



Facultad de Humanidades

Escuela de Ciencias Psicológicas

Licenciatura en Psicología Clínica y Consejería Social

**Abordaje de la autoestima a través de la reestructuración cognitiva en  
adolescentes de padres alcohólicos, que asisten a Alcohólicos Anónimos**

**(AA)**

(Tesis de Licenciatura)

Karla María Méndez Chanta

Chimaltenango, julio 2020

**Abordaje de la autoestima a través de la reestructuración cognitiva en  
adolescentes de padres alcohólicos, que asisten a Alcohólicos Anónimos**

**(AA)**

(Tesis de Licenciatura)

Karla María Méndez Chanta

M.Sc Irma Yolanda García Escobar (Asesor)

Licda. Claudia Nineth Hernández García (Revisor)

Chimaltenango, julio 2020

## **Autoridades Universidad Panamericana**


Rector	M. Th. Mynor Augusto Herrera Lemus
Vicerrectora Académica	Dra. Alba Aracely Rodríguez de González
Vicerrector Administrativo	M.A. César Augusto Custodio Cobar
Secretaria General	EMBA Adolfo Noguera

## **Autoridades Facultad de Humanidades**

Decano	M.A. Elizabeth Herrera de Tan
Vicedecano	M.Sc. Ana Muñoz de Vásquez

**UNIVERSIDAD PANAMERICANA FACULTAD DE HUMANIDADES, ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS, Guatemala mes diciembre año 2019.**

*En virtud de que la presente Tesis con el tema: “Abordaje del autoestima a través de la reestructuración cognitiva en adolescentes hijos de padres alcohólicos, que asisten a Alcohólicos Anónimos” Presentada por el (la) estudiante: Méndez Chanta, Karla María previo a optar al grado Académico Licenciatura en Psicología Clínica y Consejería Social, cumple con los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, se extiende el presente dictamen favorable para que continúe con el proceso correspondiente.*

  
**MSc. Irma Yolanda García Escobar**  
**Asesor**

**UNIVERSIDAD PANAMERICANA FACULTAD DE HUMANIDADES, ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS, Guatemala veinte de junio del año 2020.**

*En virtud de que la presente Tesis con el tema: “Abordaje de la autoestima a través de la restauración cognitiva en adolescentes de padres alcohólicos, que asisten a Alcohólicos Anónimos (AA)”. Presentada por el (la) estudiante: **Karla María Méndez Chanta**, previo a optar al grado Académico de Licenciatura en Psicología Clínica y Consejería Social, cumple con los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, se extiende el presente dictamen favorable para que continúe con el proceso correspondiente.*

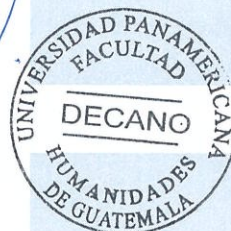


**Licda. Claudia Nineth Hernández García**  
**Revisor**

UNIVERSIDAD PANAMERICANA FACULTAD DE HUMANIDADES, ESCUELA  
DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS, Guatemala, junio 2020. -----

En virtud que la presente Tesis con el tema **“Abordaje de la autoestima a través de la restructuración cognitiva en adolescentes de padres alcohólicos, que asisten a Alcohólicos Anónimos (AA)”** presentado por el (la) estudiante **Karla María Méndez Chanta**, reúne los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, esta Decanatura extiende **Dictamen de Aprobación** previo a optar grado académico de Licenciatura en Psicología Clínica y Consejería Social, para que el (la) estudiante proceda a la entrega oficial en Facultad.

  
**M.A. Elizabeth Herrera de Tan**  
**Decano**  
**Facultad de Humanidades**



**“Nota: Para efectos legales, únicamente el sustentante es responsable del contenido del presente trabajo”.**

## **Dedicatoria**

A Dios Porque

Él siempre ha estado conmigo, en los momentos de alegrías, de tristezas en estos años de mi carrera y no ha sido fácil, pero Él no me ha abandonado.

A mis padres y hermana.

Les agradezco a ellos porque me ha apoyado, a lo largo de mi carrera desde que inicie, han estado conmigo en las buenas y en las malas. También a mi hermana que me apoyado.

A mi novio

Que me ha apoyado desde que inicie esta carrera, me ha tenido paciencia, ha estado conmigo en las buenas y en las malas.



