidad, esto es, biológicamente el individuo tiene madurez para la reproducción, más no madurez emocional. Intelectualmente en la adolescencia se empieza a pensar en términos abstractos, ya se es capaz de hacer inferencias y de razonar para la toma de decisiones adecuadas (Minsa, 2016).

Psicosocialmente, se pretende lograr cierto grado de autonomía e independencia de los padres, se busca formar una identidad, por lo que los padres deben tener un estilo educativo definido para poder ayudarles, ya que es preciso la guía adecuada y la sensibilidad para determinar en qué momento intervenir, porque en algunos aspectos el adolescente podrá tomar sus propias decisiones sin problema, pero en otras no, y es cuando los padres deben inmiscuirse, encauzándolo por el camino correcto (Aragones, 2014).

Escuela y familia

Junto con la familia, la escuela es otro gran agente socializador de primer orden. En la escuela será donde realmente el niño encuentre el grupo de pares, algo que le permitirá aumentar los entornos en los que se desenvuelve y que incrementará progresivamente (familia, escuela, compañeros, barrio, trabajo) hasta la inclusión total como ciudadanos que aportan a la sociedad (Beneyto, 2014).

El papel de la familia ha ido evolucionando con la incorporación de la mujer al mundo laboral y con otros cambios de diversa índole, sobre todo político y económico. Esta ha pasado de ser la encargada única y exclusiva de la formación de los hijos e hijas, a delegar en la escuela parte de esta tarea. Estos cambios de la sociedad actual son rápidos y profundos. La complejidad, cada vez mayor, demanda una nueva visión educadora de la familia y la escuela, lo que exige su compromiso para trabajar unidas en un proyecto común (Casal, 2016).

La familia como primer ámbito educativo necesita reflexionar sobre sus pautas educativas y tomar conciencia de su papel en la educación de sus hijos e hijas. La realidad actual se le escapa, y esto repercute en la vida del niño y la niña, lo cual conlleva a su vez problemas escolares y familiares que surgen a diario: desinterés, falta de motivación, dependencia, bajo rendimiento, fracaso escolar, violencia, etc., y no se pueden achacar a la sociedad en abstracto, a la familia, a la escuela o al alumnado, de manera independiente, sino que la interacción de todos ellos es la que propicia esta situación (García, 2015).

Son los padres y las madres quienes gozan de una relación de intimidad única que exclusivamente se da en el seno de la familia y que permite todo tipo de interrelaciones personales: de afecto, ayuda, orientación, soporte, etc, que influyen y modifican los comportamientos de todos sus miembros. Suele decirse que en una familia todos educan y son educados (Godoy, 2015).

Es necesaria una nueva forma de enfocar la educación en la familia, que ha de tomar conciencia de la necesidad de su participación en ámbitos sociales más amplios. Esto exige una formación de padres y madres a través de programas. Las propuestas han de ir enfocadas hacia intervenciones globales en las que se impliquen las instituciones sociales, escolares y familiares, desde una perspectiva interactiva, ecológica y comunitaria (Granados, 2012).

Construir esta relación no es fácil. Por una parte nos encontramos con padres y apoderados extremadamente ocupados en sus trabajos y, por ende, sin mucho tiempo extra. Por otra parte, nos encontramos con profesores que simplemente no quieren lidiar con tener padres y apoderados opinando sobre su labor docente y se niegan a crear instancias más allá de las formales y obligatorias (Godoy, 2015).

A pesar de lo complejo de la tarea, debemos entender los beneficios que esta relación conlleva. Si somos capaces de involucrar a las familias y hacerlas participantes activas de la educación de sus hijos, los beneficiados directos serán nuestros niños y niñas. Como educadores, debemos comprender que cada familia representa el contexto de cada estudiante y son parte fundamental de sus vidas y de quienes son como persona. La familia, cualquiera sea la definición o tipo que ésta tenga, es el recurso más preciado que tenemos para conocer mejor a los niños y niñas que estamos educando (Granados, 2012).

Para comenzar esta tarea es importante mandar una señal clara desde el inicio de la jornada escolar: nuestra sala de clases tiene que ser un espacio abierto, que no sólo acoja al niño o niña, sino que le abra las puertas y le dé la bienvenida a todo su entorno. Esta señal no siempre ocurre, en muchos centros educativos se fomenta una despedida rápida entre padres o apoderados y el niño o niña que asiste al establecimiento (Mendez, 2015).

La justificación por parte de los profesores y directivos es que así se disminuye la angustia de la separación y aumenta la autonomía del niño. Sin embargo, la ansiedad de la separación no sólo la vive el niño, sino que hay una familia completa que está viviendo

una experiencia nueva y hacer una despedida rápida, sólo soluciona la angustia del momento, pero no busca darle solución al problema de fondo (Minsa, 2016).

Cambiar este concepto de “despedida rápida” por una “acogida” nos permitirá generar una instancia diaria donde los padres y apoderados puedan involucrarse en el proceso educativo. Podemos comenzar por dejar 30 minutos de acogida cada mañana, para que cada familia tenga la posibilidad de comenzar la jornada con una transición paulatina, pausada y planificada. Para muchos padres, tíos, abuelos o quien sea que lleve al niño a la escuela, estos treinta minutos pueden ser los únicos que pasen juntos durante el día (Revuelta, 2015).

Es importante anticiparnos a este momento y planificar actividades, como por ejemplo, lectura de cuentos en la alfombra, juegos en las mesas, exposiciones de artes, etc. Además, si sabemos que alguno de nuestros niños le cuesta decir adiós, hay que tener un plan a seguir en conjunto con la persona que los lleva al colegio. Se puede escribir una carta cuando la persona se va, o tener acceso a un juguete traído de la casa que ayude a calmar la ansiedad (Beneyto, 2014).

La salud mental o bienestar psicológico

En la década de los 80 empiezan los primeros estudios sistemáticos donde se hacen consideraciones sobre el bienestar psicológico durante la infancia y la adolescencia. El estudio desarrollado por Harter es uno de los primeros estudios y en él se analizaba la percepción que los niños, niñas y adolescentes, a partir de los ocho años, tenían de sus propias aptitudes (Casal, 2016).

Cuando hablamos de la salud mental, estamos en presencia de un concepto complejo, que abarca varias áreas de nuestra vida cotidiana y de nuestro cuerpo, así como el bienestar y equilibrio que debe tener una persona en su aspecto psíquico, emocional y social. Tiene que ver directamente en como una persona determina cómo manejar el estrés

del día a día, como se relaciona con las personas de su alrededor y cuáles son las decisiones que toma cuando se le presentan adversidades (García, 2015).

La Organización Mundial de la Salud ha dicho que no existe una definición “oficial” de salud mental, sin embargo dice que es un estado completo de bienestar físico, mental y social, y no solamente se refiere a la ausencia de afecciones o enfermedades, esto evidentemente porque una persona cualquiera puede sufrir de estrés o de algún problema puntual y no necesariamente se dice que es una persona que no goce de salud mental (Godoy, 2015).

La salud mental está asociada al raciocinio de una persona, a sus emociones y como las controla y las externaliza, así como también su comportamiento frente a los hechos de la vida cotidiana como pagar las cuentas, perder el empleo, cambiar de residencia, etcétera. La salud mental nos conduce a tener una imagen positiva de nosotros mismos, por lo cual al tener una buena imagen de sí mismo, puedo proyectar una buena imagen a los demás (Granados, 2012).

Autores han dicho que la salud mental es el estado de equilibrio entre una persona y su entorno socio-cultural, por lo cual se puede decir que este tiene bienestar y que a su vez goza de una gran calidad de vida, y es así, porque, quien goza de salud mental, no solo goza de una aptitud positiva, sino que además ante las adversidades sabe cómo manejarlas y enfrentarlas. De allí que se asocia directamente con los términos salud y estado físico, aunque la salud mental va mucho más allá de la parte física y estado del cuerpo de una persona (Mendez, 2015).

La salud mental es un concepto dinámico, que está ligado a las condiciones de vida de las personas, a los avances científicos y a la evolución de la cultura, es lógico decir entonces que es dinámico, porque a medida que cambian las condiciones de vida de las personas, los avances de la ciencia y la propia cultura de los pueblos, entonces el concepto de salud mental puede variar dependiendo de todas éstas, ya que lo que para una

generación no causaba estrés, quizás para otra sea insoportable o lo que para una población sea causante de infelicidad para otros será causa de felicidad, como suele ocurrir en las ciudades superpobladas en comparación a los pueblos más remotos (Minsa, 2016).

Es por esto que la salud mental maneja áreas vitales en los que desarrolla en donde una persona debe ver si tiene salud mental o no como: espiritualidad, ya que las personas que creen en lo espiritual tienden a tener mejor salud mental que los demás y, siempre se mantienen en constante mantenimiento y conservación de su paz interna o espiritual, como es el caso de las personas practicantes de yoga; trabajo y ocio debido a que quien está trabajando y se siente útil, inevitablemente es feliz, y se siente realizado profesionalmente; amistad ya que quien tiene amigos (Revuelta, 2015).

Adicionalmente tiene con quien compartir sus logros, metas y adversidades; en el amor ya que una persona cuando se siente completamente amada se dice que es feliz y la persona que tiene autodominio y control en sus acciones y emociones es una persona completamente equilibrada, y que ante las adversidades logra encontrar soluciones, esto es fundamental para estar estable psicológicamente y gozar de plena salud mental (Rodríguez, 2015).

Estas son las áreas vitales en las que se basa la salud mental de una persona, si logra tener medianamente éxito en ellas entonces se puede decir que la persona de un equilibrio emocional, psíquico y social, lo cual lo hace ostentador de salud mental (Aragones, 2014).

Una persona que goza de salud mental se dice que tiene tres características fundamentales: está satisfecho consigo mismo, se acepta tal y como es, con sus virtudes y defectos; se siente bien con los demás, es decir, es capaz de relacionarse, comprender, entender y valorar a los que tiene a su alrededor y, por último, es capaz de satisfacer las demandas que la vida le presenta, porque las personas enfrentan los retos y deben tratar de salir vencedores de ellos, pero aunque fallen se logran reivindicar y seguir adelante (Aragones, 2014).

Existe un término o concepto mucho más antiguo que la salud mental, y es la higiene mental, la cual fue implementada por el psiquiatra estadounidense Clifford Whittingham Beers, en el año 1908 y quien fue el fundador del Comité Nacional de Higiene Mental, realizó además varias campañas por los derechos de los enfermos mentales. Es por eso que la gran mayoría asocia la salud mental con la psiquiatría y a su vez con problemas psiquiátricos que pueden sufrir las personas o pacientes (Beneyto, 2014).

Las enfermedades mentales son condiciones graves que pueden afectar el pensamiento humano y las acciones de las personas. Por eso cuando se habla de una persona que no goza de salud mental, podría estarse en presencia de una persona que tiene una enfermedad o problema psiquiátrico (Casal, 2016).

Es así también que se asocia en la actualidad el término de salud o higiene mental a aquellas actividades destinadas a lograr ese equilibrio necesario en las personas en su día a día, como por ejemplo hacer ejercicios luego de una fuerte jornada de trabajo, ir a un retiro alejado de la ciudad para disfrutar del silencio y la naturaleza, así como las merecidas vacaciones después de un año de trabajo, o un masaje anti-estrés o de relajación, todas esas actividades buscan mejorar la salud o higiene mental del individuo para mantener ese equilibrio necesario en su vida cotidiana (Godoy, 2015).

La salud mental es el estado de equilibrio que posee una persona con su entorno, abarcando desde el bienestar físico hasta el correcto funcionamiento de la psiquis del paciente. Se tiene salud mental cuando se alcanza determinado bienestar emocional, autonomía y calidad de vida, entre otros (Granados, 2012).

La Organización Mundial de la Salud impuso que no hay una definición oficial de lo que es la salud mental, siendo cada definición dada influenciada por las diferentes teorías o culturas. En general, el término “salud mental” se utiliza paralelamente a “estado físico”, aunque el primero abarca muchas más complejidades que simplemente el movimiento del individuo (Mendez, 2015).

Para poder formular una definición acerca de “salud”, se debe tener en cuenta el contorno sociocultural. Una definición de salud mental podría ser “el poder de relación entre un individuo y su entorno, pudiendo el mismo controlar consciente y voluntariamente sus acciones bajo distintos estímulos” (Minsa, 2016).

La salud mental es un componente integral y esencial de la salud. La Constitución de la OMS dice: «La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades.» Una importante consecuencia de esta definición es que considera la salud mental como algo más que la ausencia de trastornos o discapacidades mentales (Revuelta, 2015).

La salud mental es un estado de bienestar en el que la persona realiza sus capacidades y es capaz de hacer frente al estrés normal de la vida, de trabajar de forma productiva y de contribuir a su comunidad. En este sentido positivo, la salud mental es el fundamento del bienestar individual y del funcionamiento eficaz de la comunidad (Aragones, 2014).

La salud mental y el bienestar son fundamentales para nuestra capacidad colectiva e individual de pensar, manifestar sentimientos, interactuar con los demás, ganar el sustento y disfrutar de la vida. Sobre esta base se puede considerar que la promoción, la protección y el restablecimiento de la salud mental son preocupaciones vitales de las personas, las comunidades y las sociedades de todo el mundo (Beneyto, 2014).

La salud mental individual está determinada por múltiples factores sociales, psicológicos y biológicos. Por ejemplo, las presiones socioeconómicas persistentes constituyen un riesgo bien conocido para la salud mental de las personas y las comunidades. Las pruebas más evidentes están relacionadas con los indicadores de la pobreza, y en particular con el bajo nivel educativo (García, 2015).

La mala salud mental se asocia asimismo a los cambios sociales rápidos, a las condiciones de trabajo estresantes, a la discriminación de género, a la exclusión social, a los modos de vida poco saludables, a los riesgos de violencia y mala salud física y a las violaciones de los derechos humanos (Casal, 2016).

También hay factores de la personalidad y psicológicos específicos que hacen que una persona sea más vulnerable a los trastornos mentales. Por último, los trastornos mentales también tienen causas de carácter biológico, dependientes, por ejemplo, de factores genéticos o de desequilibrios bioquímicos cerebrales (Rodríguez, 2015).

La promoción de la salud mental consiste en acciones que creen entornos y condiciones de vida que propicien la salud mental y permitan a las personas adoptar y mantener modos de vida saludables. Entre ellas hay una serie de acciones para aumentar las posibilidades de que más personas tengan una mejor salud mental (Revuelta, 2015).

Un ambiente de respeto y protección de los derechos civiles, políticos, socioeconómicos y culturales básicos es fundamental para la promoción de la salud mental. Sin la seguridad y la libertad que proporcionan estos derechos resulta muy difícil mantener un buen nivel de salud mental (Minsa, 2016).

Las políticas nacionales de salud mental no deben ocuparse únicamente de los trastornos mentales, sino reconocer y abordar cuestiones más amplias que fomentan la salud mental como la incorporación de la promoción de la salud mental a las políticas y programas de los sectores gubernamental y no gubernamental. Además del sector de la salud, es esencial la participación de los sectores de la educación, el trabajo, la justicia, el transporte, el medio ambiente, la vivienda o la asistencia social (Mendez, 2015).

Importancia del entorno familiar en la salud mental

Con frecuencia se escucha lo importante que es la familia para cada uno de nosotros, se toman decisiones importantes en función del concepto de familia, el

concepto que cada uno lleva consigo, lo que hemos aprendimos desde que éramos niños, niñas y fuimos construyendo a lo largo de la vida (Granados, 2012).

Hablar de la familia es referir de una variedad innumerable de características y situaciones, se tomarán las más comunes que se presenten en la actualidad, con el fin didáctico de explicar la importancia de la familia para el individuo (niño o adulto, padre, hija, etc.) y su salud mental (Aragones, 2014).

Existen momentos críticos para la familia, por ejemplo la separación de la pareja nuclear (padre-madre) quienes como fundadores de ésta al separarse pueden dejar la sensación que todo ha terminado y que los hijos (niños o adolescentes) correrán graves peligros porque sus progenitores ya no están juntos, si antes no se amaban, no se respetaban, no se relacionaban sanamente sin conflictos, eso no era importante, lo catastrófico es que la pareja deje de convivir junta, ese detalle nos deja un claro ejemplo de cómo tendemos a distorsionar la real importancia de la familia en nuestras vidas (Aragones, 2014).

Una familia no se fundamenta en un hogar “casa” con todos sus miembros dentro en convivencia, una familia es mucho más que eso, el rol de la familia en la sociedad y para cada uno de nosotros es fundamental debido a que es el medio natural e idóneo en el que nos desarrollamos constantemente como persona; todo ser vivo cuenta con un medio en el que se desarrolla, si ese medio no ofrece las condiciones adecuadas para cada sujeto, el sujeto perece (Beneyto, 2014).

Es importante tomar de referencia lo que puede ocurrir con otros seres vivos en etapa de desarrollo, seres distintos a los humanos cuyo existencia es de menor complejidad, por ejemplo; cuando una inundación ataca un sembrío de maíz; se arruina la cosecha, la planta no crece y no logra producir las mazorcas o si logra crecer y dar frutos, el fruto esta echado a perder, y si ponemos como ejemplo un sembrío de arroz este necesita un medio húmedo en un nivel específico para cultivarse, si es muy seco o se

inunda tampoco habrá cosecha, entonces así como no podemos cultivar camarones en tierra fértil porque ese no es el medio idóneo para que se produzca esa especie (Casal, 2016).

El sujeto humano necesita un medio específico, natural e idóneo en el cual desarrollarse y de preferencia ese medio tiene que prestar las condiciones para crecer en forma saludable, ese medio para el sujeto humano es la familia, sea una familia monoparental (con un solo progenitor, porque el otro progenitor falleció, abandonó, desapareció), tradicional (la que está constituida por mamá, papá e hijos), extensa (aquellas familias que comparte convivencia en el mismo inmueble con abuelos, tíos, primos), tengamos en cuenta que la estructura familiar no determina la funcionalidad de una familia (García, 2015).

El rol que cumple la familia en la salud mental de cada individuo

Es importante considerar que la Familia puede ser tipificada por su estructura; es decir, por cómo está constituida, sin embargo más allá de esa tipificación; monoparental, tradicional, extensa, debemos considerar que la familia debe ser funcional, eso implica que cumpla con las funciones que como familia tiene a pesar de la existencia de separaciones, crisis, pérdida de algún miembro, problemas económicos y cualquier situación que la afecte (Revuelta, 2015).

En muchas ocasiones sucede que ante la crisis la familia aún no se tiene claro la importancia de sus funciones, por el contrario se debilita y en lugar de promover el sano desarrollo de cada uno de sus miembros esta se convierte en un factor de riesgo adoptando conductas poco saludables y de riesgo cada uno de los integrantes (Revuelta, 2015).

Entre las conductas poco saludables y de riesgo tenemos por ejemplo, el consumo de alcohol u otras drogas, situación que puede conllevar a problemas de dependencia a estas sustancias; descuido y falta de motivación para trazarse metas y obtener logros en

el plano académico, laboral, familiar desencadenando problemas de inadaptación y trastornos afectivos; en casos más drásticos puede conllevar a la inmersión en conducta delictiva y conflictos con la ley, todas las descritas son formas de perecer como sujeto en la sociedad actual (Rodríguez, 2015).

En este punto es importante preguntarnos, ¿Tenemos claro cuáles son las funciones de la familia?... En términos sencillos la familia cumple con tres funciones básicas para el sano desarrollo de cada uno de sus miembros; protección, cuidado y brindar afecto, la clave de nuestra supervivencia humana de forma saludable reside en recibir protección, cuidado y afecto, a la vez bajo el cumplimiento de esa premisa es transmitida a los hijos, quienes aprenden de la experiencia vivida a brindar protección, cuidado y afecto, lo harán en el momento que se encuentran listos y la situación lo amerita, recordemos que todos somos hijos (Aragones, 2014).

Debemos recordar además que no podemos brindar lo que no tenemos, por eso cuando nos encontremos ante una situación de crisis, por ejemplo, en la que un hijo o hija adolescente no muestre respeto hacia sus padres, es importante preguntarse, si ese adolescente se siente respetado por su padre, es importante cuestionarse hasta encontrar la respuesta y solucionar el conflicto explicando a su hijo o hija sobre la reciprocidad y cómo debe respetarle en función del respeto que usted pone como ejemplo, o sea reconociendo que está vulnerando el derecho de su hijo o hija a ser respetado acompañado de la respectiva rectificación (Beneyto, 2014).

La salud mental y la sociedad

Al hablar de las funciones de la familia y reducirlas en tres actividades aparentemente sencillas protección, el cuidado y brindar afecto, debe quedar claro que esas funciones son procesos que nos pueden resultar difíciles; sin embargo, está garantizado que tenemos la predisposición para ponerlas en práctica diariamente, además cabe señalar que por la forma en la que está integrada la familia generalmente padres e hijos, gran parte de la responsabilidad de nutrir a los miembros de la familia, dotarlos de equilibrio emocional y promover su madurez recae sobre los adultos (Casal, 2016).

Generalmente los progenitores, son quienes han alcanzado la madurez necesaria para cumplir cabalmente con el funcionamiento familiar, lo que nos devuelve a la premisa de “no se puede brindar lo que no se tiene”, añadiendo que “es difícil promover lo que no eres”, los adultos tienen la responsabilidad de mantenerse sanos emocional, física y espiritualmente (García, 2015).

Así, a pesar de que existen una serie de situaciones y condiciones bajo las cuales encontraremos dificultades, tenemos el potencial biológico, psicológico y social para superar los conflictos, las crisis, los impases que la vida familiar conlleva y cumplir adecuadamente, promoviendo la salud física y emocional de los hijos (García, 2015).

Adicionalmente es importante propiciar el desarrollo y fortalecimiento de sus habilidades y destrezas, moldeando su conducta hacia un estilo de vida saludable, estableciendo normas de convivencia basadas en el amor, el respeto, la tolerancia, la solidaridad y demás valores éticos y morales, preparando así a los niños, niñas y adolescentes de la familia para construir relaciones sociales saludables y lograr un desarrollo personal pleno, con la capacidad de resolver los problemas y superar las crisis parte de nuestra convivencia habitual como seres humanos conviviendo en sociedad (Godoy, 2015).

La sociedad nuestra gran familia, la familia amplia, misma de la que somos críticos al observar cómo se pierden valores, como nos deshumanizamos y atacamos entre nosotros, en los noticieros, redes sociales y demás prensa, podemos apreciar el aumento de delitos, desde crímenes de odio a mentiras piadosas que en apariencia no dañan a nadie, así como observamos los cambios sociales que nos transforman como sociedad, ante una preocupante pasividad que no podemos seguir permitiendo, porque a diferencia del maíz, del arroz o el camarón especies del mundo vegetal y animal expuestas como metáforas, la especie humana, tiene un nivel de desarrollo activo en la sociedad (Granados, 2012).