## Contenido

<b>Resumen</b>	i
<b>Introducción</b>	ii
<b>Capítulo 1 Marco Contextual</b>	
1.1 Antecedentes	1
1.2 Planteamiento del problema	4
1.3 Justificación del estudio	6
1.4 Pregunta de investigación	6
1.5 Objetivos	7
1.5.1 Objetivo general	7
1.5.2 Objetivos específicos	7
1.6 Alcances	7
1.7 Limites	7
<b>Capítulo 2 Marco Teórico</b>	
2.1 Adolescencia	8
2.1.1 Características de los adolescentes	9
2.2 Teorías del desarrollo del adolescente	10
2.3 Emociones	11
2.3.1 La importancia de lo emocional	12
2.4 Autoestima	12
2.5 Abordaje de la autoestima en el tratamiento del adolescente	13
2.6 La autoestima en adolescentes	13
2.6.1 La formación de la autoestima	13
2.6.2 Para qué sirve la autoestima	14
2.6.3 Adolescentes con alta autoestima	14
2.6.4 Adolescentes con baja autoestima	15
2.7 Tipos de autoestima	16
2.7.1 Autoestima derrumbada	16

2.7.2 Autoestima vulnerable	17
2.7.3 Autoestima fuerte	17
2.8 Problemas emocionales que pueden afectar la autoestima	18
2.8.1 Causas del problema	19
2.8.2 Consecuencias	20
2.9 Hijos de padres alcohólicos	22
2.10 Terapia cognitivo conductual	23
2.11 Restructuración cognitiva	27
2.11.1 Como se aplica la restructuración cognitiva	30
2.12 Centro de atención para alcohólicos	32
2.12.1 Terapia psicológica	36
2.12.2 Terapia psicológica de grupo	38

### **Capítulo 3 Marco Metodológico**

3.1 Método	40
3.2 Tipo de investigación	41
3.3 Niveles de investigación	41
3.4 Pregunta de investigación	42
3.5 Variables	42
3.6 Muestreo	43
3.7 Sujetos de investigación	43
3.8 Instrumentos de investigación	44
3.9 Procedimiento	45
3.10 Cronograma	46

### **Capítulo 4 Presentación y Discusión de Resultados**

4.1 Presentación de resultado	48
4.2 Discusión de resultados	60

<b>Conclusión</b>	61
<b>Recomendación</b>	62
<b>Referencias</b>	63
<b>Anexos</b>	69

### **Lista de cuadros**

Cuadro No. 1 Cronograma	46
Cuadro No. 2 Cronograma	46
Cuadro No. 3 Cronograma	47

### **Lista de tablas**

#### **Entrevista**

Tabla No.1 Datos de escalas aplicadas	48
Tabla No. 2 ¿Cómo describe usted la autoestima en adolescentes?	50
Tabla No. 3 ¿Cómo describe usted la autoestima baja en adolescentes?	51
Tabla No. 4 ¿Cómo aborda usted la autoestima en los adolescentes?	52
Tabla No. 5 ¿Cuáles son las causas de los problemas emocionales en los adolescentes?	53
Tabla No. 6 ¿Qué problemas emocionales afecta la autoestima en los adolescentes?	54
Tabla No. 7 ¿Cómo aborda usted la autoestima en adolescentes hijos de padres alcohólicos?	55
Tabla No. 8 ¿En qué forma a aplicado la terapia cognitivo conductual en adolescentes con baja autoestima que son hijos de padres alcohólicos?	56
Tabla No. 9 ¿Cómo ha trabajado usted la terapia cognitivo conductual en adolescentes?	57
Tabla No. 10 ¿Cómo aplica usted la reestructuración cognitiva en adolescentes con baja autoestima en hijos de padres alcohólicos?	58
Tabla No. 11 ¿Cómo ha aplicado usted la reestructuración cognitiva en adolescentes?	59

#### **Lista de gráficas**

Gráfica No. 1 Datos de escalas aplicadas	49
Gráfica No 2 ¿Cómo describe usted la autoestima en adolescentes?	50

Gráfica No 3 ¿Cómo describe usted la autoestima baja en adolescentes?	51
Gráfica No 4 ¿Cómo aborda usted la autoestima en los adolescentes?	52
Gráfica No 5 ¿Cuáles son las causas de los problemas emocionales en los adolescentes?	53
Gráfica No 6 ¿Qué problemas emocionales afecta la autoestima en los adolescentes?	54
Gráfica No 7 ¿Cómo aborda usted la autoestima en los adolescentes hijos de padres alcohólicos?	55
Gráfica No 8 ¿En qué forma se aplicó la terapia cognitivo conductual en adolescentes con baja autoestima que son hijos de padres alcohólicos?	56
Gráfica No 9 ¿Cómo ha trabajado usted la terapia cognitivo conductual en adolescentes?	57
Gráfica No 10 ¿Cómo aplica usted la reestructuración cognitiva en adolescentes con baja autoestima hijos de padres alcohólicos?	58
Gráfica No 11 ¿Cómo aplicó usted la reestructuración cognitiva en adolescentes?	59

## **Resumen**

En el capítulo 1 Marco Contextual de este documento, brinda información importante que hace referencia a la descripción de antecedentes de la problemática estudiada, incluye planteamiento del problema que es la estructura formal que mueve la investigación, derivando respuestas a lo largo del proceso. Encontramos en este apartado la justificación que detalla motivo de la investigación, así como la pregunta de investigación, los objetivos que es lo que se quiere alcanzar, aclarar en la investigación, los alcances y los límites.