2.1.2. Marco referencial sobre la problemática de investigación.

2.1.2.1. Antecedentes investigativos.

Teniendo en cuenta que el tema a ser investigado como lo es el entorno familiar y la salud mental no se investigado anteriormente, se puede aseverar que existen jóvenes que no son sanos emocionalmente, ya que en su gran mayoría presentan una baja autoestima, problemas conductuales, consumo de drogas ,depresión, ansiedad etc. lo que conduce en un gran porcentaje a un bajo rendimiento escolar. Todas estas falencias en un gran porcentaje radica del entorno familiar en el que ellos han crecido, familias disfuncionales, padres maltratadores, padres emigrantes etc. (Aragones, 2014).

Sobre la familia se han desarrollado diferentes teorías sobre la evolución de las estructuras familiares y sus funciones. Según éstas, en las sociedades más primitivas existían dos o tres núcleos familiares, a menudo unidos por vínculos de parentesco, que se desplazaban juntos parte del año pero que se dispersaban en las estaciones con escasez de alimentos. La familia era una unidad económica: los hombres cazaban mientras que las mujeres recogían y preparaban los alimentos y cuidaban de los niños. En este tipo de sociedad era normal el infanticidio (muerte dada violentamente a un niño de corta edad) y la expulsión del núcleo familiar de los enfermos que no podían trabajar (Beneyto, 2014).

La constitución de la familia se remonta hasta los primeros momentos del hombre, incluso numerosas especies animales constan de una organización más o menos compleja en cuanto a materia familiar se refiere (Casal, 2016).

En la cultura azteca era predominante monogámica y no obstante la ilicitud de la poligamia se toleraba en el caso de la clase dirigente o de las clases sociales altas. La estructura familiar era patriarcal. Por lo que la familia no es un elemento estático sino que ha evolucionado en el tiempo en consonancia con las transformaciones de la sociedad

relacionada con los factores políticos, sociales, económicos y culturales. Debido a esta evolución la familia ha cambiado su estructura e incluso sus funciones (García, 2015).

Según estudios realizados por la Universidad de Colorado en Estados Unidos, se analizó el entorno familiar de 100 familias para saber acerca de la incidencia del entorno familiar en la salud mental de sus integrantes. La metodología que se utilizó fue observar el comportamiento de los adolescentes dentro y fuera de su entorno familiar, lo que derivó en algunas conclusiones y posibles soluciones en los diferentes contextos analizados (Eguiluz, 2014).

El análisis realizado se concluyó que el ambiente familiar es el conjunto de relaciones que se establecen entre los miembros de la familia que comparten el mismo espacio. Cada familia vive y participa en estas relaciones de una manera particular, de ahí que cada una desarrolle unas peculiaridades propias que le diferencian de otras familias (D'Agostino, 2016).

Pero el ambiente familiar, sea como sea la familia, tiene unas funciones educativas y afectivas muy importantes, ya que partimos de la base de que los padres tienen una gran influencia en el comportamiento de sus hijos y que este comportamiento es aprendido en el seno de la familia (Giberti, 2015).

El estudio recalcó que lo que difiere a unas familias de otras es que unas tienen un ambiente familiar positivo y constructivo que propicia el desarrollo adecuado y feliz del niño, y en cambio otras familias, no viven correctamente las relaciones interpersonales de manera amorosa, lo que provoca que el niño no adquiera de sus padres el mejor modelo de conducta o que tenga carencias afectivas importantes (Rubio, 2014).

Finalmente el estudio realizado recomendó algunas posibles soluciones en los diferentes contextos en los cuales se desarrollan las familias para que esta el ambiente

familiar pueda influir correctamente en los niños que viven en su seno, siendo fundamental que los siguientes elementos tengan una presencia importante y que puedan disfrutar del suficiente espacio (Polaino, 2013):

- Amor
- Autoridad participativa
- Intención de servicio
- Trato positivo
- Tiempo de convivencia

1. AMOR

Que los padres queremos a nuestros hijos es un hecho evidente. Pero que lo manifestemos con suficiente claridad ya no resulta tan evidente. Lo importante es que el niño se sienta amado. Para ello, además de decírselo con palabras, tenemos que demostrar que nos gusta como es, que queremos su felicidad, que sienta la seguridad que le damos, el apoyo y el reconocimiento y ayudarle en todo lo que necesite. Y esto se consigue mediante los pequeños detalles de cada día: mostrando interés por sus cosas, preguntando, felicitando, sabiendo lo que le gusta e interesa, y mostrándonos comprensivos y pacientes.

2. AUTORIDAD PARTICIPATIVA

Tiene que ver con la manera de ejercer la autoridad. Considero indiscutible que los padres deben saber cómo ejercer la autoridad. La autoridad es un derecho y una obligación que parte de nuestra responsabilidad como padres en la educación de nuestros hijos. Pero la autoridad sólo tendrá una función educativa correcta si se ejerce de manera persuasiva cuando los hijos son pequeños, y de manera participativa cuando ya sean mayores. Difícilmente serán educativos aquellos mandatos que no vayan precedidos de razones o que no hayan tenido en cuenta las opiniones y las circunstancias de los hijos.

3. INTENCIÓN DE SERVICIO

La intención del servicio que brindamos los padres a los hijos tiene que ver con la intencionalidad o la finalidad de nuestra autoridad y de nuestras relaciones en general. Los padres debemos buscar la felicidad de nuestros hijos y ayudarles para que su vida sea más agradable y más plena. Nunca debemos utilizar nuestra autoridad para aprovecharnos de nuestros hijos ni vivirla como un privilegio o una ventaja que tenemos sobre ellos.

4. TRATO POSITIVO

El trato que brindamos a nuestros hijos y a nuestra pareja debe ser de calidad y positivo, es decir, agradable en las formas y constructivo en el contenido. Es frecuente que nuestros hijos escuchen de nuestros labios más críticas que halagos. No debería ser así. Debemos comentar todo lo bueno que tienen las personas que conviven con nosotros y todo lo positivo de sus acciones. También podemos y debemos comentar las cosas negativas, pero no debemos permitir que nuestro afán perfeccionista nos haga ver sólo los defectos que hay que mejorar. Pensemos que con ello podríamos lesionar gravemente uno de sus mejores recursos: su autoestima.

5. TIEMPO DE CONVIVENCIA

La quinta condición para un buen ambiente familiar es que tengamos suficiente tiempo para compartir con los hijos y con la pareja. Seguramente es una condición que muchas veces no depende de nosotros y que a veces resulta difícil de conseguir. Pero es necesario que exista tiempo libre para disfrutar en familia y que permita conocernos los unos a los otros, explicarnos lo que hacemos, lo que nos gusta y lo que nos preocupa, y que podamos ayudarnos y pasarlo bien juntos.

Muchas veces no es necesario disponer de mucho tiempo, sino que el tiempo que tengamos sepamos utilizarlo correctamente. Algunos padres disponen de mucho tiempo para pasar con los hijos, pero están con ellos mientras está la tele encendida, hacen la cena, hablan por teléfono y otras mil cosas a la vez, sin prestar demasiada atención a “estar” realmente con su hijo. Quizás es mejor para el niño que sólo dispongas de un par de horas pero que estés con él dibujando, yendo en bicicleta o explicándole un cuento. Ese es un

tiempo de convivencia de calidad, porque tu atención está centrada en tu hijo y eso él lo nota y lo agradece.

Cuanto mejor se cumplan estos 5 requisitos y más atención pongamos en ellos, mejor será la educación que recibirá vuestro hijo de su entorno familiar, y gracias a ella él conseguirá:

- Recibir la información adecuada sobre aquellas actitudes y valores sociales y personales que se consideran correctos, gracias al buen ejemplo de sus padres.
- Recibir información sobre sí mismos, sobre cómo son, a través de nuestras opiniones, reacciones y juicios de valor y de la calidad del trato que les otorgamos.
- Desarrollar la confianza en sí mismo y la autoestima gracias a las manifestaciones de amor y de reconocimiento que colman sus necesidades afectivas básicas: necesidad de afecto, necesidad de aceptación y necesidad de seguridad.

2.1.2.2. Categorías de análisis.

Se indica que la cercanía emocional, adecuada comunicación y apoyo mutuo son factores claves para la buena salud mental de la familia, ya que las relaciones entre los miembros de una familia y los roles asignados a cada uno de ellos van a indicar los niveles de salud mental (Buttiglione, 2015).

A continuación se indican algunas categorías de análisis para mantener una buena salud mental en la familia:

- **Elevar la autoestima a niños evita problemas en su aprendizaje**

Los principales objetivos de la familia responden a la protección de sus miembros y la transmisión de la cultura, considerando que son la base de la sociedad. Sin embargo, al verse afectado el entorno familiar puede también convertirse en el escenario donde surgen inseguridades, temores y problemas a los que son expuestos sus miembros pudiendo afectar su salud mental (Aragones, 2014).

En el entorno familiar se produce una serie de interacciones que van a ser interiorizadas; es donde el individuo obtiene su mayor fuente de afecto y apoyo. Allí también se origina situaciones de interacciones que influyen en el desarrollo de la autoestima, la identidad personal y el aprender; tanto para asumir responsabilidades así como para solucionar problemas (Beneyto, 2014).

- **Fortalecer la autoestima de los niños**

Lo ideal es convivir en un ambiente familiar de protección, afecto, amor y una adecuada comunicación; donde además los niños puedan crecer con buena autoestima y seguridad en sí mismos. De esta manera, ante algún problema podrán solucionarlos sin llegar a la división, descalificación o agresión. Para mantener el equilibrio en la familia es importante respetar los espacios físicos o de tiempos de cada uno de los miembros. Así mismo la comunicación debe ser abierta, honesta y clara para tratar cualquier asunto; además que en la pareja debe haber respeto (Casal, 2016).

- **Entorno familiar y su incidencia en la salud mental**

Sabemos la importancia que juega el papel de la familia en la evolución positiva de la enfermedad, el proceso rehabilitador que sufre la persona de salud mental, el apoyo y comprensión de sus allegados y familiares quien los tenga. La convivencia diaria con un

familiar que presenta un problema de salud mental conlleva una serie de cargas objetivas como subjetivas que se traduce en una respuesta emocional del familiar (García, 2015).

La carga familiar repercute en distintas áreas del cuidador: Las tareas de la casa, las relaciones de pareja, familiares y sociales, el desarrollo personal y el tiempo libre, la economía familiar, la salud mental y el malestar subjetivo del cuidador relacionado con la enfermedad. Desde que comienzan a observarse los síntomas hasta la fase de aceptación de la misma la familia por lo general, manifiesta diversas reacciones: Elusión del problema, negación de la realidad y sobreprotección, hasta llegar a la reacción positiva de la enfermedad (García, 2015).

Un entorno familiar adecuado es primordial en la recuperación de una enfermedad mental crónica. La familia puede contrarrestar la tendencia de los pacientes a abandonar el tratamiento farmacológico y psicoterapéutico, así como la reeducación de hábitos de vida esenciales para el tratamiento (Godoy, 2015).

A pesar de todos los cambios sociales de los últimos tiempos la familia sigue siendo el lugar al que recurrimos los individuos para satisfacer nuestras necesidades de seguridad física y emocional, salud y bienestar. Es frecuente que demos poco valor al papel que el entorno familiar juega en los procesos de enfermar. Recordemos algunas de las influencias de la familia sobre la salud (Granados, 2012):

1. La familia es la fuente principal de nuestras creencias y pautas de comportamiento relacionadas con la salud
2. Las tensiones que sufre la familia en el esfuerzo de adaptarse a las distintas etapas vitales por las que atraviesa pueden repercutir en la salud de sus miembros

3. La familia y sus miembros pueden sufrir el déficit y las sobrecargas de la convivencia con el enfermo, aumentando el riesgo de desarrollar sus propios síntomas.
4. Las familias son un recurso valioso y una fuente de apoyo para el adecuado tratamiento de la enfermedad.

- **La familia como agente de salud**

El desarrollo de hábitos saludables y el cuidado de la salud en los hijos e hijas es, sin lugar a dudas, uno de los aspectos de la vida en los que la labor como padres y madres adquiere una importancia máxima. Esto es así porque a edades tempranas los niños y niñas son seres dependientes, que van adquiriendo autonomía poco a poco, y muchas de las decisiones sobre su salud recaen en nuestras manos (Aragones, 2014).

También porque a esas edades tempranas se aprenden muchos de los hábitos y conductas que nos acompañarán por el resto de nuestras vidas y, nos guste o no, los padres y madres somos un espejo en el que nuestros hijos e hijas se miran constantemente para aprender a relacionarse con el mundo (Beneyto, 2014).

Un buen rendimiento cognitivo en la adolescencia está relacionado con una mayor probabilidad de gozar de buena salud en la vida adulta. Los adolescentes que viven en un ambiente que estimula la inteligencia muestran mejores habilidades verbales, matemáticas y de razonamiento. Y este entorno no se circunscribe al ámbito escolar: los estudios señalan que cuanto mayor es el nivel educativo y ocupacional de los progenitores, también mayor es el rendimiento de sus hijos (Casal, 2016).

Los progenitores juegan un papel fundamental en la creación de un entorno intelectual estimulante para sus descendientes. El desarrollo cognitivo de niños

y adolescentes no depende solo del ámbito escolar. Uno de los factores más importantes es el nivel educativo y ocupacional de ambos padres (García, 2015).

2.1.3. Postura teórica.

La postura teórica como resultado del material bibliográfico consultado en la elaboración del presente informe de investigación, recalca la importancia del entorno familiar en la salud mental, señalándose aspectos importantes de los síntomas y enfermedades que se enmarcan en lo que es una familia, así como causas y efectos en la salud mental de los integrantes de la misma.

La comunicación es uno de los aspectos que marcan y demuestran el grado de salud mental de una familia. Las relaciones entre los miembros de una familia, roles asignados y asumidos van a pautar también niveles de salud mental tanto de cada uno de sus miembros como de la familia como grupo o sistema.

Lo intergeneracional es un aspecto muy importante en lo que es la salud mental de una familia. Esto se relaciona con:

- las ideas,
- memorias,
- pensamientos,
- anécdotas,
- valores que se transmiten de generación en generación y marcan a una familia.

La capacidad de un grupo familiar de trascender los valores instituidos que se han conformado a lo largo de su historia tanto de la familia en sí misma como de generaciones anteriores y de conformarse como grupo familiar propiamente dicho, con canales de

comunicación saludables, conformarán un grupo familiar activo y por lo tanto, sano; trascendiendo así al grupo familiar ideal para el desarrollo de los niños y niñas.

Un grupo familiar pasivo es aquel no ha sabido o podido trascender su propia historia, sus roles asumidos y naturalizados en base a creencias, hechos históricos y otras configuraciones que la han marcado y por lo tanto, no ha podido configurarse como grupo familiar activo, en relación a la realidad que le ha tocado vivir.

En suma, la familia va a poder ser causante de la enfermedad mental de alguno de sus miembros y éste será el emergente de la enfermedad familiar. Será el emergente que de alguna forma se hace cargo de la enfermedad de la familia.

Ejemplos de esta situación es cualquier enfermedad de tipo psicológico que pueda tener un miembro familiar o síntomas que alguno de ellos manifiesta. En estos casos, la familia debería tomar al síntoma o enfermedad de uno de sus miembros como parte de la enfermedad o de aspectos no sanos de la familia como grupo y no solamente del miembro familiar enfermo.

2.2. HIPÓTESIS

2.2.1. Hipótesis general

- El entorno familiar incide en la salud mental de los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa “Quevedo”, año 2017

2.2.2. Subhipótesis o derivadas

- Identificando las causas que inciden para que no exista un entorno familiar adecuado ayudaría a los estudiantes de la Unidad Educativa “Quevedo”.
- Determinando la influencia del entorno familiar, edificaría la salud mental de los estudiantes de la unidad Educativa Quevedo.
- Proponiendo el desarrollo de talleres de inteligencia emocional mejoraría la salud mental de los estudiantes de la Unidad Educativa “Quevedo”.

2.2.3. Variables

Variable Independiente

- Entorno familiar

Variable Dependiente

- Salud mental

CAPÍTULO III.- METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. RESULTADOS OBTENIDOS DE LA INVESTIGACIÓN

3.1.1. Pruebas estadísticas aplicadas

La población objeto de estudio de la presente investigación, fueron los estudiantes de la Unidad Educativa “Quevedo”, del cantón Quevedo, conjuntamente con el personal docente y los padres de familia, los mismos que nos brindaron información importante sobre analizar la influencia del entorno familiar en la salud mental de los estudiantes de la Unidad Educativa “Quevedo”, año 2017.

Para definir el tamaño de la muestra es necesario la utilización de una formula estadística, la cual considerando que la población es grande será utilizada y se tomará como muestra el resultado de la población detallada.

Dónde:

$$n = \frac{K^2 N p q}{e^2 (N - 1) + K^2 p q}$$

n= Tamaño de la muestra

K= Nivel de confianza 1,96

N= Población o universo

p= Variabilidad positiva 50%

q= Variabilidad negativa 50%

e= Margen de error 5%

Aplicando la fórmula estadística se tiene:

$$n = \frac{(1,96)^2 (4114) (0,5) (0,5)}{(0,05)^2 (4114 - 1) + (1,96)^2 (0,5) (0,5)}$$

$$n = \frac{(3,8416) (4114) (0,25)}{(0,0025) (4113) + 3,8416 (0,25)}$$

$$n = \frac{(3,8416) (1028,5)}{10,2825 + 0,9604}$$

$$n = \frac{3951,0856}{11,2429}$$

$$n = 351,4203$$

$$n = \mathbf{351}$$

En la presente investigación elaboraremos las encuestas tomando como valor referencial el tamaño de la muestra máxima que es de 351 padres de familia y estudiantes de la Unidad Educativa “Quevedo”, para elaborar las encuestas de la presente investigación según datos adjuntos.

Tabla 1. Población y muestra

Estratos	Población	Muestra
Directora	1	1
Docentes	42	42
Estudiantes sección matutina y vespertina	4114	351
Padres de familia o Representantes	4114	351
Total	8271	745

Fuente: Unidad Educativa “Quevedo”

Elaborado por: Karina Ponce Espinoza

3.1.2. Análisis e interpretación de datos

Encuesta realizada a los padres de familia de la Unidad Educativa “Quevedo”, cantón Quevedo, provincia de Los Ríos, periodo lectivo 2017 – 2018.

1. ¿Con qué frecuencia conversan como familia?

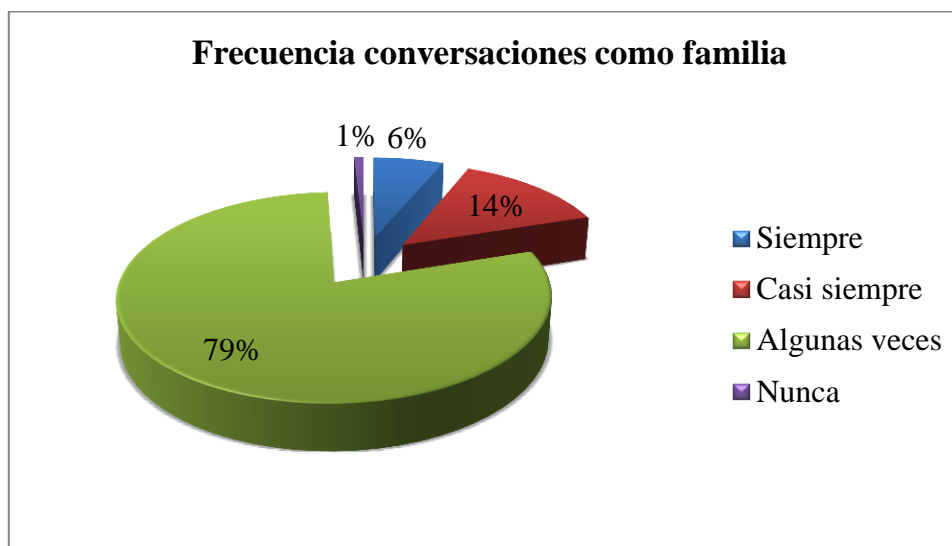
Tabla 2. Frecuencia conversaciones como familia

Alternativa	Encuesta	%
Siempre	22	6,27
Casi siempre	48	13,68
Algunas veces	278	79,20
Nunca	3	0,85
Total	351	100,00

Fuente: Unidad Educativa “Quevedo”

Elaborado por: Karina Ponce Espinoza

Gráfico 1. Frecuencia conversaciones como familia



Fuente: Unidad Educativa “Quevedo”

Elaborado por: Karina Ponce Espinoza

Análisis. - La encuesta realizada nos dio como resultado en un 6% que siempre los padres de familia junto con sus hijos mantienen conversaciones como familia, un 14% casi siempre, un 79% algunas veces y un 1% afirmaron que nunca mantienen conversaciones como familia.

Interpretación. - Es importante que los padres de familia mantengan conversaciones frecuentes con sus hijos como familia, ya que esto redundará en que los estudiantes mantengan una buena salud mental que optimizará su rendimiento académico

2. ¿Las manifestaciones de cariño forman parte de su entorno familiar?

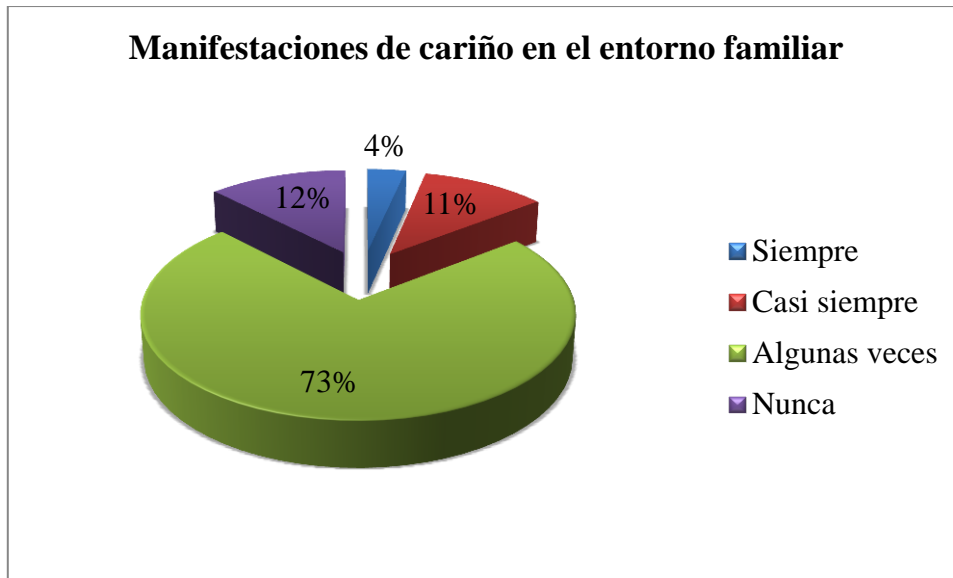
Tabla 3. Manifestaciones de cariño en el entorno familiar

Alternativa	Encuesta	%
Siempre	12	3,42
Casi siempre	39	11,11
Algunas veces	257	73,22
Nunca	43	12,25
Total	351	100,00

Fuente: Unidad Educativa “Quevedo”

Elaborado por: Karina Ponce Espinoza

Gráfico 2. Manifestaciones de cariño en el entorno familiar



Fuente: Unidad Educativa “Quevedo”

Elaborado por: Karina Ponce Espinoza

Análisis.- Los padres de familia encuestados manifestaron en un 4% que siempre expresan manifestaciones de cariño en el entorno familiar de sus hijos, un 11% casi siempre, un 73% algunas veces y un 12% manifestaron que nunca.

Interpretación.- Es importante que los padres expresen manifestaciones de cariño hacia sus hijos como parte de su entorno familiar, ya que las demostraciones de afecto van a mejorar su rendimiento académico y también va a influir para que mantengan una excelente salud mental como parte de su crecimiento y desarrollo personal.

Encuesta realizada a los estudiantes de la Unidad Educativa “Quevedo”, cantón Quevedo, provincia de Los Ríos, periodo lectivo 2017 – 2018.

1. ¿Con qué frecuencia conversan como familia?

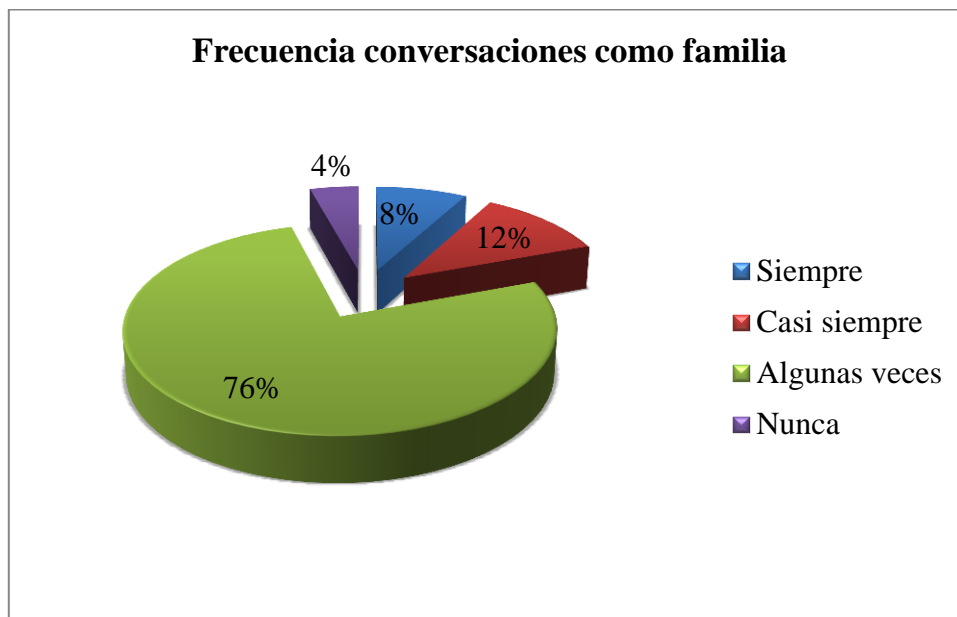
Tabla 4. Frecuencia conversaciones como familia

Alternativa	Encuesta	%
Siempre	28	7,98
Casi siempre	40	11,40
Algunas veces	268	76,35
Nunca	15	4,27
Total	351	100,00

Fuente: Unidad Educativa “Quevedo”

Elaborado por: Karina Ponce Espinoza

Gráfico 3. Frecuencia conversaciones como familia



Fuente: Unidad Educativa “Quevedo”

Elaborado por: Karina Ponce Espinoza

Análisis.- Los estudiantes encuestados manifestaron que en un 8% que sus padres mantienen conversaciones con ellos frecuentemente como familia, un 12% casi siempre, un 76% algunas veces y un 4% afirmaron que nunca.

Interpretación.- Es importante que los estudiantes crezcan y se desarrollen en un entorno familiar donde sus padres siempre dialoguen y se comuniquen entre todos como familia, lo cual incidirá positivamente en el fortalecimiento de su salud mental.

2. ¿Las manifestaciones de cariño forman parte de tu entorno familiar?

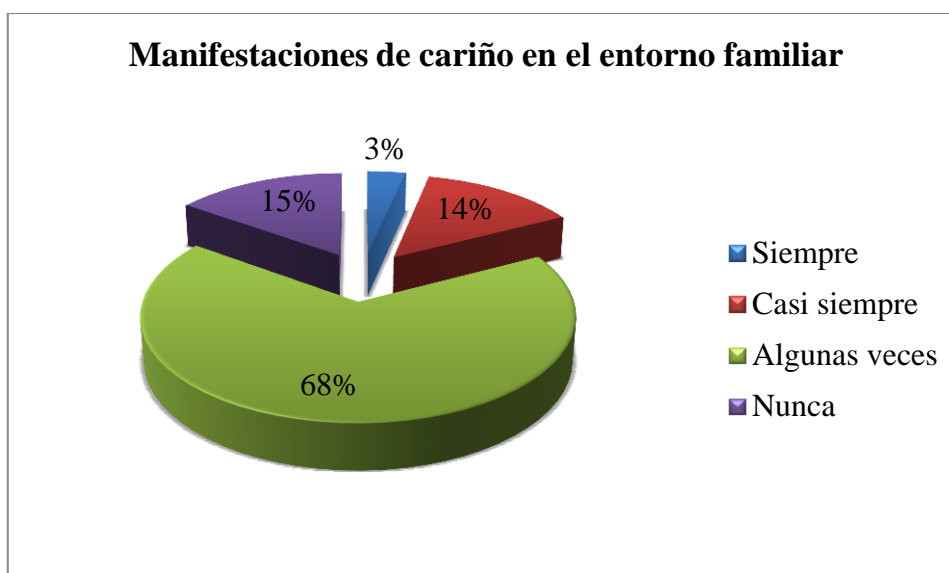
Tabla 5. Manifestaciones de cariño en el entorno familiar

Alternativa	Encuesta	%
Siempre	12	3,42
Casi siempre	49	13,96
Algunas veces	237	67,52
Nunca	53	15,10
Total	351	100,00

Fuente: Unidad Educativa “Quevedo”

Elaborado por: Karina Ponce Espinoza

Gráfico 4. Manifestaciones de cariño en el entorno familiar



Fuente: Unidad Educativa “Quevedo”

Elaborado por: Karina Ponce Espinoza

Análisis.- La encuesta realizada nos dio como resultado que los estudiantes encuestados afirmen en un 3% que las manifestaciones de cariño forman parte de su entorno familiar, un 14% manifestaron que casi siempre, un 68% algunas veces y un 15% afirmaron que nunca.

Interpretación.- Es importante que las manifestaciones de cariño de los padres hacia sus hijos y entre todos los miembros de la familia sea expresadas de manera continua como parte del entorno familiar de los estudiantes, lo cual va a influir de manera positiva en su salud mental como parte de su desarrollo físico e intelectual.

3.2. CONCLUSIONES ESPECÍFICAS Y GENERALES

3.2.1. Específicas

- Las causas que inciden para que no exista un entorno familiar adecuado en las familias de los estudiantes de la Unidad Educativa “Quevedo” son no conversar frecuentemente como familia, falta de manifestaciones de cariño, discusiones de los padres en presencia de sus hijos, no pasar tiempo juntos para divertirse en familia y la carencia en la enseñanza de principios y valores.
- El entorno familiar influye en la salud mental de los estudiantes de la Unidad Educativa Quevedo, ya que es el primer agente de socialización que posee el niño y por lo tanto una gran influencia en su desarrollo social y afectivo. Por lo anterior podemos concluir que si el entorno familiar tiene un ambiente equilibrado, positivo y cargado de estímulos que promuevan un desenvolvimiento adecuado, el estudiante tendrá oportunidades de adquirir competencias que lo ayudarán a actuar de manera efectiva en otros contextos, principalmente el escolar y social.
- No se han realizado talleres dirigidos padres de familia y estudiantes en la Unidad Educativa “Quevedo”, para capacitarlos acerca de cómo promover un entorno familiar equilibrado, positivo y cargado de estímulos que tienda a fortalecer la salud mental de los estudiantes de la Unidad Educativa “Quevedo”.

3.2.2. General

- El desarrollo de la salud mental de los estudiantes siempre viene precedido de un entorno familiar favorable, concluyéndose que es ese entorno familiar favorable lo que frecuentemente influye en la trayectoria de ese desarrollo que tienen lugar en casa, con la familia, en la escuela, con compañeros, vecinos y amigos.

3.3. RECOMENDACIONES ESPECÍFICAS Y GENERALES

3.3.1. Específicas

- Para promover un entorno familiar adecuado en las familias de los estudiantes de la Unidad Educativa “Quevedo”, se recomienda a los padres de familia que se dediquen a pasar más tiempo conversando con sus hijos, que eviten discutir en presencia de ellos, que sepan aceptar los defectos de cada uno de los miembros de la familia y saber sobrellevarlos, expresar manifestaciones de cariño y encargarse personalmente de inculcar principios y valores con el ejemplo.
- Es recomendable propiciar un entorno familiar adecuado que ejerza una gran influencia en su desarrollo social y afectivo de los estudiantes de la Unidad Educativa “Quevedo”, motivando a los padres de familia a esforzarse por mantener un ambiente equilibrado, positivo y cargado de estímulos que promuevan un desenvolvimiento adecuado que influya en la salud mental de sus hijos, principalmente en el contexto escolar y social.
- La falta de conocimiento de los padres de familia de la Unidad Educativa “Quevedo” sobre como propiciar un entorno familiar adecuado, hace necesario que se motive la realización de talleres que tienda a fortalecer la salud mental de los estudiantes de la Unidad Educativa “Quevedo”.

3.3.2. General

- Propiciar un entorno familiar que incida favorablemente en la salud mental de los estudiantes de la Unidad Educativa “Quevedo” no constituye un objetivo inalcanzable, haciéndose necesario contrarrestar esta carencia con conocimientos y experiencia suficientes para empezar a reducir los efectos de esta problemática.

CAPÍTULO IV.- PROPUESTA TEÓRICA DE APLICACIÓN

4.1. PROPUESTA DE APLICACIÓN DE RESULTADOS

4.1.1. Alternativa obtenida

Taller para propiciar un entorno familiar adecuado que incida favorablemente en la salud mental de los estudiantes de la Unidad Educativa “Quevedo”, cantón Quevedo, año 2017.

4.1.2. Alcance de la alternativa

La alternativa de incentivar en la Unidad Educativa “Quevedo”, la realización de un taller para propiciar un entorno familiar adecuado que incida favorablemente en la salud mental de los estudiantes, tendrá como alcance fortalecer el ambiente familiar de acuerdo a los siguientes argumentos:

- El ambiente familiar influye de manera decisiva en nuestra personalidad. Las relaciones entre los miembros de la casa determinan valores, afectos, actitudes y modos de ser que el niño va asimilando desde que nace. Por eso, la vida en familia es un eficaz medio educativo al que debemos dedicar tiempo y esfuerzo. La escuela complementará la tarea, pero en ningún caso sustituirá a los padres.
- El ambiente familiar es el conjunto de relaciones que se establecen entre los miembros de la familia que comparten el mismo espacio. Cada familia vive y participa en estas relaciones de una manera particular, de ahí que cada una desarrolle unas peculiaridades propias que le diferencian de otras familias. Pero el ambiente familiar, sea como sea la familia, tiene unas funciones educativas y

afectivas muy importantes, ya que partimos de la base de que los padres tienen una gran influencia en el comportamiento de sus hijos y que este comportamiento es aprendido en el seno de la familia.

- Lo que difiere a unas familias de otras es que unas tienen un ambiente familiar positivo y constructivo que propicia el desarrollo adecuado y feliz del niño, y en cambio otras familias, no viven correctamente las relaciones interpersonales de manera amorosa, lo que provoca que el niño no adquiera de sus padres el mejor modelo de conducta o que tenga carencias afectivas importantes.

De acuerdo a los argumentos anteriormente planteados, el ambiente familiar es el conjunto de relaciones que se establecen entre los miembros de la familia que comparten el mismo espacio. Cada familia vive y participa en estas relaciones de una manera particular, de ahí que cada una desarrolle unas peculiaridades propias que le diferencian de otras familias.

Es importante recalcar que el ambiente familiar, sea como sea la familia, tiene unas funciones educativas y afectivas muy importantes, ya que partimos de la base de que los padres tienen una gran influencia en el comportamiento de sus hijos y que este comportamiento es aprendido en el seno de la familia.

Se concluye que lo que difiere a unas familias de otras es que unas tienen un ambiente familiar positivo y constructivo que propicia el desarrollo adecuado y feliz del niño, y en cambio otras familias, no viven correctamente las relaciones interpersonales de manera amorosa, lo que provoca que el niño no adquiera de sus padres el mejor modelo de conducta o que tenga carencias afectivas importantes, lo que finalmente puede llegar a influir que incida de forma negativa en la salud mental de que impida el desarrollo adecuado y feliz del niño.

4.1.3. Aspectos básicos de la alternativa

4.1.3.1 Antecedentes

La familia continúa siendo una institución educativa fundamental e insustituible, a pesar de que son muchos los cambios que ha experimentado y plurales sus estructuras en la actualidad. La calidad de vida depende de la propia acción educativa en el seno familiar. La familia es un sistema complejo con múltiples relaciones y funciones tanto internas como externas.

Suele haber amplia coincidencia en el establecimiento de la equivalencia entre familia e institución educadora o, lo que es lo mismo, en la afirmación de la familia como espacio de humanización, de socialización y de solidaridad (Martínez Rupérez, 1995).

Efectivamente, la familia es un sistema educativo con funciones de crianza, de protección y de educación. Estas funciones pueden ser desempeñadas de una manera adecuada o inadecuada así como con mayor o menor amplitud y facilidad en función de las estructuras. Sin duda, la realización adecuada de estas funciones generará un clima y unas vivencias de calidad en el hogar que posibilitarán la formación y el desarrollo pleno de sus miembros y tendrá una incidencia positiva en su salud mental que fortalecerá la futura calidad de vida de los hijos.

El sistema familiar, además de proporcionar las condiciones para la supervivencia biológica, posibilita el logro de la autonomía personal de los hijos que presentan una inmadurez biopsicosocial en su nacimiento. Es fundamentalmente en el entorno familiar, aunque no únicamente en el, donde los niños adquieren los valores básicos, las actitudes, las creencias, las ideas, las normas, los hábitos y las destrezas elementales que van configurando su acervo cognitivo y experiencial. En el entorno familiar se dan también los estímulos, tanto cognoscitivos como afectivos, los modelos de referencia y las pautas de

vida. Estos aprendizajes vivenciales son muy efectivos por su precocidad, intensidad y permanencia afectiva.

Sin embargo, dada la incidencia que tienen otros sistemas de socialización en la vida del niño, se precisa coherencia y complementariedad entre ellos y el entorno familiar. Ahora bien, al no darse siempre esta coherencia, la acción educativa de la familia, al ser previa, más extensa y próxima, puede equilibrar estas influencias.

Una institución educativa en la que se hace necesario analizar cómo incide la influencia del entorno familiar en la salud mental de sus estudiantes, es la Unidad Educativa “Quevedo” de la ciudad de Quevedo, provincia de Los Ríos, periodo lectivo 2017 – 2018, pretendiendo identificar las causas que inciden para que no exista un entorno familiar adecuado en las familias de los estudiantes de la mencionada Unidad Educativa.

Con los antecedentes anteriormente expuestos, la realización del presente informe de investigación pretende del entorno familiar en la salud mental de los estudiantes de la Unidad Educativa “Quevedo”, así como establecer de qué manera incide la realización de un taller para fortalecer la salud mental de los estudiantes que pudieran estar siendo afectados por esta problemática.

4.1.3.2. Justificación

El entorno familiar desempeña una función esencial en la educación, afectividad y salud mental de los hijos. La estabilidad psíquica y la maduración afectiva dependen en gran medida del clima de relación y de comunicación que se da en la familia. El ser humano que se siente amado, querido y acogido aprende a amar, a querer y a acoger a los demás.

Es en el grupo familiar en donde se puede dar ese trato personalizado y ese apoyo incondicional que necesita el ser humano. La combinación óptima para la crianza y la educación de los hijos es una comunicación fluida con unas normas flexibles dentro de una relación de afectividad.

Al mismo tiempo, el entorno familiar se tendrá que especializar también en dar apoyo y oportunidad de desarrollo a cada miembro en función de sus propias características, es decir, en hacer posible la realización personal de sus miembros. El contexto familiar es un espacio privilegiado para el desarrollo social ya que es un ámbito en donde se dan múltiples interacciones, en donde se comparten los espacios, el tiempo, las salidas, las diversiones, las experiencias, en donde se aprende a través de la confrontación con los otros, en donde se aprende a convivir y a ser con los otros.

El cultivo familiar de las aptitudes sociales adquiere una importancia decisiva en nuestra sociedad ya que se constata en ella un descenso en los compromisos permanentes entre las personas así como una mayor fragilidad y vulnerabilidad en las relaciones. Se ha señalado que hoy, y todavía más en el futuro, la familia está pasando de ser una unidad de amor y convivencia a ser una unidad de producción.

La importancia que merece un entorno familiar adecuado radica en la formación en valores -no sólo de convivencia sino también morales - y en la configuración de las identidades sociales, justificando su importancia conviniendo destacar la relevante función que la familia ejerce ante las situaciones de dificultad, de crisis o de adversidad de alguno de sus miembros, al activar los lazos de solidaridad y los mecanismos de apoyo, si bien los cambios en la estructura y en las funciones familiares hacen muchas veces realmente difícil el desempeño de esta función.

4.2. OBJETIVOS

4.2.1. General

- Elaborar talleres para capacitar a los padres de familia y estudiantes para propiciar un entorno familiar adecuado que incida favorablemente en la salud mental de los estudiantes de la Unidad Educativa “Quevedo”, cantón Quevedo, año 2017.

4.2.2. Específicos

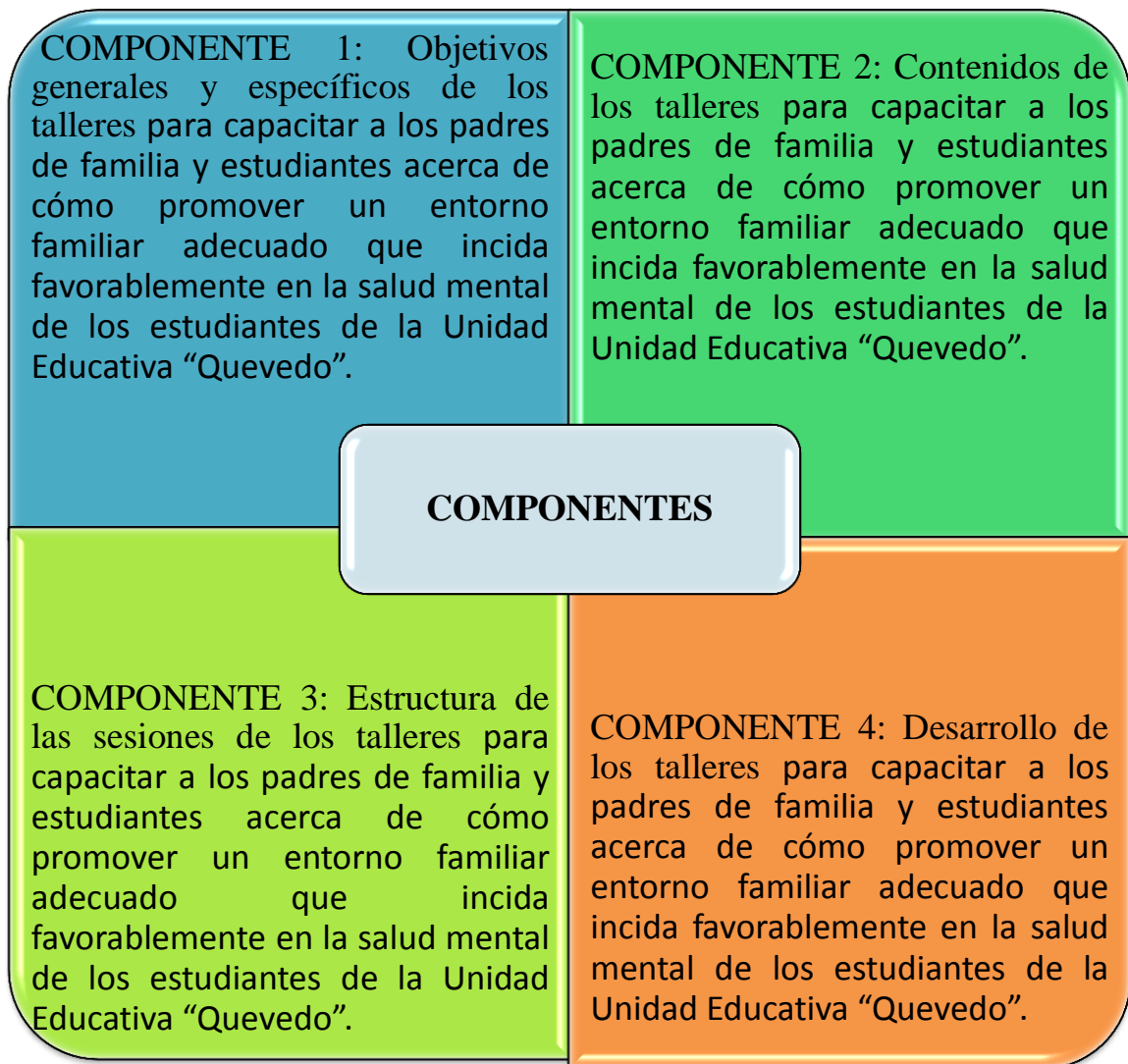
- Definir los objetivos de los talleres para capacitar a los padres de familia y estudiantes acerca de cómo promover un entorno familiar equilibrado, positivo y cargado de estímulos que incida favorablemente en la salud mental de los estudiantes de la Unidad Educativa “Quevedo”.
- Establecer la estructura del taller para capacitar a los padres de familia y estudiantes acerca de cómo promover un entorno familiar equilibrado, positivo y cargado de estímulos que incida favorablemente en la salud mental de los estudiantes de la Unidad Educativa “Quevedo”.
- Socializar la realización de talleres para capacitar a los padres de familia y estudiantes acerca de cómo promover un entorno familiar equilibrado, positivo y cargado de estímulos que incida favorablemente en la salud mental de los estudiantes de la Unidad Educativa “Quevedo”.