En el capítulo 2 Marco Teórico, en este apartado brinda información del tema abordaje de la autoestima a través de la reestructuración cognitiva en adolescentes de padres alcohólicos, que asisten a Alcohólicos Anónimos (AA). Aquí se desarrolla el tema y subtemas en general, la adolescencia como se desarrolla, la autoestima alta, autoestima media y autoestima baja, abordaje de la autoestima de los adolescentes, que consecuencias y problemas causan la autoestima baja, hijos de padres alcohólicos, reestructuración cognitiva y centro de atención para alcohólicos.

En el capítulo 3 Marco Metodológico, explica los mecanismos utilizados para el análisis de la problemática de la investigación, en este apartado incluye método cualitativo, tipo de investigación, pregunta de investigación, variables, muestreo, sujeto de investigación, instrumento de investigación, procedimiento y cronograma.

En el capítulo 4 Presentación de Resultado y Discusión, explica la información en general que se obtuvieron de la entrevista con el psicólogo, la aplicación de la escala de Rosenberg para medir la autoestima en los adolescentes. A través de gráficas y tablas se presentan los resultados y la discusión de resultados que explica la problemática de la investigación y el objetivo que se cumplió.

## **Introducción**

La sociedad suele verse afectada en cuanto al flagelo del alcoholismo, siendo las familias en sí, la que sufre de diversas maneras, en tema de investigación se enfoca el abordaje de autoestima, a través de la restructuración de un enfoque cognitivo en los adolescentes con padres alcohólicos, que asisten a Alcohólicos Anónimos (AA). Es oportuno considerar investigaciones como las contenidas en este documento, puesto que brinda aportes relevantes sobre el impacto de la población.

Existen diferentes instituciones para la rehabilitación de personas con problemas de alcoholismo, se hace énfasis a los padres de adolescentes, que están en tratamiento en la institución de Alcohólicos Anónimo (AA), resaltando que, los adolescentes se ven afectados emocionalmente, siendo presente la etapa en las que se encuentran, caracterizado por ser una de las fases del desarrollo y descubrimiento de la identidad, son los padres los encargados de apoyar a sus hijos en todo su proceso de desarrollo, en diversas cosas se cuenta con ayuda encausada a la orientación psicológica.

La presente investigación proporciona importante información sobre las consecuencias derivadas en los adolescentes afectados emocionalmente, ya que ello conlleva a su vez, un impacto en el rendimiento académico tornándose en baja notas, así también evidencia de problemas conductuales, en casos externos la baja autoestima podría conducir al suicidio. Para el campo de la psicología el tema de investigación consiste en poder realizar el abordaje de la baja autoestima de los adolescentes a través de la restructuración cognitiva. Se conocerá en esta investigación como se trabajó lo mencionado con anterioridad, qué objetivos se lograron.

# Capítulo 1

## Marco Contextual

La presente investigación, aborda la reestructuración cognitiva en adolescentes con baja autoestima, así como problemas emocionales que pueden presentar hijos de padres alcohólicos, que asisten Alcohólicos Anónimos (AA).

### 1.1 Antecedentes

Sánchez S. (2016) afirma:

Autoestima y conductas autodestructivas en adolescentes (Estudio realizado con adolescentes de 14 a 17 años en el instituto IMBCO de Nebaj, Quiché), la cual fue realizada con diseño descriptivo, tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre la autoestima que los adolescentes del Instituto Mixto de Educación Básica por Cooperativa con Orientación Ocupacional manejan y las conductas autodestructivas que se presente entre ellos.

La primera variable se midió a través de la prueba Escala de Autoestima (EAE), donde se pudo determinar que los adolescentes manejan un alto nivel de autoestima, así mismo, para la segunda variable se utilizó una escala de Likert la cual reflejó que la mayoría de los sujetos de estudio tienen un nivel medio de tendencia a conductas autodestructivas. De acuerdo con los resultados obtenidos a través de la presente investigación se comprueba que existe una relación no significativa entre la autoestima y las conductas autodestructivas. (pp. 27- 28).

En esta investigación se determinó que el resultado de autoestima y la conducta autodestructiva del instituto IMBCO, el 60% de los adolescentes tienen un nivel alto de autoestima, las conductas autodestructivas tienen un mayor reflejo de tendencia en los adolescentes.