4.3. ESTRUCTURA GENERAL DE LA PROPUESTA

4.3.1. Título

- Elaboración de talleres para capacitar a los padres de familia y estudiantes acerca de cómo promover un entorno familiar equilibrado, positivo y cargado de estímulos que incida favorablemente en la salud mental de los estudiantes de la Unidad Educativa “Quevedo”.

4.3.2. Componentes



COMPONENTE 1.

OBJETIVOS GENERALES Y ESPECÍFICOS DE LOS TALLERES

Entre los objetivos generales y específicos de los talleres para capacitar a los padres de familia y estudiantes acerca de cómo promover un entorno familiar adecuado que incida favorablemente en la salud mental de los estudiantes de la Unidad Educativa “Quevedo”, podemos mencionar los siguientes:

OBJETIVOS

A. GENERALES:

- A.1. Ayudar a los padres o tutores a promover un entorno familiar saludable de sus adolescentes.
- A.2. Aportar recursos y fórmulas a los adolescentes que les facilite el desarrollo personal y su adaptación saludable al entorno.
- A.3. Entrenar a los adolescentes en las habilidades necesarias para elegir las conductas más saludables.

B. ESPECIFICOS:

B.1. En relación con los padres o tutores:

- B.1.1. Conocer los factores que favorecen el desarrollo del adolescente y cuáles su deterioro.

- B.1.2. Reflexionar sobre cómo mejorar las habilidades de diálogo de los padres o tutores con sus adolescentes.
- B.1.3. Favorecer una actitud positiva de los padres o tutores hacia sus adolescentes que mejore la autoestima y la asertividad de los mismos y favorezca su desarrollo personal.
- B.1.4. Concienciar a los padres o tutores de los beneficios que puede reportar dialogar con sus adolescentes sobre los comportamientos relacionados con la salud, planificar actividades juntos y actuar como modelos a imitar.

B.2. En relación con los adolescentes :

- B.2.1. Conocerse y comprenderse mejor.
- B.2.2. Aceptar la figura corporal.
- B.2.3. Fomentar una visión realista y positiva de sí mismo y de las propias posibilidades.
- B.2.4. Conocer y comprender mejor a los demás.
- B.2.5. Aceptarse y aceptar a los demás.
- B.2.6. Desarrollar la capacidad de expresar deseos, emociones o peticiones.
- B.2.7. Desarrollar la capacidad de control libre y responsable de los deseos, emociones y conductas en relación con la salud.
- B.2.8. Desarrollar la capacidad de aceptar o rechazar las demandas de los demás, resistiendo a las presiones externas.

B.2.9. Ayudar a comprender diferentes perspectivas de un problema o conflicto.

B.2.10. Saber afrontar los conflictos interpersonales.

B.2.11. Reconocer los valores de la familia, del entorno familiar y de ellos mismos.

B.2.12. Comprender la forma en que los valores afectan a la conducta.

B.2.13. Practicar el establecimiento de metas a corto y largo plazo, y aprender a lograrlas.

B.2.14. Saber predecir los resultados de sus acciones.

B.2.15. Ensayar un modelo para la toma de decisiones en relación con la salud.

COMPONENTE 2.

CONTENIDOS DE LOS TALLERES

Entre los contenidos de los talleres para capacitar a los padres de familia y estudiantes acerca de cómo promover un entorno familiar adecuado que incida favorablemente en la salud mental de los estudiantes de la Unidad Educativa “Quevedo”, incluirán la siguiente metodología:

De las actividades para padres o tutores:

- Desarrollo normal del adolescente incluyendo información sobre desarrollo físico, sexual y emocional.
- Factores que favorecen el desarrollo y el deterioro del adolescente.
- Signos y síntomas de enfermedad y alteración emocional.
- Conductas de los padres o tutores que promuevan el entorno familiar saludable del adolescente.
- Relaciones de ayuda en la convivencia con nuestros adolescentes: cómo ayudar a aceptarse, comunicarse y resolver los conflictos.
- Orientaciones para ayudar a los adolescentes a evitar comportamientos potencialmente nocivos y a ser firmes ante la presión de los demás en las decisiones tomadas.

De las actividades para adolescentes:

- El autoconcepto y los pensamientos erróneos.

- La figura corporal.
- Concepto de autoestima y estrategias para favorecerla.
- El desarrollo de las posibilidades personales.
- La tolerancia y la aceptación de las diferencias.
- La comunicación eficaz y la resolución de conflictos sin causar daño a los demás.
- Fórmulas para mejorar la asertividad.
- Análisis, ordenamiento y elección de valores.
- Pronóstico de resultados y estrategias para la toma de decisiones en relación con la salud mental.

De acuerdo con las actividades anteriormente descritas tanto para padres como estudiantes, se realizarán dos ciclos de tres talleres según el siguiente contenido

:

- Un taller para padres o tutores titulado “Ayudándonos a promover la adaptación saludable de nuestros adolescentes”, que constará de cinco sesiones.
- Un taller para adolescentes titulado “Aprendiendo a aceptarnos”, que constará también de cinco sesiones.

Es recomendable que las sesiones sean de hora y media, en la sala multiusos de la Unidad Educativa “Quevedo” fuera de la jornada laboral de los estudiantes, quedando pendiente establecer los días adecuados para que pueden participar y estar presente todos los padres de familia y estudiantes.

COMPONENTE 3.

ESTRUCTURA DE LAS SESIONES DE LOS TALLERES

Dentro de la estructura de las sesiones de los talleres para capacitar a los padres de familia y estudiantes acerca de cómo promover un entorno familiar adecuado que incida favorablemente en la salud mental de los estudiantes de la Unidad Educativa “Quevedo”, se regirá de acuerdo al siguiente formato:

ESTRUCTURA DE LOS TALLERES PARA PADRES Y ADOLESCENTES

OBJETIVOS	ACTIVIDADES
TALLER 1. Mi bandera personal	
<ul style="list-style-type: none">• Presentarse uno a uno participantes.• Conocer las necesidades expectativas de cada uno.	Cada padre o tutor escribirá en los 6 campos de una bandera: qué es lo que más le gusta de su familia, tres cualidades de su hijo, necesidades de su hijo, cómo son los adolescentes de hoy, tres cualidades tuyas como padre o madre y qué espera del taller. A continuación, se van presentando uno a uno los participantes y explicando lo escrito en su bandera personal.

TALLER 2. ¿Qué entendemos por entorno familiar y salud mental?	
<ul style="list-style-type: none"> • Intercambiar opiniones sobre el concepto entorno familiar y salud mental, lo que inquieta a los adolescentes, sus necesidades y lo que buscan. 	<p>¿Qué es el entorno familiar y cómo influye en la salud mental de los adolescentes? Al final se reflexiona sobre el concepto de entorno familiar (como forma de vivir que busca que las personas puedan participar activamente en la vida de la comunidad a la que pertenecen), lo que inquieta a los adolescentes, sus necesidades, lo que buscan y lo que incide en su salud mental.</p>
TALLER 3. ¿Qué es la autoestima?	
<ul style="list-style-type: none"> • Conocer las bases teóricas de la autoestima. 	<p>Exposición teórica sobre cuáles son las bases de la autoestima, el efecto Pygmalion, cómo influye la autoestima en la vida cotidiana del adolescente y síntomas de baja autoestima en nuestros hijos.</p>
TALLER 4. Las etiquetas en el entorno familiar	
<ul style="list-style-type: none"> • Experimentar las presiones que ejercen sobre uno las expectativas de los demás. • Mostrar los efectos que las etiquetas producen en el comportamiento de cada uno dentro de un grupo como es la familia. 	<p>Se discute en grupo cómo repartir los limitados recursos con los que cuenta una hipotética asociación entre dos campañas de prevención dirigidas a padres de adolescentes: una de prevención de drogodependencias y otra de prevención de trastornos de la conducta alimentaria. Cada participante lleva en la frente una etiqueta que él desconoce (aprécíame, consúltame, obedéceme, ignórame, hazme caso, ayúdame, ten compasión de mí, cuídate de mí mala suerte, aconséjame, enséñame, respétame, búrlate de mí, castígame) y el resto del grupo le trata conforme a la etiqueta. Tras diez a quince minutos de discusión, cada padre va diciendo, por turno, si ha logrado adivinar lo que dice su etiqueta y expresar lo que ha sentido ante las reacciones de los demás. Al final, se reflexiona sobre cómo las etiquetas que los demás nos ponen condicionan nuestro comportamiento y qué conclusiones podemos trasladar al grupo familiar.</p>

TALLER 5. Estrategias para afrontar conductas problemáticas habituales y resolver conflictos

- Compartir estrategias parentales para afrontar conductas problemáticas habituales y resolver conflictos entre padres y adolescentes.

A partir de la presentación de distintas estrategias (los 4 pasos, las 3 R, los 5 peldaños y el enfoque REC) para afrontar conductas problemáticas habituales y resolver conflictos, los padres comparten estrategias particulares que en su experiencia como tales les han sido eficaces.

TALLER 6. Mi compromiso

- Practicar el establecimiento de metas y aprender a lograrlas.
- Experimentar que personas de su alrededor le pueden ayudar a conseguir sus metas.

Cada adolescente escribe en “un contrato” una meta a cumplir en dos semanas. Habla sobre su meta con un compañero y hace una lista de tres objetivos o pasos específicos que le ayudarán a lograr su meta. Firma el contrato y su compañero lo atestigua.

TALLER 7. Mi familia también me ayuda

- Practicar el establecimiento de metas a largo plazo y aprender a lograrlas.
- Experimentar que personas de su familia le pueden ayudar a conseguir sus metas.

Se presentan distintas situaciones por escrito y se descubre en grupo posibles prejuicios y comportamientos intolerantes, y cómo se debería afrontar la situación aceptando las diferencias.

TALLER 8. Evaluar para mejorar

- Evaluar el taller.

Cada adolescente dice cómo se ha sentido en el taller, lo que le ha gustado, lo que no, y propone mejoras.

COMPONENTE 4.

DESARROLLO DE LOS TALLERES PARA PADRES

TALLER 1. Mi bandera personal

Objetivos

- Presentarse uno a uno los participantes.
- Conocer las necesidades y expectativas de cada uno.

Participantes del taller:

- Padres de familia y adolescentes.

Duración aproximada

- Seis minutos para rellenar los campos de la bandera.
- Dos minutos por cada padre para la exposición.

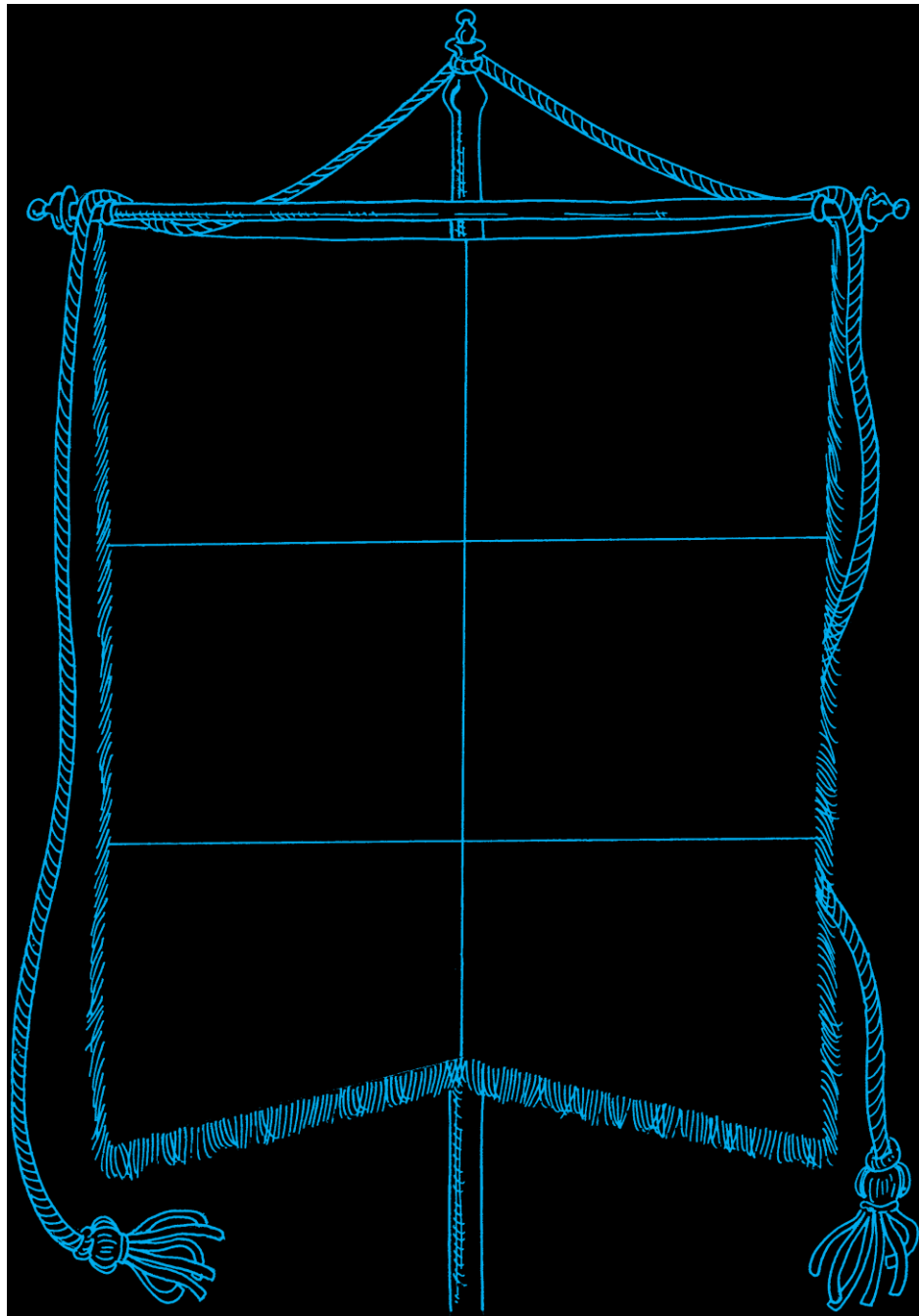
Materiales necesarios:

- Una fotocopia para cada padre de la hoja “Mi bandera personal”.
- Un bolígrafo para cada participante.

Descripción

- Cada padre o tutor escribirá en los 6 campos de una bandera: qué es lo que más le gusta de su familia, tres cualidades de su hijo, necesidades de su hijo, cómo son los adolescentes de hoy, tres cualidades tuyas como padre o madre y qué espera del taller. A continuación, se van presentando uno a uno los participantes y explicando lo escrito en su bandera personal.

Mi Bandera personal



Casilla 1: ¿Qué es lo que más me gusta de mi familia?

Casilla 2: Tres cualidades de mi hijo / a

Casilla 3: Necesidades de mi hijo / a

Casilla 4: ¿Cómo son los adolescentes de hoy?

Casilla 5: Tres cualidades mías como padre o madre

Casilla 6: ¿Qué espero de este taller?

TALLER 2. ¿Qué entendemos por entorno familiar y salud mental?

Objetivos

- Intercambiar opiniones sobre el concepto entorno familiar y salud mental, lo que inquieta a los adolescentes, sus necesidades y lo que buscan.

Participante del taller

- Padres de familia y adolescentes.

Duración aproximada

- De 30 a 45 minutos.

Materiales necesarios

- Una hoja plantilla de preguntas y un bolígrafo para cada grupo.
- Un juego de hojas con base teórica para cada participante.

Descripción

- Philips 6/6 (trabajo en grupos de 6 durante 6 minutos) sobre qué es entorno familiar y salud mental. Cada grupo rellena uno o varios de los 5 apartados de las hojas plantilla de preguntas. Al final se reflexiona sobre el concepto de salud (como forma de vivir que busca que las personas puedan participar activamente en la vida de la comunidad a la que pertenecen), lo que inquieta a los adolescentes, sus necesidades y lo que buscan. Se les entrega un juego de hojas con base teórica a cada uno.

¿QUÉ ES EL ENTORNO FAMILIAR?

¿QUÉ LA FAVORECE?

¿QUÉ LA DETERIORA?

¿QUÉ LES INQUIETA A LOS ADOLESCENTES?

¿QUÉ LES MOTIVA?

¿QUÉ NECESITAN LOS ADOLESCENTES?

¿QUÉ BUSCAN?

¿QUÉ ES LA SALUD MENTAL?

¿QUÉ LA FAVORECE?

¿QUÉ LA DETERIORA?:

QUÉ RESPONDER A LAS PREGUNTAS DEL ADOLESCENTE:

¿El mundo cambia?

¿Me quieren los demás?

¿Ha cambiado mi cuerpo?

¿Ha cambiado mi cabeza?

¿Me entienden mis amigos?

¿Me respetan mis padres?

CONCEPTO ACTUAL ENTORNO FAMILIAR Y SALUD MENTAL

Una forma de vivir, un equilibrio dinámico que pretende lograr un nivel de bienestar físico, mental, social y espiritual de modo que las personas puedan participar activamente en la vida de la comunidad a la que pertenecen

¿CÓMO ES EL ADOLESCENTE NORMAL?

- Cambia de ser el hijo de alguien a ser alguien.
- Preocupación por el cuerpo y la personalidad propias.
- Expresión de impulsos sexuales intensos.
- Aumento en tamaño físico e impulsos agresivos.
- Desarrolla la capacidad para el pensamiento abstracto.
- Amplia fluctuaciones en la conducta y las actitudes.
- Pertenencia a una cultura grupal coetánea.
- Socialización a espaldas de la familia.
- Contempla su vida privada como más importante que la académica e intelectual.
- Se considera integrado en la comunidad en que vive.
- Obtiene satisfacción de sus trabajos y de sus relaciones sociales.
- Sublima su enfado con el deporte y actividades recreativas.
- Vive en la diada dependencia-individualización.
- Paulatinamente, debe conseguir estos logros:
 - La separación e independencia de los padres.
 - El establecimiento de la identidad sexual adulta.
 - La dedicación al trabajo.
 - El desarrollo de un sistema de valores morales.
 - Capacidad para establecer relaciones duraderas con su pareja.
 - Un retorno a los padres basado en una igualdad relativa.
 - Interés por la ética o la religión.
 - Idealismo.

¿QUÉ LES INQUIETA A LOS ADOLESCENTES DE HOY?

Las inquietudes giran en torno a:

- Ser criticado por sus padres.
- El grupo de iguales, los amigos.
- El aspecto y el vestir.
- Sentirse útil y competente.
- Actividades recreativas, “salir”.
- La posición social, que no siempre coincide con la función social.
- El consumismo.
- Mundos fantásticos.
- Cambios vertiginosos.
- Ingresos económicos y conocimientos.
- Grupos minoritarios.
- Hipocresía competitiva.

¿QUÉ NECESITAN LOS ADOLESCENTES?

Jerarquía de las necesidades según Maslow:

- Necesidades fisiológicas.
- Necesidades de seguridad.
- Necesidades de aceptación o pertenencia y de afecto o amor.
- Necesidades de estima, respeto y reconocimiento.
- Necesidades de autorrealización, de saber y comprender, estéticas.

¿QUÉ BUSCAN?

- Adolescencia temprana - Aún identidad infantil, pero baja del pedestal a sus padres, los cuestiona (edad: 10-13 años en muchachas y 12-14 años en muchachos):

- Búsqueda de la independencia de los padres (aunque necesita de ellos para su sostenimiento económico y emocional).
 - Búsqueda de nuevas identificaciones en otros adultos que queden fuera del papel autoritario.
 - Búsqueda de amistades del mismo sexo.
- Adolescencia media - Tiempo para decidir, se meditan muchas opiniones y creencias, se rechazan en un momento y luego se revisan y aceptan, se siente inseguro sobre quién es (edad: 13-16 años en muchachas y 14-17 años en muchachos):
 - Búsqueda de amistades de ambos sexos.
 - Búsqueda de relaciones sexuales superficiales.
 - Búsquedas vocacionales.
 - Búsqueda de la primera ocupación para ganar el primer dinero.
- Adolescencia tardía - Logro de la identidad adulta, su conducta es el resultado de las elecciones hechas, permite que otros sean quienes son y acepta y aprecia las diferencias (edad: 16-20 años en muchachas y 17-20 años en muchachos; puede alargarse hasta los 25-30 años):
 - Búsqueda de la autosuficiencia económica.
 - Búsqueda de relaciones sexuales íntimas.
 - Independencia emocional y aceptación realista de los padres.
 - Establecimiento de una identidad adaptada a las normas sociales.

TALLER 3. ¿Qué es la autoestima?

Objetivos

- Conocer las bases teóricas de la autoestima.

Participantes del taller

- Padres de familia y adolescentes.

Duración aproximada

- De 20 a 30 minutos.

Materiales necesarios

- Un juego de hojas de teoría sobre la autoestima para cada participante.

Descripción

- Exposición teórica sobre cuáles son las bases de la autoestima, el efecto Pygmalion, cómo influye la autoestima en la vida cotidiana del adolescente y síntomas de baja autoestima en nuestros hijos.

¿QUÉ ES LA AUTOESTIMA?

Es la percepción evaluativa de uno mismo. Nadie puede dejar de pensar en sí mismo y de evaluarse. Todos desarrollamos una autoestima suficiente o deficiente, positiva o negativa, alta o baja..., aunque no nos demos cuenta. Importa, por tanto, desarrollarla de la manera más REALISTA y POSITIVA posible y que nos permita descubrir nuestros recursos personales, para apreciarlos y utilizarlos debidamente, así como nuestras deficiencias, para aceptarlas y superarlas en la medida de nuestras posibilidades.

¿CUÁLES SON LAS BASES DE LA AUTOESTIMA?

El autoconcepto (imagen que una persona tiene acerca de sí misma y de su mundo personal) en dos áreas: como una persona hábil (capaz de valerse por sí misma) y como una persona sexual (capaz de relacionarse sexualmente con otras personas).

La autoaceptación (sentimiento de poseer un yo del que uno no tiene que avergonzarse ni ocultarse; implica una disposición a rechazar la negación o desestimación sistemática de cualquier aspecto del sí-mismo).

EFEECTO PYGMALIÓN

Es un modelo de relaciones interpersonales según el cual las expectativas, positivas o negativas, de una persona influyen realmente en otra persona con la que aquella se relaciona.

La clave del efecto es la autoestima, pues las expectativas positivas o negativas del pygmalión emisor se comunican al receptor, el cual, si las acepta, puede y suele experimentar un refuerzo positivo o negativo de su autoconcepto o autoestima, que, a su vez, constituye una poderosa fuerza en el desarrollo de la persona.

Características del pygmalión positivo

- Las expectativas realistas del padre, educador, directivo, etc., influyen positivamente en el hijo, alumno, empleado, etc.
- Los mejores padres, educadores, directivos se caracterizan por su cualidad de pygmaliones positivos.
- Los padres, educadores, directivos ineficaces se caracterizan por carecer de esta cualidad de pygmaliones positivos.
- Hijos, alumnos, empleados, etc. suelen hacer lo que sus pygmaliones (positivos o negativos) esperan de ellos.
- Lo más eficaz del pygmalión es su comportamiento (coherente con sus palabras): el aspecto no verbal es el más influyente.
- En general, las expectativas negativas (del pygmalión negativo) se transmiten más fácilmente que las positivas.
- Las expectativas positivas, realistas y alcanzables del pygmalión positivo potencian lo que ya existía en el hijo, alumno, empleado, etc.
- En último término, todo depende del grado de autoestima del pygmalión; el pygmalión positivo de sí mismo es el mejor pygmalión positivo de los demás.
- El pygmalión positivo funciona, no por arte de magia, sino porque crea un clima más favorable al crecimiento del otro, da más feedback, suministra más información o input, ofrece más oportunidades para que se le hagan preguntas y se le den respuestas (output).
- Cuanto más jóvenes, más susceptibles somos a nuestros pygmaliones de uno a otro signo.

SÍNTOMAS DE BAJA AUTOESTIMA EN UN PADRE

- No guarda equilibrio entre sus actividades personales y las actividades familiares, dejándose atrapar en el mundo del hijo.
- No cumple lo que promete, por lo que inspira poca confianza a sus hijos.
- Se enfurece con facilidad, no controla sus emociones.
- Sólo percibe su propio punto de vista, no es objetivo. No considera el punto de vista de sus hijos o le irrita el punto de vista de éstos.

- No acepta que el hijo tiene derecho a expresar sus emociones, no toma en cuenta los sentimientos del hijo.
- Los problemas le sacan de las casillas en vez de reaccionar con decisión ante los mismos.
- Vacila al tomar decisiones, le falta seguridad.
- Siempre encuentra defectos en sus hijos, no los alienta positivamente.
- Invariablemente espera lo peor.
- Se apega rígidamente a las reglas, no es flexible.
- No permite que el hijo tome la menor decisión.
- Dedicar demasiado tiempo a sus intereses personales y no incluye en sus planes diarios actividades con la familia.
- No expresa sus verdaderos sentimientos.
- Impide que los demás le conozcan a fondo.

SÍNTOMAS DE BAJA AUTOESTIMA EN NUESTRO HIJO

- Aprende con dificultad, ya que piensa que no puede o que es demasiado difícil.
- Se siente inadecuado ante situaciones vivenciales y de aprendizaje que considera que están fuera de su control.
- Adquiere hábitos de crítica a los demás, de envidia y descontento desde un espacio de victimismo.
- Cuando surgen problemas echa la culpa a las circunstancias y a los demás y encuentra siempre excusas para sí mismo.
- Se acobarda ante la posibilidad de crítica de los demás.
- Autocrítica rigorista, tendente a crear un estado habitual de insatisfacción consigo mismo.
- Hipersensibilidad a la crítica, que le hace sentirse fácilmente atacado y experimentar sentimientos pertinaces contra sus críticos.
- Indecisión crónica, no tanto por falta de información, sino por miedo exagerado a equivocarse.
- Deseo excesivo de complacer; no se atreve a decir "no" por temor a desagradar y perder la benevolencia del peticionario.

- Perfeccionismo, o autoexigencia de hacer "perfectamente", sin un fallo, casi todo cuanto intenta, lo cual puede llevarle a sentirse muy mal cuando las cosas no salen con la perfección exigida.
- Culpabilidad neurótica: se condena por conductas que no siempre son objetivamente malas, exagera la magnitud de sus errores y delitos y / o los lamenta indefinidamente, sin llegar a perdonarse por completo.
- Hostilidad flotante, irritabilidad a flor de piel, que le hace estallar fácilmente por cosas de poca monta.
- Actitud supercrítica: casi todo le sienta mal, le disgusta, le decepciona, le deja insatisfecho.
- Tendencias depresivas: tiende a verlo todo negro, su vida, su futuro y, sobre todo, a sí mismo; y es proclive a sentir una inapetencia generalizada del gozo de vivir y aun de la vida misma.

¿QUÉ NECESITAN LOS HIJOS PARA TENER AUTOESTIMA?

El hijo desarrolla respeto hacia sí mismo como una persona capaz de valerse por sí misma si por lo menos uno de los padres confiere validez a los pasos que el hijo da en su desarrollo, comunicándole verbal o no verbalmente que nota dicho crecimiento y dándole una oportunidad cada vez mayor de manifestar y ejercer las nuevas capacidades que emergen del crecimiento.

Para validar las habilidades del hijo, los progenitores deben ser capaces de reconocer cuándo el hijo ha alcanzado una etapa de su desarrollo y en qué momento concederle validez. Además, los padres deben expresar esta validación de forma clara, directa y específica. Esto no implica una aprobación sin crítica de todo lo que un hijo desea hacer. Los padres deben enseñar a su hijo que él no es el centro del mundo de sus progenitores ni del mundo en general.

Tiene que aprender a amoldarse a los requerimientos de la vida familiar, a equilibrar sus propias necesidades con las de los demás y adaptarse a las exigencias de la cultura. Necesita desarrollar habilidades para equilibrar y enfrentarse a los requerimientos

propios, los requerimientos del otro y los requerimientos del contexto, lo que implica aceptar restricciones y aprender reglas. Si un progenitor no valida la capacidad de su hijo, o no escoge los momentos apropiados, o si cuando un padre valida las capacidades del hijo, el otro padre contradice la validación, el hijo tendrá dificultad para integrar el concepto de su propia habilidad y manifestará lo que sabe de una manera más inconsistente.

TALLER 4. Las etiquetas en el entorno familiar

Objetivos

- Experimentar las presiones que ejercen sobre uno las expectativas de los demás.
- Mostrar los efectos que las etiquetas producen en el comportamiento de cada uno dentro de un grupo como es la familia.

Participantes del taller

- Padres de familia y adolescentes.

Duración aproximada

- 30 minutos.

Materiales necesarios

- Etiquetas autoadhesivas (una por participante).
- Una hoja “Las etiquetas en el entorno familiar” para cada uno.

Descripción

- Se discute en grupo cómo repartir los limitados recursos con los que cuenta una hipotética asociación entre dos campañas de prevención dirigidas a padres de adolescentes: una de prevención de drogodependencias y otra de prevención de trastornos de la conducta alimentaria. Cada participante lleva en la frente una etiqueta que él des conoce (apréciame, consúltame, obedéceme, ignórame, hazme caso, ayúdame, ten compasión de mí, cuídate de mí mala suerte, aconséjame, enséñame, respétame, búrlate de mí, castígame) y el resto del grupo le trata conforme a la etiqueta. Tras diez a quince minutos de discusión, cada padre va diciendo, por turno, si ha logrado adivinar lo que dice su etiqueta y expresar lo que ha sentido ante las reacciones de los demás. Al final, se reflexiona sobre cómo las etiquetas que los demás nos ponen condicionan nuestro comportamiento y qué conclusiones podemos trasladar al grupo familiar.

“Las etiquetas en el entorno familiar”

Durante 10 a 15 minutos vamos a discutir en grupo cómo repartir los limitados recursos con los que cuenta una hipotética asociación entre dos campañas de prevención dirigidas a padres de adolescentes: una de prevención de drogodependencias y otra de prevención de trastornos de la conducta alimentaria. Cada participante va a llevar en la frente una etiqueta que él desconoce y el resto del grupo le deberá tratar conforme a la etiqueta.

CAMPAÑA 1

“Prevención en el entorno familiar del consumo de drogas en la adolescencia”

Bases teóricas de la campaña:

- La mejor estrategia para la prevención de las drogas en la adolescencia es una educación orientada a aumentar la capacidad para tomar decisiones adecuadas, clarificar los valores y fomentar aptitudes para enfrentarse con éxito a la oferta de las drogas.
- La familia es la base de la organización social en nuestra cultura y el marco fundamental para la transmisión de valores, normas y pautas de comportamiento.
- Los padres deben formar a sus hijos para que desarrollen estilos de vida positivos, saludables y autónomos.
- La clave es la comunicación familiar mediante la capacidad de escuchar, la expresión libre de opiniones y sentimientos y el respeto al punto de vista del otro.

Mensajes a transmitir a los padres:

- Fomenta la autoestima y la confianza en sí mismos de tus hijos.
- Ofrece a tus hijos modelos saludables.
- Desarrolla en tus hijos valores firmes y positivos.
- Dialoga con tus hijos.
- Dota a tus hijos de habilidades para afrontar las dificultades del día a día.

CAMPAÑA 2

“Prevención en el entorno familiar de los trastornos de la conducta alimentaria en la adolescencia”

Bases teóricas de la campaña:

- En la adolescencia el grupo de iguales desplaza en parte a la familia como referente al que acudir en busca de afecto, apoyo y ánimo, pero el adolescente que se encuentre feliz, cómodo, querido, respetado y apoyado en su familia, recurrirá a ésta como “tabla de salvación” ante cualquier vicisitud.
- Los padres deben procurar el desarrollo en sus hijos de una conciencia crítica como lectores, espectadores o consumidores, dialogando con ellos sobre las imágenes y mensajes erróneos.
- Un diálogo abierto, un interés por su forma de pensar, sentir y sus actividades, una escucha activa y constante permiten conocer bien a cada hijo adolescente (sus puntos fuertes, debilidades, amistades, entorno, carácter).
- La sobreprotección crea hijos a los que no ha costado esfuerzo personal resolver sus necesidades e incapaces de superar obstáculos.
- Evitar enfrentarse a su sexualidad y falta de habilidades sociales son factores presentes en muchos adolescentes con trastornos del comportamiento alimentario.
- Es importante que el adolescente tenga al menos una comida en común con toda la familia para dialogar, conocer los incidentes que cada uno ha afrontado en el día, comentar acontecimientos, expresar opiniones, sentimientos y emociones.
- Es clave en la educación dar más importancia al ser que al poseer, criticar el culto a la imagen y lo superficial de la sociedad de consumo, enseñar a respetar a los demás aceptando las diferencias y comprendiendo los errores, y recalcar siempre que no es preciso ser perfecto para ser feliz.

Mensajes a transmitir a los padres:

- 1 Anima a tu hijo a ser sociable y relacionarse con los demás. 2 Fomenta la independencia y autonomía personal de tu hijo.
- No insistas en una conducta perfecta todo el tiempo, ni fijas patrones o normas imposibles o difíciles para tu hijo.
- Muestra a tu hijo amor y afecto sin sobreprotegerlo ni controlarlo excesivamente.

- No des una excesiva importancia al peso, talla o la figura corporal, ni a la comida o la alimentación.
- Educa sexualmente a tu hijo
- No castigues físicamente a tu hijo.
- Resalta las cualidades personales de tu hijo sin criticarlo o menospreciarlo por su físico.
- Alaba los logros de tu hijo y evita las descalificaciones absolutas y permanentes (profecías autocumplidas por efecto pygmalión negativo).
- Acostúmbrale a comer ordenadamente en los mismos horarios como rutina, sin picoteos ni desorden.

TALLER 5. Estrategias para afrontar conductas problemáticas habituales y resolver conflictos

Objetivos

- Compartir estrategias parentales para afrontar conductas problemáticas habituales y resolver conflictos entre padres y adolescentes.

Participantes del taller

- Padres de familia y adolescentes.

Duración aproximada

- De 30 a 45 minutos.

Materiales necesarios

- Una hoja “Ejercicio: Estrategias para afrontar conductas problemáticas habituales y resolver conflictos” para cada participante.

Descripción

- A partir de la presentación de distintas estrategias (los 4 pasos, las 3 R, los 5 peldaños y el enfoque REC) para afrontar conductas problemáticas habituales y resolver conflictos, los padres comparten estrategias particulares que en su experiencia como tales les han sido eficaces.

Ejercicio “Estrategias para afrontar conductas problemáticas habituales y resolver conflictos”

- Se presentan distintas estrategias: los 4 pasos, las 3 R, los 5 peldaños y el enfoque REC.
- Compartimos estrategias particulares que en nuestra experiencia como padres o educadores nos han sido eficaces.

Los 4 pasos

- Paso 1: Describe la conducta ofensiva o molesta de la otra persona en términos objetivos, sin entrar en los motivos de dicha conducta.
- Paso 2: Expresa con calma tus pensamientos o sentimientos sobre la conducta o problema de una forma positiva, en términos de objetivo a lograr, centrándote en la conducta molesta y no en la persona.
- Paso 3: Especifica el cambio de conducta que quieres que lleve a cabo la otra persona, de forma concreta, procurando que la otra persona pueda satisfacer tus demandas sin sufrir grandes pérdidas (pregúntale si está de acuerdo).
- Paso 4: Señala las consecuencias positivas que tendrán lugar si la otra persona mantiene el acuerdo para cambiar y las negativas si no hay cambio.

Las 3 R

- Resentimiento: Por turno, cada uno empieza explicitando todo lo que le hace sentirse ofendido o molesto, preferiblemente con mensajes “yo” y evitando los mensajes “tú”, mientras el otro escucha activamente para poder captar bien lo que la otra persona piensa y siente, sin interrumpir en ningún momento.
- Requerimiento: Cada persona comunica a la otra que comprende y acepta sus sentimientos, y le requiere algo factible que ayude a sentirse mejor al solicitante y a solucionar el problema.
- Reconocimiento: Cada uno indica qué requerimiento del otro está dispuesto a cumplir, evitando el dilema ganador-perdedor y expresando las realidades positivas que ve en la otra parte.

Los 5 peldaños

- Peldaño 1: Busca una conducta alternativa que sea incompatible con la que quieres cambiar y prémiala.
- Peldaño 2: Ignora la conducta que quieres cambiar.
- Peldaño 3: Cumple siempre las amenazas, sean las que sean.
- Peldaño 4: Razona sólo cuando el estado de ánimo tuyo y el del otro sea el adecuado para que razonando se pueda llegar a algo beneficioso para ambos. Si piensas que el razonamiento no va a servir para nada, evítalo.
- Peldaño 5: Pide los cambios de conducta en el momento adecuado. Si ha pasado el momento en que deberías haberlo hecho y no lo has hecho, cállate.
- (Siempre comenzar a “subir” por el primer peldaño)

El enfoque racional emotivo-conductual (REC)

¿Qué sucedió?--> ¿Qué sentí?--> ¿Qué pense al sentirme así? --> ¿Qué hice? --> ¿Qué pensé al actuar así? --> ¿Qué consecuencias tuvo sentir, pensar y actuar así a corto plazo? --> ¿y a largo plazo? --> Si la misma o similar situación volviese a ocurrir, ¿cómo me gustaría sentirme, actuar y pensar? --> ¿Estos nuevos sentimientos, pensamientos y conductas aumentarían la probabilidad de mejores resultados a corto plazo? --> ¿y a largo plazo?

TALLER 6. Mi compromiso

Objetivos

- Practicar el establecimiento de metas y aprender a lograrlas.
- Experimentar que personas de su alrededor le pueden ayudar a conseguir sus metas.

Participantes del taller

- Padres de familia y adolescentes.

Duración aproximada

- 1 Hora

Materiales necesarios

- Un contrato “Mi compromiso” y un bolígrafo para cada participante.

Descripción

- Cada adolescente escribe en el contrato “Mi compromiso” una meta a cumplir en dos semanas. Habla sobre su meta con un compañero y hace una lista de tres objetivos o pasos específicos que le ayudarán a lograr su meta. Firma el contrato y su compañero lo atestigua y se compromete a ayudarlo a conseguir la meta (por ejemplo, quedando con él o llamándole por teléfono para preguntarle cómo va y darle consejos).

“MI COMPROMISO”

CONTRATO

Nombre:

Nombre de testigo:

Mi teléfono:

Teléfono testigo:

INSTRUCCIONES

- Una meta bien formulada debe estar: enunciada en positivo, evitando negaciones; ser breve, clara y concisa; estar bajo nuestra responsabilidad y a nuestro alcance; estar libre de efectos indeseables para nosotros, para otros y para el ambiente; y tener una fecha límite para su consecución.
- Previamente a la firma del contrato debo estar preparado para tomar una decisión en firme.

MI META:

EVIDENCIAS DE LOGRO

(qué voy a ver, oír y a sentir cuando lo consiga):

MIS TRES OBJETIVOS O PASOS ESPECÍFICOS PARA CONSEGUIR MI
META:

- 1.
- 2.
- 3.

OBSTÁCULOS POSIBLES

QUE ME PUEDEN IMPEDIR CONSEGUIR MI META:

1.

2.

3.

ESTRATEGIAS PARA SUPERAR OBSTÁCULOS:

1.

2.

3.

CLAÚSULAS:

FECHA LÍMITE PARA CUMPLIR LA META:

EL TESTIGO SE COMPROMETE HASTA DICHA FECHA A AYUDAR A
LOGRAR LA META DEL FIRMANTE DEL PRESENTE CONTRATO

FECHA DE HOY: FIRMA:

FIRMA DEL TESTIGO:

A RELLENAR EL DÍA DE LA FECHA LÍMITE:

HE LOGRADO LA META: SÍ - NO (TÁCHESE LO QUE NO PROCEDA)

FECHA:

FIRMA:

FIRMA DEL TESTIGO:

TALLER 7. Mi familia también me ayuda

Objetivos

- Practicar el establecimiento de metas a largo plazo y aprender a lograrlas.
- Experimentar que personas de su familia le pueden ayudar a conseguir sus metas.

Participantes del taller

- Padres de familia y adolescentes.

Duración aproximada

- 1 hora

Materiales necesarios

- Una hoja “Mi familia también me ayuda” y un bolígrafo para cada adolescente.

Descripción

- Cada adolescente, tras revisar su situación actual, comparte con uno o varios familiares en que quiere mejorar (proyecto personal para un año) y negocia con ellos los refuerzos positivos que deberá recibir si demuestra que está intentando superar sus actuaciones anteriores. Asimismo, se compromete a reunirse cada cierto periodo de meses con esos miembros de su familia para valorar los esfuerzos demostrados, el grado de cumplimiento de las metas y para revisar los medios con los que puede contar.

Mi familia también me ayuda

La vida es un camino y, para todo caminante, es fundamental saber de dónde se parte, saber a dónde ir y saber que hay otros caminantes que pueden ayudarlo. Dentro de estos otros caminantes, compañeros de fatigas del camino, están otros miembros de la familia. El ejercicio que vamos a realizar consiste en diseñar un proyecto personal (concreto, realista y evaluable) para el próximo año con ayuda de los miembros de tu familia que voluntariamente se presten a colaborar.

PRIMER PASO: MI SITUACIÓN ACTUAL

Conmigo mismo:

Cuerpo:

Carácter:

Inteligencia:

Afectividad:

Placer:

Voluntad:

Cualidades:

Defectos:

Libertad para elegir opciones: Formación:

Con los demás:

Familia:

Amigas/os:

Compañeros/as:

Grupo:

Barrio:

Pareja:

Acción /ambiente

Trabajo / estudio:

Casa / dinero:

Moda / TV:

Diversión / movidas:

Tiempo Libre / ocio:

Naturaleza:

Dios / vivencia religiosa:

SEGUNDO PASO: MI PROYECTO PERSONAL PARA ESTE PRÓXIMO AÑO

Mis metas para el próximo año:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Medios con los que puedo contar para conseguir mis metas:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

TERCER PASO: NEGOCIACIÓN DE LOS REFUERZOS POSITIVOS

Me comprometo ante los miembros de mi familia abajo firmantes a poner todos los medios para conseguir las metas anteriormente escritas, asumiendo la obligación de responsabilizarme de todas mis decisiones. Por su parte, los miembros de mi familia abajo firmantes, voluntariamente, se comprometen a ayudarme en la consecución de las metas y a garantizarme los siguientes derechos: a pensar de manera propia y diferente a los demás, a actuar de manera diferente a como los demás desearían, a estar triste o enfadado/a, a elogiar y recibir elogios, a equivocarme u olvidarme de algo, a hacer las cosas de manera imperfecta, a no saber o no entender algo, a decidir la importancia que tienen las cosas, a estar alegre cuando obtenga un éxito y a cambiar de

opinión. Además, acordamos que me demostrarán que valoran mis esfuerzos para conseguir mis metas de la siguiente manera:

.....
.....
.....

CUARTO PASO: EVALUACIÓN

Cada meses me reuniré con los miembros de mi familia abajo firmantes para valorar los esfuerzos demostrados, el grado de cumplimiento de mis metas y para revisar los medios con los que puedo contar.

FECHA DE HOY: MI FIRMA:

LA FIRMA DE MIS FAMILIARES QUE VOLUNTARIAMENTE SE PRESTAN A AYUDARME:

TALLER 8. Evaluar el taller

Objetivos

- Evaluar el taller.

Participantes del taller

- Padres de familia y adolescentes.

Duración aproximada

- De 15 a 20 minutos.

Materiales necesarios

- Una hoja “Ejercicio: Evaluamos el taller” (donde están instrucciones) para cada participante.
- Hojas “Qué he aprendido”, “Me ha gustado...”, “Expectativas cumplidas...”, “Expectativas no cumplidas...” y “Propuestas de mejora...”.

Descripción

- Se ponen sobre la mesa distintas hojas con los siguientes encabezamientos: “qué hemos aprendido”, “qué nos ha gustado”, “expectativas cumplidas”, “expectativas no cumplidas”, y “propuestas de mejora”. Cada uno escribe lo que quiere en ellas. En gran grupo, participantes y coordinadores de las sesiones compartimos cómo nos hemos sentido, si ha cambiado nuestra actitud respecto al tema, si nos gustaría repetir este taller o actividades del mismo estilo, si nos gustaría tratar otros temas de salud y a quién recomendaríamos apuntarse a este tipo de actividades.

Ejercicio “Evaluamos el taller”

Escribimos en las hojas qué hemos aprendido, qué nos ha gustado, expectativas cumplidas y no cumplidas, y propuestas de mejora.

En gran grupo, compartimos cómo nos hemos sentido, si ha cambiado nuestra actitud respecto al tema, si nos gustaría repetir este taller o actividades del mismo estilo, si nos gustaría tratar otros temas de salud y a quién recomendaríamos apuntarse a este tipo de actividades.

¿QUÉ HE APRENDIDO?

ME HA GUSTADO.....

EXPECTATIVAS CUMPLIDAS Y NO CUMPLIDAS

PROPUESTAS DE MEJORA

4.4. RESULTADOS ESPERADOS DE LA ALTERNATIVA

Como resultados esperados en la elaboración de talleres para padres de familia y adolescentes acerca de cómo promover un entorno familiar equilibrado, positivo y cargado de estímulos que incida favorablemente en la salud mental de los estudiantes de la Unidad Educativa “Quevedo” podemos mencionar los siguientes:

- Los adolescentes que viven en un ambiente familiar que estimula el respeto, las muestras de cariño, comunicación, etc, influyen positivamente en el ámbito escolar, confirmándose que cuanto mayor es el nivel de comunicación y respeto de los progenitores, también mayor es el rendimiento escolar de sus hijos. La elaboración de talleres propiciará en los padres la responsabilidad de optimizar un buen entorno familiar en sus hogares que traerá resultados positivos en la etapa adulta de sus hijos.
- Los progenitores juegan un papel fundamental en la creación de un entorno familiar adecuado para sus descendientes. El desarrollo cognitivo de niños y adolescentes no depende solo del ámbito escolar. La elaboración de talleres que promuevan un entorno familiar equilibrado, positivo y cargado de estímulos incidirá favorablemente en la salud mental de los estudiantes de la Unidad Educativa “Quevedo”, siendo importante que estos se realicen con la mayor frecuencia posible.
- Los niños y adolescentes que muestran un mejor rendimiento cognitivo y escolar proviene de hogares donde existe un adecuado entorno familiar, los mismos que tienen una mayor probabilidad de gozar de buena salud mental durante la vida adulta, ya que los adolescentes que tienen un buen rendimiento disfrutan de una buena autoestima, pilar imprescindible para el adecuado desarrollo psicológico de una persona.

BIBLIOGRAFÍA

- Aragones, S. (2014). *Salud mental del niño de 0 a 12 años*. Madrid - España: Editorial Universidad Estatal a Distancia.
- Beneyto, S. (2014). *Entorno familiar y rendimiento académico*. Madrid - España: Editorial UVC.
- Buttiglione, R. (2015). *La persona y la familia*. Madrid - España: Ediciones Palabra.
- Casal, V. (2016). Familia y entorno: Tratamiento integral. *Red de Salud en Lazos*, 3.
- D'Agostino, F. (2016). *Filosofía de la familia*. Madrid - España: Ediciones RIALP.
- Eguiluz, L. (2014). *Dinámica de la familia: un enfoque psicológico sistémico*. México: Editorial Pax México.
- García, T. (2015). Repercusiones del entorno familiar en la salud mental del niño. *Salud Mental*, 1.
- Giberti, E. (2015). *La familia, a pesar de todo*. Buenos Aires - Argentina: Ediciones Novedades Educativas.
- Godoy, M. (2015). *El cuidado en el entorno familiar*. Madrid - España: Editorial UOC.
- Granados, E. (2012). *La familia como agente de salud*. Madrid - España: Editorial UOC.
- Mendez, R. (2015). La importancia de la familia y los vecinos en la salud mental. *Journal of Psychiatric Research*, 3.
- Ministerio de Salud Pública. (2013). *Sistema de Salud Mental en Ecuador*. Quito: Editorial La Cigüeña.
- Minsa, E. (2016). Claves para mantener una buena salud mental en la familia. *Vital*, 1.
- Polaino, A. (2013). *Evaluación psicológica y psicopatológica de la familia*. Madrid - España: Ediciones Rialp.
- Revuelta, I. (2015). Depresión y Entorno Familiar. *La Revista de la Salud Mental, Conoce todos los caminos que conducen al bienestar*, 1.
- Rodríguez, J. (2015). *El entorno familiar, determinante en el desarrollo de los adolescentes*. Barcelona - España: Editorial UOC.
- Rubio, M. (2014). *LA FAMILIA: Claves para una correcta gestión de las personas y situaciones familiares*. Barcelona - España: Editorial Amat.

ANEXOS

ANEXO 1. Formato de encuesta aplicada a los padres de familia de la Unidad Educativa “Quevedo”, cantón Quevedo, año lectivo 2017 - 2018



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
EXTENSIÓN QUEVEDO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA
MODALIDAD PRESENCIAL

ENCUESTA REALIZADA A LOS PADRES DE FAMILIA DE LA UNIDAD EDUCATIVA “QUEVEDO”, CANTÓN QUEVEDO, AÑO LECTIVO 2017 - 2018

OBJETIVO

Determinar aspectos relevantes sobre la influencia del entorno familiar en la salud mental de los estudiantes de la Unidad Educativa “Quevedo”, cantón Quevedo, año lectivo 2017 - 2018.

INSTRUCCIONES

Estimado padre de familia, lea detenidamente la pregunta y responda con la mayor sinceridad, marcando con una X la alternativa que considere adecuada para cada ítem, escoja tan solo una respuesta por cada pregunta. Los datos recopilados serán estrictamente confidenciales y servirán exclusivamente para el efecto determinado anteriormente.

Simbología:

1= SÍEMPRE

2= CASI SIEMPRE

3= A VECES

4= NUNCA

No.	Ítems	Alternativas			
		1	2	3	4
1	¿Con qué frecuencia conversan como familia?				
2	¿Las manifestaciones de cariño forman parte de su entorno familiar?				
3	¿Pueden conversar y sostener una plática sin discutir en presencia de sus hijos?				
4	¿Aceptan los defectos de cada uno de los miembros de la familia y saben sobrellevarlos?				
5	¿Con qué frecuencia se reúnen para celebrar algún acontecimiento familiar?				
6	¿Con qué frecuencia eligen pasar tiempo juntos para divertirse en familia?				
7	¿Se reúnen frecuentemente con sus hijos para inculcarles principios y valores?				
8	¿Cree usted que un mal entorno familiar puede afectar la salud mental de sus hijos?				
9	¿La Unidad Educativa realiza talleres sobre cómo mejorar el entorno familiar para fortalecer la salud mental de los estudiantes?				
10	¿Cree usted que se deberían realizar talleres para mejorar el entorno familiar que incidan en fortalecer la salud mental de los estudiantes?				

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

ANEXO 2. Formato de encuesta aplicada a los estudiantes de la Unidad Educativa “Quevedo”, cantón Quevedo, año lectivo 2017 - 2018



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
EXTENSIÓN QUEVEDO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA
MODALIDAD PRESENCIAL

**ENCUESTA REALIZADA A ESTUDIANTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA
“QUEVEDO”, CANTÓN QUEVEDO, AÑO LECTIVO 2017 - 2018**

OBJETIVO

Determinar aspectos relevantes sobre la influencia del entorno familiar en la salud mental de los estudiantes de la Unidad Educativa “Quevedo”, cantón Quevedo, año lectivo 2017 - 2018.

INSTRUCCIONES

Estimado estudiantes, lea detenidamente la pregunta y responda con la mayor sinceridad, marcando con una X la alternativa que considere adecuada para cada ítem, escoja tan solo una respuesta por cada pregunta. Los datos recopilados serán estrictamente confidenciales y servirán exclusivamente para el efecto determinado anteriormente.

Simbología:

1= SÍEMPRE

2= CASI SIEMPRE

3= A VECES

4= NUNCA

No.	Ítems	Alternativas			
		1	2	3	4
1	¿Con qué frecuencia conversan como familia?				
2	¿Las manifestaciones de cariño forman parte de tu entorno familiar?				
3	¿Con que frecuencia tus padres discuten en tu presencia?				
4	¿Son respetadas las opiniones de todos los miembros de la familia?				
5	¿Con qué frecuencia se reúnen tus padres contigo para celebrar algún acontecimiento familiar?				
6	¿Con qué frecuencia tus padres comparten su tiempo contigo para divertirse en familia?				
7	¿Tus padres te inculcan principios y valores?				
8	¿Cree usted que un mal entorno familiar puede afectar la salud mental?				
9	¿La Unidad Educativa realiza talleres sobre cómo mejorar el entorno familiar para fortalecer la salud mental de los estudiantes?				
10	¿Cree usted que se deberían realizar talleres para mejorar el entorno familiar que incidan en fortalecer la salud mental de los estudiantes?				
GRACIAS POR SU COLABORACIÓN					

ANEXO 3. Encuesta realizada a los padres de familia de la Unidad Educativa “Quevedo”, cantón Quevedo, provincia de Los Ríos, periodo lectivo 2017 – 2018.

1. ¿Con qué frecuencia conversan como familia?

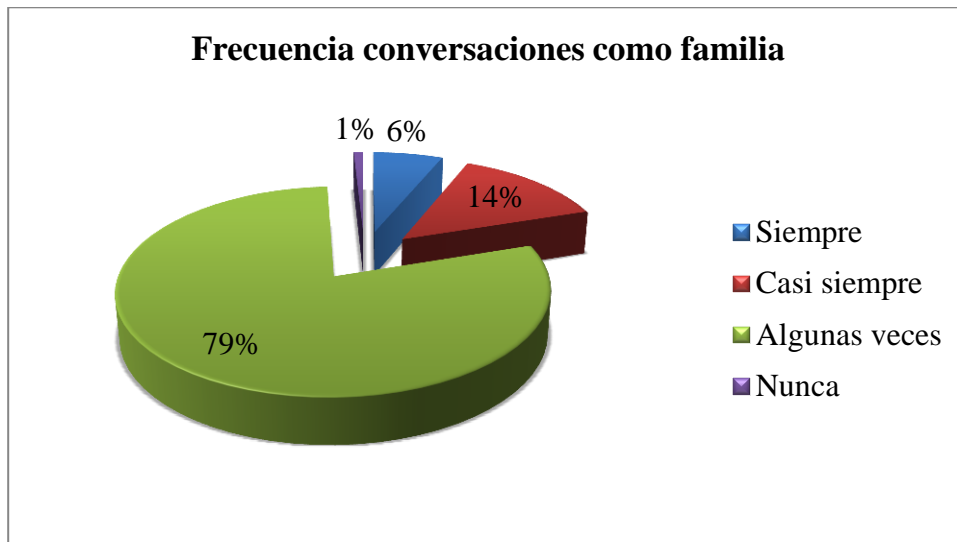
Tabla 2. Frecuencia conversaciones como familia

Alternativa	Encuesta	%
Siempre	22	6,27
Casi siempre	48	13,68
Algunas veces	278	79,20
Nunca	3	0,85
Total	351	100,00

Fuente: Unidad Educativa “Quevedo”

Elaborado por: Karina Ponce Espinoza

Gráfico 1. Frecuencia conversaciones como familia



Fuente: Unidad Educativa “Quevedo”

Elaborado por: Karina Ponce Espinoza

Análisis.- La encuesta realizada nos dio como resultado en un 6% que siempre los padres de familia junto con sus hijos mantienen conversaciones como familia, un 14% casi siempre, un 79% algunas veces y un 1% afirmaron que nunca mantienen conversaciones como familia.

Interpretación.- Es importante que los padres de familia mantengan conversaciones frecuentes con sus hijos como familia, ya que esto redundará en que los estudiantes mantengan una buena salud mental que optimizará su rendimiento académico

2. ¿Las manifestaciones de cariño forman parte de su entorno familiar?

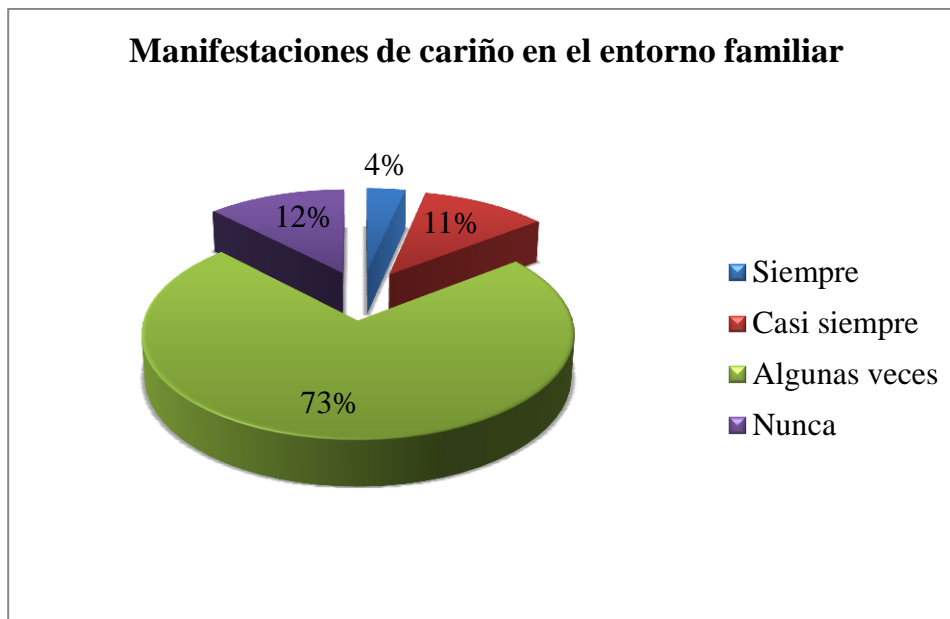
Tabla 3. Manifestaciones de cariño en el entorno familiar

Alternativa	Encuesta	%
Siempre	12	3,42
Casi siempre	39	11,11
Algunas veces	257	73,22
Nunca	43	12,25
Total	351	100,00

Fuente: Unidad Educativa “Quevedo”

Elaborado por: Karina Ponce Espinoza

Gráfico 2. Manifestaciones de cariño en el entorno familiar



Fuente: Unidad Educativa “Quevedo”

Elaborado por: Karina Ponce Espinoza

Análisis.- Los padres de familia encuestados manifestaron en un 4% que siempre expresan manifestaciones de cariño en el entorno familiar de sus hijos, un 11% casi siempre, un 73% algunas veces y un 12% manifestaron que nunca.

Interpretación.- Es importante que los padres expresen manifestaciones de cariño hacia sus hijos como parte de su entorno familiar, ya que las demostraciones de afecto van a mejorar su rendimiento académico y también va a influir para que mantengan una excelente salud mental como parte de su crecimiento y desarrollo personal.

3. ¿Pueden conversar y sostener una plática sin discutir en presencia de sus hijos?

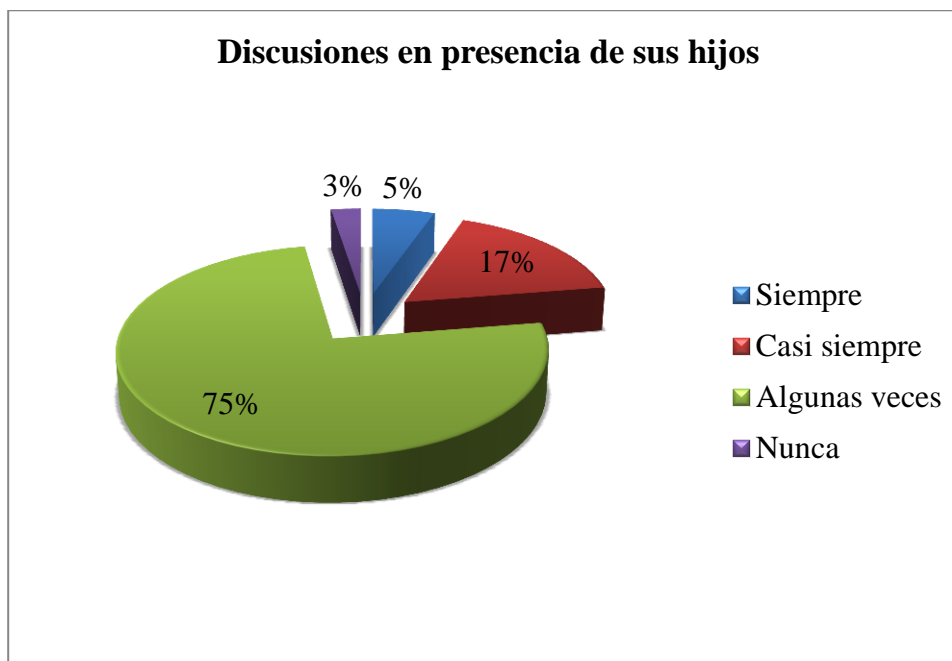
Tabla 6. Discusiones en presencia de sus hijos

Alternativa	Encuesta	%
Siempre	19	5,41
Casi siempre	60	17,09
Algunas veces	263	74,93
Nunca	9	2,56
Total	351	100,00

Fuente: Unidad Educativa "Quevedo"

Elaborado por: Karina Ponce Espinoza

Gráfico 5. Discusiones en presencia de sus hijos



Fuente: Unidad Educativa "Quevedo"

Elaborado por: Karina Ponce Espinoza

Análisis.- La encuesta realizada nos dio como resultado en un 5% que los padres siempre pueden conversar y sostener una plática sin discutir en presencia de sus hijos, un 17% casi siempre, un 75% algunas veces y un 3% nunca.

Interpretación.- Es importante que los padres eviten discutir en presencia de sus hijos, esta actitud por parte de ellos influirá en que exista un entorno familiar saludable en el hogar, el mismo que redundará posteriormente en una excelente salud mental.

4. ¿Aceptan los defectos de cada uno de los miembros de la familia y saben sobrellevarlos?

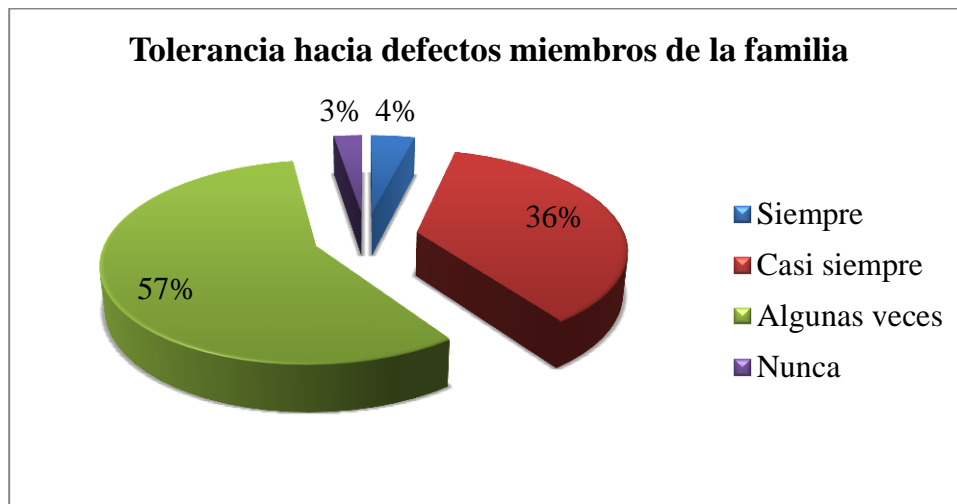
Tabla 7. Tolerancia hacia defectos miembros de la familia

Alternativa	Encuesta	%
Siempre	14	3,99
Casi siempre	127	36,18
Algunas veces	201	57,26
Nunca	9	2,56
Total	351	100,00

Fuente: Unidad Educativa “Quevedo”

Elaborado por: Karina Ponce Espinoza

Gráfico 6. Tolerancia hacia defectos miembros de la familia



Fuente: Unidad Educativa “Quevedo”

Elaborado por: Karina Ponce Espinoza

Análisis.- La encuesta realizada nos dio como resultado en un 4% que los integrantes de las familias siempre aceptan los defectos de cada uno de los miembros de la familia y saben sobrellevarlos, un 36% casi siempre, un 57% algunas veces y un 3% nunca.

Interpretación.- Es importante que los miembros de las familias sepan aceptar los defectos de cada uno de los miembros mediante la comunicación y la comprensión de casa uno de ellos, siendo tolerantes y respetuosos entre sí, lo que finalmente influirá en que exista un entorno familiar saludable en el hogar que incidirá en una buena salud mental en cada uno de sus miembros.

5. ¿Con qué frecuencia se reúnen para celebrar algún acontecimiento familiar?

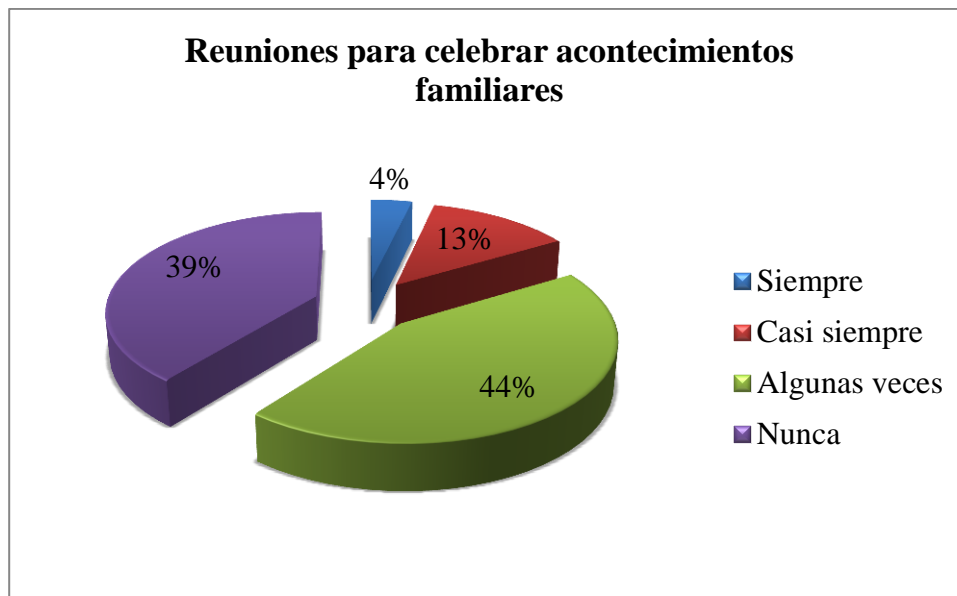
Tabla 8. Reuniones para celebrar acontecimientos familiares

Alternativa	Encuesta	%
Siempre	13	3,70
Casi siempre	45	12,82
Algunas veces	155	44,16
Nunca	138	39,32
Total	351	100,00

Fuente: Unidad Educativa "Quevedo"

Elaborado por: Karina Ponce Espinoza

Gráfico 7. Reuniones para celebrar acontecimientos familiares



Fuente: Unidad Educativa "Quevedo"

Elaborado por: Karina Ponce Espinoza

Análisis.- La encuesta realizada nos dio como resultado en un 4% que siempre los integrantes de las familias encuestadas se reúnen para celebrar algún acontecimiento familiar, un 13% casi siempre, un 44% algunas veces y un 39% afirmaron que nunca.

Interpretación.- Es importante que los integrantes de la familia se reúnan para celebrar algún acontecimiento familiar, lo que motivará a que haya más unión entre todos los miembros del entorno familiar, incidiendo favorablemente en la salud mental de los más pequeños.

6. ¿Con qué frecuencia eligen pasar tiempo juntos para divertirse en familia?

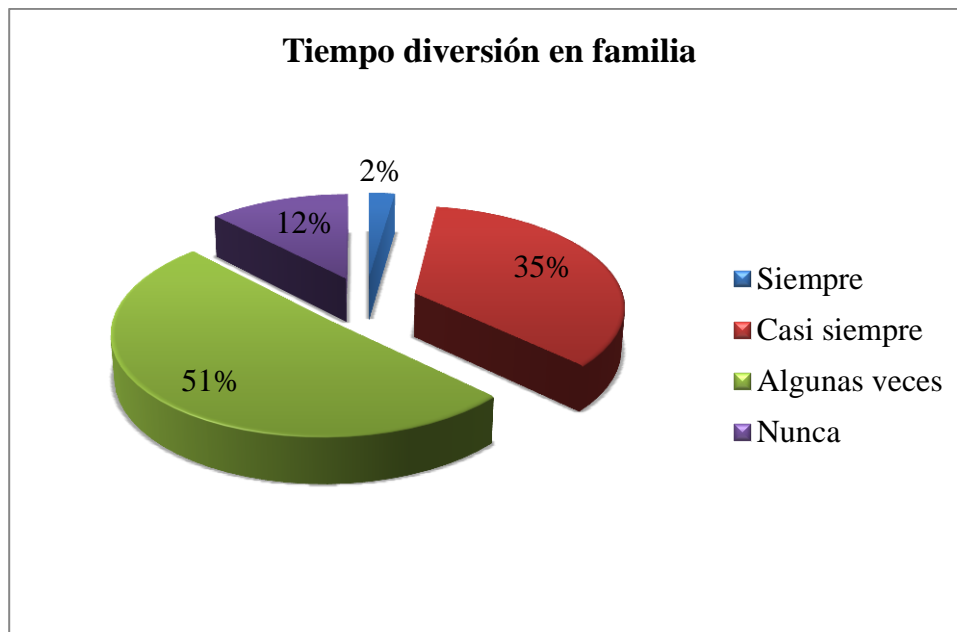
Tabla 9. Tiempo diversión en familia

Alternativa	Encuesta	%
Siempre	8	2,28
Casi siempre	122	34,76
Algunas veces	178	50,71
Nunca	43	12,25
Total	351	100,00

Fuente: Unidad Educativa “Quevedo”

Elaborado por: Karina Ponce Espinoza

Gráfico 8. Tiempo diversión en familia



Fuente: Unidad Educativa “Quevedo”

Elaborado por: Karina Ponce Espinoza

Análisis. - La encuesta realizada nos dio como resultado en un 2% que siempre los integrantes de las familias encuestadas eligen pasar tiempo juntos para divertirse en familia, un 35% casi siempre, un 51% algunas veces y un 12% nunca.

Interpretación. - Es importante que todos los integrantes de las familias encuestadas decidan pasar tiempo juntos para divertirse en familia, ya que estos momentos familiares influirán positivamente para que exista un entorno familiar saludable que beneficie a cada uno de sus integrantes incidiendo en una adecuada salud mental.

7. ¿Se reúnen frecuentemente con sus hijos para inculcarles principios y valores?

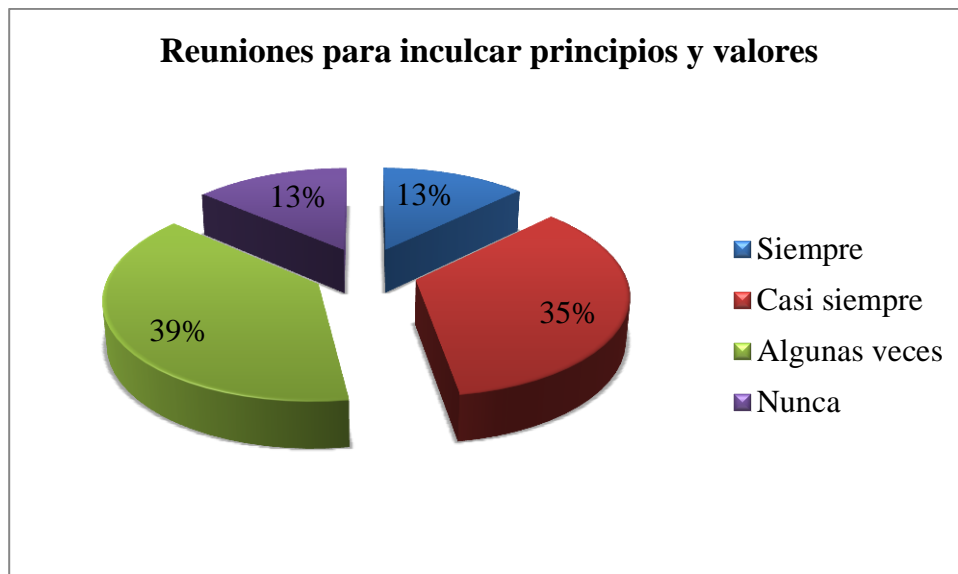
Tabla 10. Reuniones para inculcar principios y valores

Alternativa	Encuesta	%
Siempre	45	12,82
Casi siempre	122	34,76
Algunas veces	136	38,75
Nunca	48	13,68
Total	351	100,00

Fuente: Unidad Educativa “Quevedo”

Elaborado por: Karina Ponce Espinoza

Gráfico 9. Reuniones para inculcar principios y valores



Fuente: Unidad Educativa “Quevedo”

Elaborado por: Karina Ponce Espinoza

Análisis. - La encuesta realizada nos dio como resultado en un 13% que los padres se reúnen frecuentemente con sus hijos para inculcarles principios y valores, un 35% manifestó que casi siempre, un 39% algunas veces y un 13% manifestaron que nunca.

Interpretación. - Es importante que en las familias encuestadas se realicen reuniones familiares con mucha frecuencia entre los padres y sus hijos para poder inculcarles principios y valores, ya que esto influirá positivamente en crear un entorno familiar saludable que beneficie con una salud mental adecuada para cada uno de los miembros de la familia, en especial de los más pequeños.

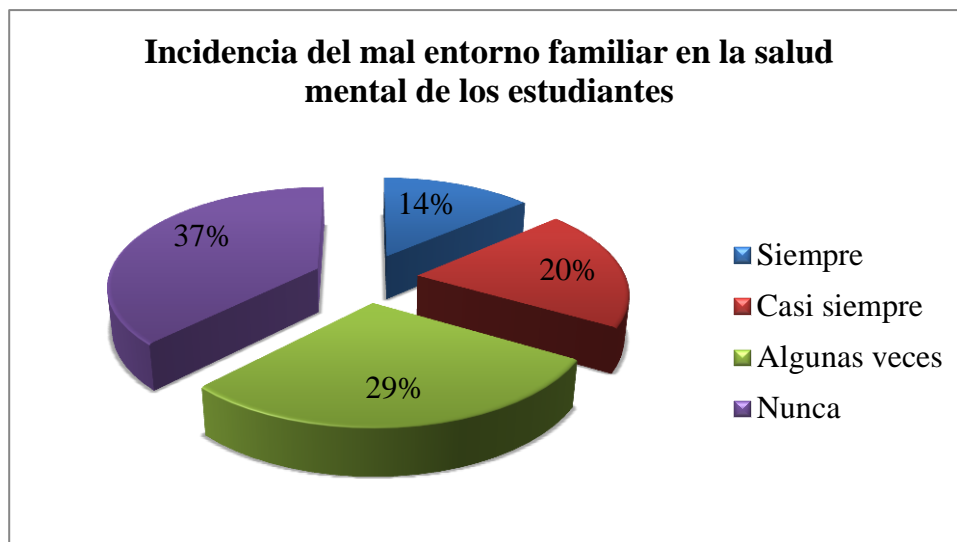
8. ¿Cree usted que un mal entorno familiar puede afectar la salud mental de sus hijos?

Tabla 11. Incidencia de mal entorno familiar en la salud mental de los estudiantes

Alternativa	Encuesta	%
Siempre	48	13,68
Casi siempre	69	19,66
Algunas veces	102	29,06
Nunca	132	37,61
Total	351	100,00

Fuente: Unidad Educativa “Quevedo”
Elaborado por: Karina Ponce Espinoza

Gráfico 10. Incidencia de mal entorno familiar en la salud mental de los estudiantes



Fuente: Unidad Educativa “Quevedo”
Elaborado por: Karina Ponce Espinoza

Análisis. - La encuesta realizada a una muestra de padres de familia encuestados nos dio como resultado la opinión en un 14% que siempre un mal entorno familiar puede afectar la salud mental de sus hijos, un 20% casi siempre, un 29% algunas veces y un 38% manifestaron que nunca.

Interpretación. - Es importante que los padres de familia encuestados propicien un entorno familiar saludable para sus hijos, ya que esta falta de conocimiento por parte de la gran mayoría de ellos puede influir negativamente en la salud mental de sus hijos.

9. ¿La Unidad Educativa realiza talleres sobre cómo mejorar el entorno familiar para fortalecer la salud mental de los estudiantes?

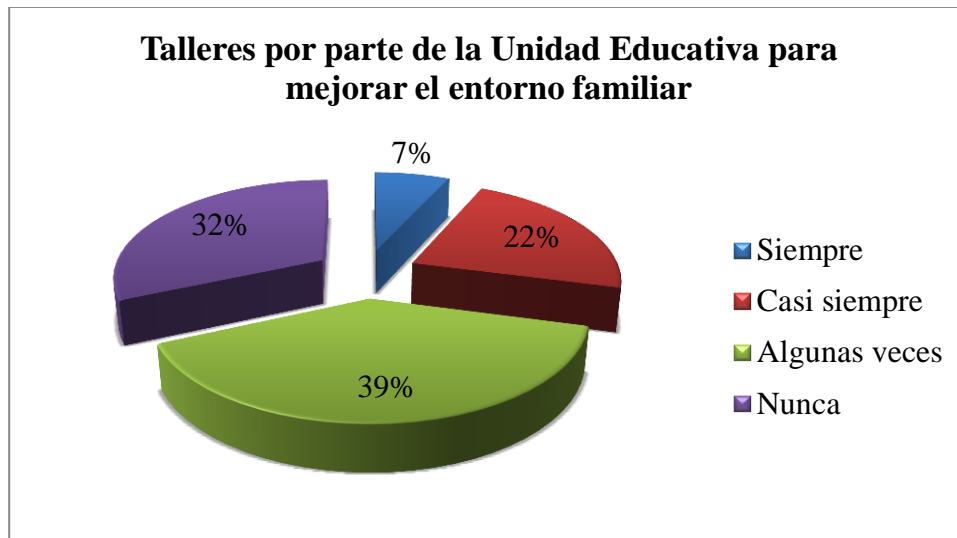
Tabla 12. Talleres por parte de la Unidad Educativa para mejorar el entorno familiar

Alternativa	Encuesta	%
Siempre	24	6,84
Casi siempre	78	22,22
Algunas veces	138	39,32
Nunca	111	31,62
Total	351	100,00

Fuente: Unidad Educativa “Quevedo”

Elaborado por: Karina Ponce Espinoza

Gráfico 11. Talleres por parte de la Unidad Educativa para mejorar el entorno familiar



Fuente: Unidad Educativa “Quevedo”

Elaborado por: Karina Ponce Espinoza

Análisis. - La encuesta realizada nos dio como resultado en un 7% que la Unidad Educativa siempre realiza talleres sobre cómo mejorar el entorno familiar para fortalecer la salud mental de los estudiantes, un 22% casi siempre, un 39% algunas veces, un 31% nunca.

Interpretación. - Es importante que la Unidad Educativa siempre realice talleres sobre cómo mejorar el entorno familiar para fortalecer la salud mental de sus estudiantes, ya que es importante que la Unidad Educativa capacite constantemente a los padres de familia sobre los efectos de esta problemática en la salud mental de los estudiantes.

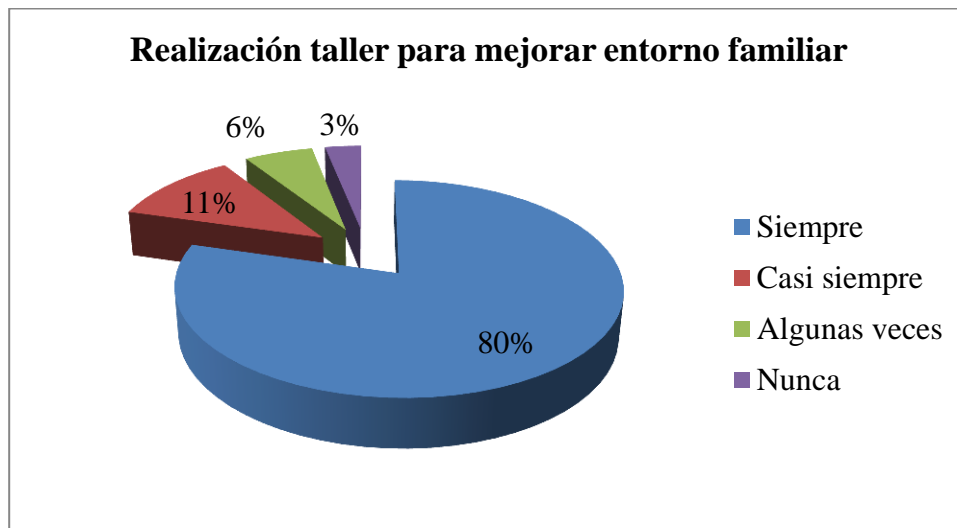
10 ¿Cree usted que se deberían realizar talleres para mejorar el entorno familiar que incidan en fortalecer la salud mental de los estudiantes?

Tabla 13. Realización talleres para mejorar entorno familiar

Alternativa	Encuesta	%
Siempre	279	79,49
Casi siempre	40	11,40
Algunas veces	21	5,98
Nunca	11	3,13
Total	351	100,00

Fuente: Unidad Educativa “Quevedo”
Elaborado por: Karina Ponce Espinoza

Gráfico 12. Realización talleres para mejorar entorno familiar



Fuente: Unidad Educativa “Quevedo”
Elaborado por: Karina Ponce Espinoza

Análisis. - La encuesta realizada nos dio como resultado en un 79% que siempre la Unidad Educativa debería realizar talleres para mejorar el entorno familiar que incida en fortalecer la salud mental de los estudiantes, un 11% indicó que casi siempre, un 6% indicaron que algunas veces y un 3% nunca.

Interpretación.- Es importante que la Unidad Educativa siempre realice talleres para mejorar el entorno familiar para fortalecer la salud mental de los estudiantes, siendo coparticipes de reducir los efectos de esta problemática en su entorno familiar.

ANEXO 4. Encuesta realizada a los estudiantes de la Unidad Educativa “Quevedo”, cantón Quevedo, provincia de Los Ríos, periodo lectivo 2017 – 2018.

1. ¿Con qué frecuencia conversan como familia?

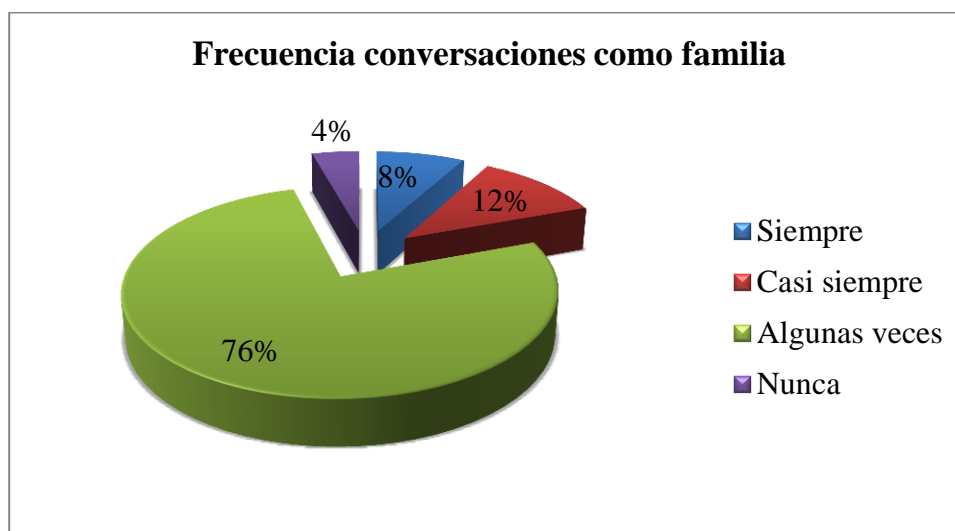
Tabla 4. Frecuencia conversaciones como familia

Alternativa	Encuesta	%
Siempre	28	7,98
Casi siempre	40	11,40
Algunas veces	268	76,35
Nunca	15	4,27
Total	351	100,00

Fuente: Unidad Educativa “Quevedo”

Elaborado por: Karina Ponce Espinoza

Gráfico 3. Frecuencia conversaciones como familia



Fuente: Unidad Educativa “Quevedo”

Elaborado por: Karina Ponce Espinoza

Análisis.- Los estudiantes encuestados manifestaron que en un 8% que sus padres mantienen conversaciones con ellos frecuentemente como familia, un 12% casi siempre, un 76% algunas veces y un 4% afirmaron que nunca.

Interpretación.- Es importante que los estudiantes crezcan y se desarrollen en un entorno familiar donde sus padres siempre dialoguen y se comuniquen entre todos como familia, lo cual incidirá positivamente en el fortalecimiento de su salud mental.

2. ¿Las manifestaciones de cariño forman parte de tu entorno familiar?

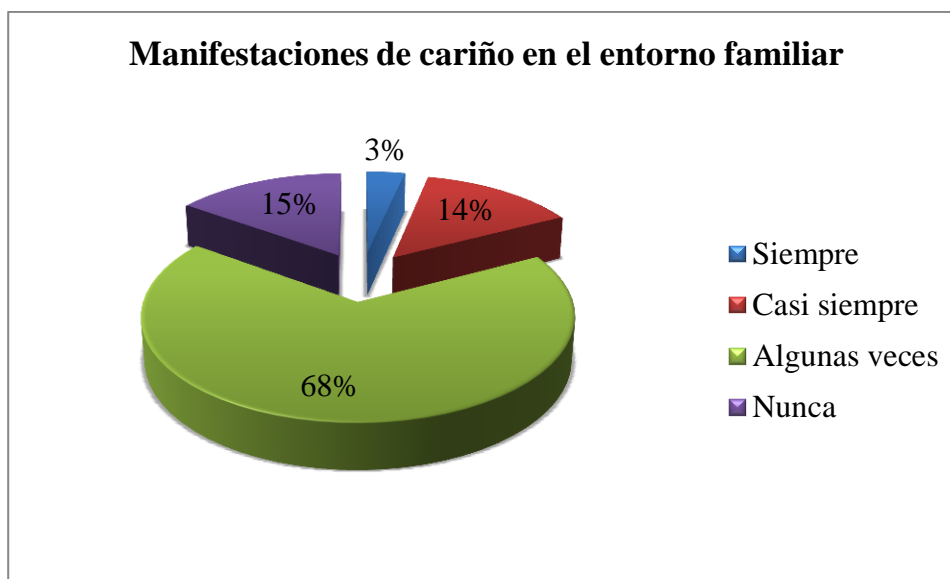
Tabla 5. Manifestaciones de cariño en el entorno familiar

Alternativa	Encuesta	%
Siempre	12	3,42
Casi siempre	49	13,96
Algunas veces	237	67,52
Nunca	53	15,10
Total	351	100,00

Fuente: Unidad Educativa “Quevedo”

Elaborado por: Karina Ponce Espinoza

Gráfico 4. Manifestaciones de cariño en el entorno familiar



Fuente: Unidad Educativa “Quevedo”

Elaborado por: Karina Ponce Espinoza

Análisis.- La encuesta realizada nos dio como resultado que los estudiantes encuestados afirman en un 3% que las manifestaciones de cariño forman parte de su entorno familiar, un 14% manifestaron que casi siempre, un 68% algunas veces y un 15% afirmaron que nunca.

Interpretación.- Es importante que las manifestaciones de cariño de los padres hacia sus hijos y entre todos los miembros de la familia sea expresadas de manera continua como parte del entorno familiar de los estudiantes, lo cual va a influir de manera positiva en su salud mental como parte de su desarrollo físico e intelectual.

3. ¿Con que frecuencia tus padres discuten en tu presencia?

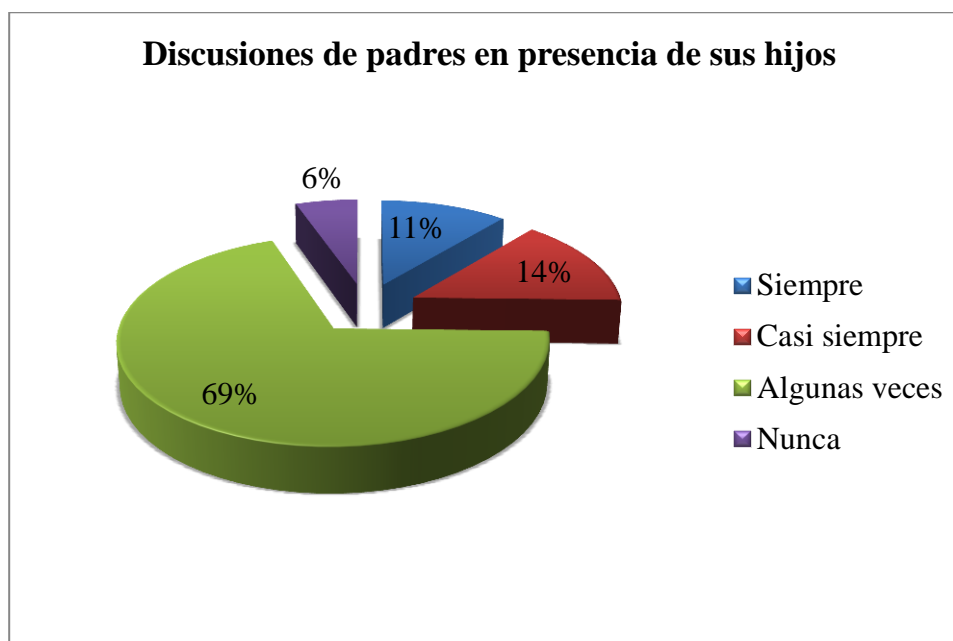
Tabla 14. Discusiones en padres en presencia de sus hijos

Alternativa	Encuesta	%
Siempre	39	11,11
Casi siempre	50	14,25
Algunas veces	243	69,23
Nunca	19	5,41
Total	351	100,00

Fuente: Unidad Educativa “Quevedo”

Elaborado por: Karina Ponce Espinoza

Gráfico 13. Discusiones en padres en presencia de sus hijos



Fuente: Unidad Educativa “Quevedo”

Elaborado por: Karina Ponce Espinoza

Análisis.- La encuesta realizada a los estudiantes nos dio como resultado que siempre el 11% son testigos presenciales de las discusiones de sus padres, un 14% casi siempre, un 70% algunas veces y un 5% nunca.

Interpretación.- Es importante que los padres eviten discutir frecuentemente en presencia de sus hijos para no afectar negativamente su entorno familiar, ya que esto puede incidir negativamente más adelante en la salud mental de sus hijos.

4. ¿Son respetadas las opiniones de todos los miembros de la familia?

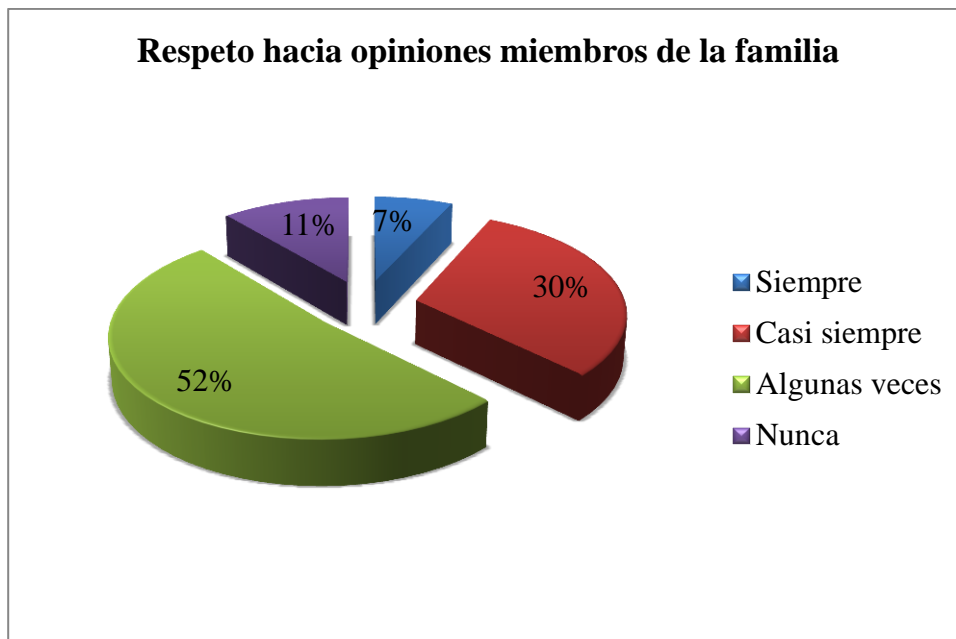
Tabla 15. Respeto hacia opiniones miembros de la familia

Alternativa	Encuesta	%
Siempre	24	6,84
Casi siempre	107	30,48
Algunas veces	181	51,57
Nunca	39	11,11
Total	351	100,00

Fuente: Unidad Educativa "Quevedo"

Elaborado por: Karina Ponce Espinoza

Gráfico 14. Respeto hacia opiniones miembros de la familia



Fuente: Unidad Educativa "Quevedo"

Elaborado por: Karina Ponce Espinoza

Análisis.- La encuesta realizada nos dio como resultado en un 7% que siempre son respetadas las opiniones de todos los miembros de la familia, un 30% manifestó casi siempre, un 52% indicaron que algunas veces y un 11% manifestaron que nunca.

Interpretación.- Es importante que las opiniones de todos los miembros de la familia sean respetadas, siendo los padres de familia los responsables de dar el debido ejemplo para que exista una comunicación fluida entre todos los integrantes de la familia, lo que redundará en un entorno familiar saludable y una salud mental adecuada.

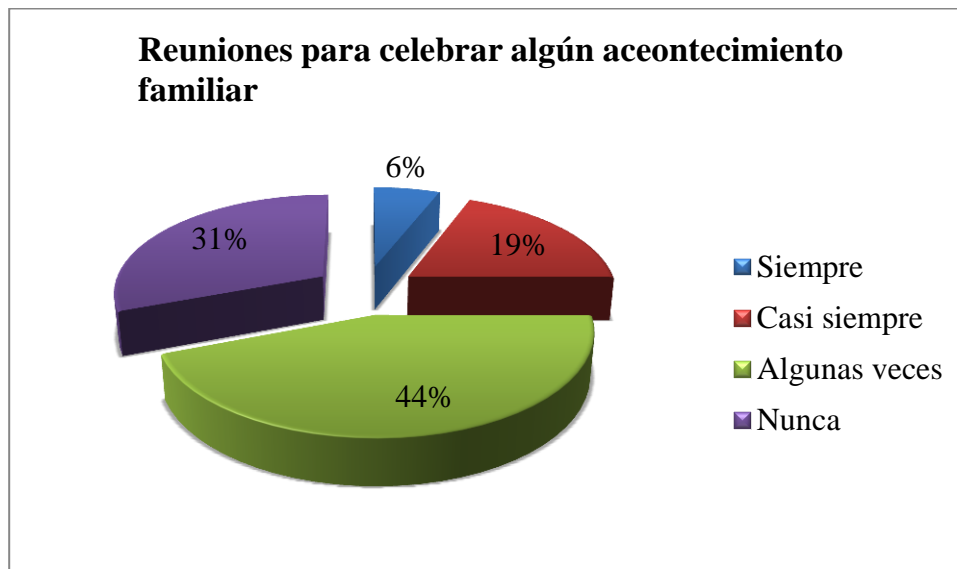
5. ¿Con qué frecuencia se reúnen tus padres contigo para celebrar algún acontecimiento familiar?

Tabla 16. Reuniones para celebrar algún acontecimiento familiar

Alternativa	Encuesta	%
Siempre	21	5,98
Casi siempre	67	19,09
Algunas veces	155	44,16
Nunca	108	30,77
Total	351	100,00

Fuente: Unidad Educativa “Quevedo”
Elaborado por: Karina Ponce Espinoza

Gráfico 15. Reuniones para celebrar algún acontecimiento familiar



Fuente: Unidad Educativa “Quevedo”
Elaborado por: Karina Ponce Espinoza

Análisis.- La encuesta realizada a los estudiantes nos dio como resultado en un 6% que siempre los padres se reúnen con ellos para celebrar algún acontecimiento familiar, un 19% indicó que casi siempre, un 44% algunas veces y el 30% nunca.

Interpretación.- Es importante que los padres se reúnan frecuentemente con sus hijos para celebrar algún acontecimiento familiar, lo cual incidirá en un entorno familiar saludable debido al fortalecimiento del afecto, comunicación y confianza que redundará en una salud mental adecuada en los niños.

6. ¿Con qué frecuencia tus padres comparten su tiempo contigo para divertirse en familia?

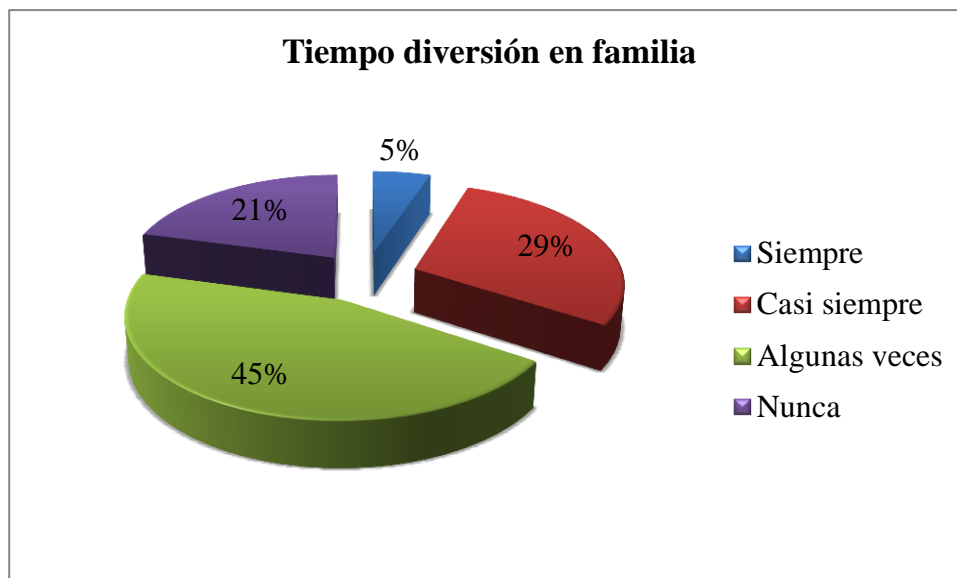
Tabla 17. Tiempo diversión en familia

Alternativa	Encuesta	%
Siempre	18	5,13
Casi siempre	102	29,06
Algunas veces	158	45,01
Nunca	73	20,80
Total	351	100,00

Fuente: Unidad Educativa “Quevedo”

Elaborado por: Karina Ponce Espinoza

Gráfico 16. Tiempo diversión en familia



Fuente: Unidad Educativa “Quevedo”

Elaborado por: Karina Ponce Espinoza

Análisis.- La encuesta realizada nos dio como resultado en un 5% que siempre los padres de los estudiantes comparten su tiempo con ellos para divertirse en familia, un 29% casi siempre, un 45% algunas veces y un 21% afirmaron que nunca.

Interpretación.- Es importante que los padres de los estudiantes encuestados compartan su tiempo con ellos para divertirse en familia, ya que este tipo de convivencia fortalecerá un entorno familiar saludable que incidirá en una salud mental adecuada para todos los integrantes de la familia.

7. ¿Tus padres te inculcan principios y valores?

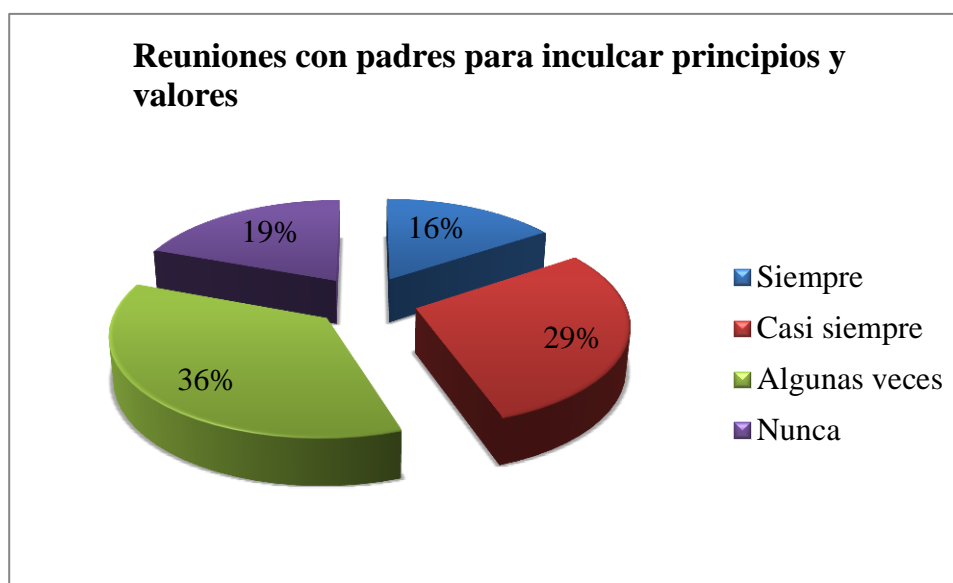
Tabla 18. Reuniones con padres para inculcar principios y valores

Alternativa	Encuesta	%
Siempre	55	15,67
Casi siempre	102	29,06
Algunas veces	126	35,90
Nunca	68	19,37
Total	351	100,00

Fuente: Unidad Educativa "Quevedo"

Elaborado por: Karina Ponce Espinoza

Gráfico 17. Reuniones con padres para inculcar principios y valores



Fuente: Unidad Educativa "Quevedo"

Elaborado por: Karina Ponce Espinoza

Análisis.- La encuesta realizada a los estudiantes nos dio como resultado que el 16% de ellos indicaron que siempre sus padres les inculcan principios y valores, un 29% afirmaron que casi siempre, un 31% indicaron que algunas veces y un 19% indicaron que nunca.

Interpretación.- Es importante que a los estudiantes sus padres siempre les inculquen principios y valores, siendo imprescindible que se realicen reuniones con mucha frecuencia en el hogar para fortalecer el entorno familiar de todos los integrantes de la familia.

8. ¿Cree usted que un mal entorno familiar puede afectar la salud mental?

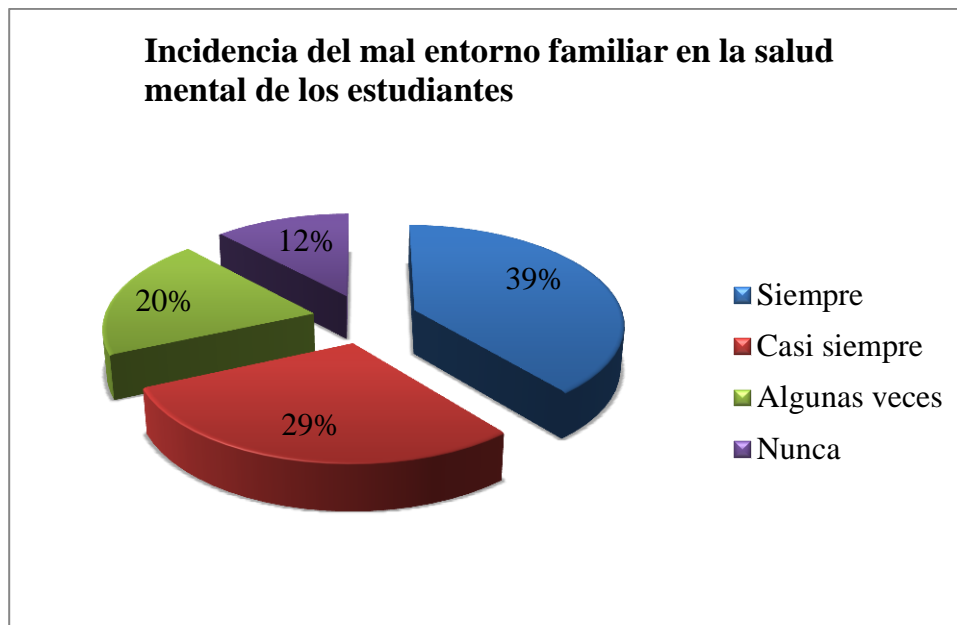
Tabla 19. Incidencia del mal entorno familiar en la salud mental de los estudiantes

Alternativa	Encuesta	%
Siempre	137	39,03
Casi siempre	103	29,34
Algunas veces	69	19,66
Nunca	42	11,97
Total	351	100,00

Fuente: Unidad Educativa "Quevedo"

Elaborado por: Karina Ponce Espinoza

Gráfico 18. Incidencia del mal entorno familiar en la salud mental de los estudiantes



Fuente: Unidad Educativa "Quevedo"

Elaborado por: Karina Ponce Espinoza

Análisis.- Al contrario que sus padres, los estudiantes encuestados indicaron en un 39% que un mal entorno familiar si puede afectar su salud mental, un 29% indicaron que casi siempre, un 20% algunas veces y un 12% afirmaron que nunca.

Interpretación.- Es importante que los padres se informen y reciban información importante sobre las consecuencias en sus hijos de un mal entorno familiar, ya que la mayoría de los padres encuestados desconoce por falta de información los efectos de esta problemática.

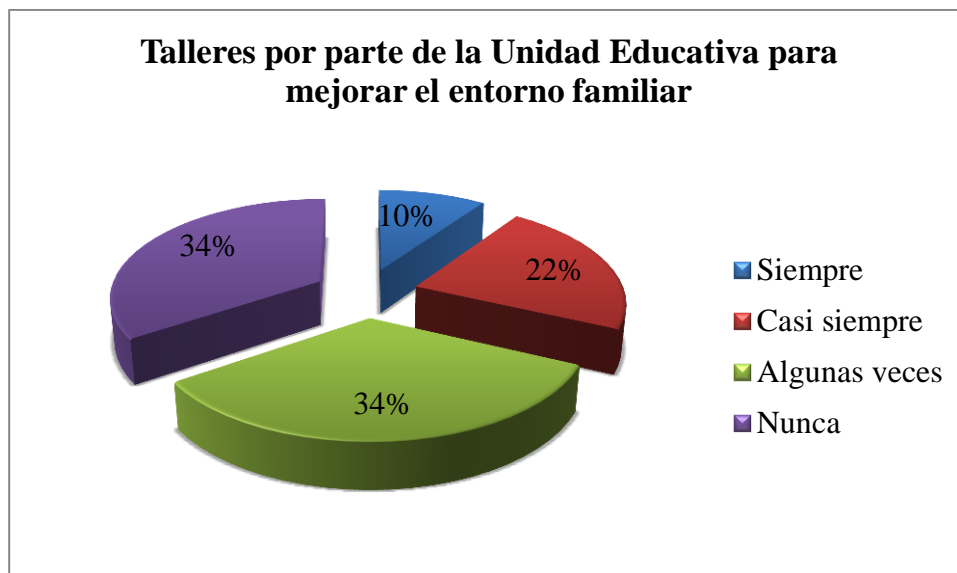
9. ¿La Unidad Educativa realiza talleres sobre cómo mejorar el entorno familiar para fortalecer la salud mental de los estudiantes?

Tabla 20. Talleres por parte de la Unidad Educativa para mejorar el entorno familiar

Alternativa	Encuesta	%
Siempre	34	9,69
Casi siempre	78	22,22
Algunas veces	118	33,62
Nunca	121	34,47
Total	351	100,00

Fuente: Unidad Educativa “Quevedo”
Elaborado por: Karina Ponce Espinoza

Gráfico 19. Talleres por parte de la Unidad Educativa para mejorar el entorno familiar



Fuente: Unidad Educativa “Quevedo”
Elaborado por: Karina Ponce Espinoza

Análisis.- La encuesta realizada nos dio como resultado que un 10% los estudiantes encuestados afirmaron que siempre la unidad educativa realiza talleres sobre cómo mejorar el entorno familiar para fortalecer la salud mental de los estudiantes, un 22% casi siempre, un 34% algunas veces y un 34% nunca.

Interpretación.- Es importante que la Unidad Educativa siempre realice talleres sobre cómo mejorar el entorno familiar para fortalecer la salud mental de los estudiantes lo cual incidirá en reducir los efectos de esta problemática.

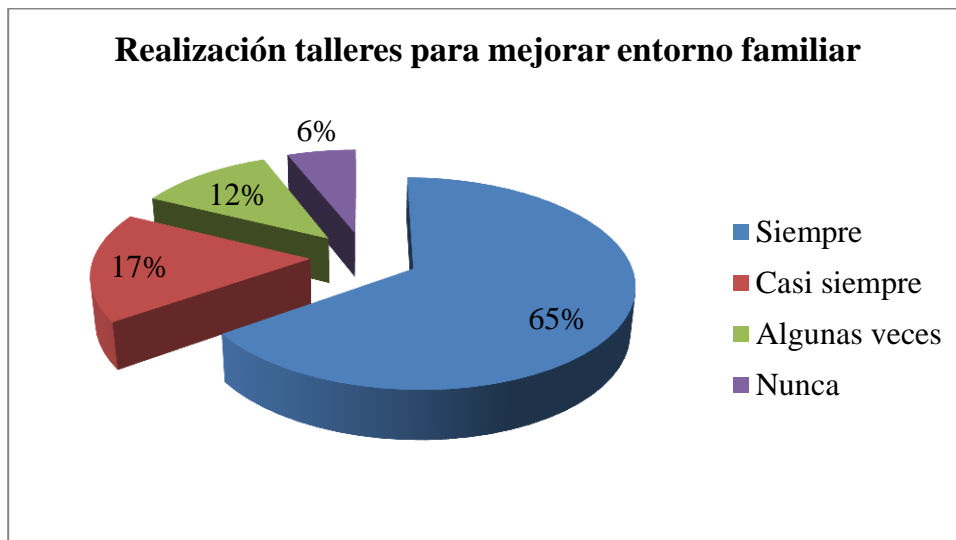
10 ¿Cree usted que se deberían realizar talleres para mejorar el entorno familiar que incidan en fortalecer la salud mental de los estudiantes?

Tabla 21. Realización talleres para mejorar el entorno familiar

Alternativa	Encuesta	%
Siempre	229	65,24
Casi siempre	60	17,09
Algunas veces	41	11,68
Nunca	21	5,98
Total	351	100,00

Fuente: Unidad Educativa “Quevedo”
Elaborado por: Karina Ponce Espinoza

Gráfico 20. Realización talleres para mejorar el entorno familiar



Fuente: Unidad Educativa “Quevedo”
Elaborado por: Karina Ponce Espinoza

Análisis.- La encuesta realizada a los estudiantes nos dio como resultado que un 65% manifestaron que la siempre se deberían realizar talleres para mejorar el entorno familiar, un 17% indicaron que casi siempre, un 11% algunas veces y un 6% nunca.

Interpretación.- Es importante que siempre se realicen talleres para mejorar el entorno familiar que incida en fortalecer la salud mental de los estudiantes, ya que muchas veces la falta de conocimiento incide en causar un mal entorno familiar que termina afectando la salud mental de los estudiantes.

ANEXO 5. Fotos encuesta realizada a los estudiantes de la Unidad Educativa “Quevedo”, cantón Quevedo, provincia de Los Ríos, periodo lectivo 2017 – 2018.



ANEXO 6. Fotos encuesta realizada a los padres de familia de la Unidad Educativa “Quevedo”, cantón Quevedo, provincia de Los Ríos, periodo lectivo 2017 – 2018.