Dolors, M. (2016) afirma que:

Cita a la Organización Mundial de la Salud, informando que realizó un estudio en adolescentes, entre las edades de 12 y 18 años. En tener ideaciones tanatológicas no estructuradas, mientras que un 26% afirma “me odio”. Además, un 27% de los participantes en el estudio confiesan hallarse sin esperanza y con miedo al futuro. A través del estudio realizado por la OMS en adolescentes, tiene como resultado, los problemas como baja autoestima, inseguridad y mecanismo de defensa. (p. 43)

Según Téllez (2015) citado por Dolors, M. (2016) afirma:

Al realizar investigación en Colombia se encontraron hallazgos sobre la existencia de adolescentes donde el efecto psicológico del alcoholismo de los padres es grande, más de la mitad de los estudiados viven en hogares al menos con un padre alcohólico. Los adolescentes hijos de padres alcohólicos, podrían evidenciar mayor dificultad en cuanto logros académicos se refiere, así mismo, presentar mayor incidencia a estados depresivos, problemas de ansiedad y estrés, derivando también autoestima inferior que otros de su misma edad. (p. 27)

En esta investigación se determinó que los adolescentes que se diagnosticaron con depresión tienen mayor probabilidad de tener a padres o parientes alcohólicos que los adolescentes que no están deprimidos. El problema del alcoholismo afecta a las familias, en especial a los hijos, quienes presentan autoestima baja, mientras que en otros hogares que no se presenta alcoholismo en los padres, los hijos no presentan una baja autoestima.



Ojeda, Z. & Cárdenas, M. (2017) citando a Andino (2015) afirma que:

Los adolescentes corren más riesgo de presentar niveles bajos de autoestima, ya que estos al estar en un periodo de transición se encuentran más vulnerables, su estudio revela que el 45% de los adolescentes participantes presentan un nivel bajo de autoestima, siendo este el porcentaje más alto, asociado, en depresión y ansiedad. Resultados que demuestran que los adolescentes aún están en proceso de construcción de su identidad y no poseen criterios formales y valores propios que les permitan escapar de la presión de los modelos estéticos vigentes. (p.16)

El estudio realizado en los adolescentes que presentan baja autoestima, por problemas emocionales, es causado por su construcción de su identidad y los valores no están siendo reforzados por los padres.

San Martín, J.L. & Barra, E. (2013) describe lo siguiente:

Al realizar un estudio en la relación de las variables autoestima y apoyo social con la satisfacción vital, en una muestra de 512 adolescentes de ambos sexos, con edades entre 15 y 19 años, utilizando entre otros instrumentos la EAR, los resultados mostraron que tanto la autoestima como el apoyo social tenían relaciones positivas significativas con la satisfacción vital. El análisis reveló que ambas variables predecían significativamente el nivel de satisfacción vital. (pp. 288-289)

En este estudio que se realizó los adolescentes presentan una buena autoestima y relación social, esto es porque los padres ayudan a sus hijos para que tengan una buena relación de sí mismo y con los demás que los rodean.

## 1.2 Planteamiento de problema

Según Clemente, S. (2018) afirma que:

La autoestima en los adolescentes determinará su calidad de vida en la edad adulta. En esta etapa presentan, cambios, desafíos, dificultades y preocupaciones. Donde necesitan sin duda, no solo de nuestro apoyo, sino de un apoyo inteligente, sensible, validador que sirva de ayuda y no actuar como un muro que veta.

Los adolescentes están busca de su identidad, tienen diferentes cambios físicos, de humor, emocionales, los padres tienen que apoyar a sus hijos para tener una buena relación. Deben de buscar orientación psicológica para que les brinde información sobre la etapa que están pasando sus hijos y puedan construir una autoestima sana.

Los padres deben comprender que, las preocupaciones por la imagen corporal son transitorias y por ello, es importante que pasen esta etapa sin tener conflictos internos. Los padres con enfermedad de alcohólicos dejan huellas en la mente de sus hijos, que deben ser tratados. Siempre deben observarse las cualidades de cada caso, porque los efectos dependen de la severidad de la adicción y de sus manifestaciones, de la edad de los adolescentes, de la posición de la madre y el resto de la familia.

Serrano, S. y otros (2010) manifiestan que:

Datos diversos develados en investigaciones enfocadas a los adolescentes y padres con problemas de alcoholismo, destacan que, pasan por diferentes situaciones, puntualizando en la autoestima baja, asociado a problemas emocionales que causan un impacto en ellos. Los padres de los adolescentes con enfermedad de alcoholismo están en rehabilitación en Alcohólicos Anónimos (AA).

El problema del alcoholismo afecta a los adolescentes presentando baja autoestima, problemas emocionales, a causa de los padres alcohólicos, ahora están en tratamiento en Alcohólicos Anónimos (AA), es un tema que no solo afecta a los hijos sino también al resto de la familia.

Las personas con problemas de alcoholismo generan un impacto negativo en la vida de sus hijos, se hace especial énfasis al área emocional que puede generar repercusiones a largo plazo, denotando dificultad en cuanto al criterio en la toma de decisiones al nivel general se ha observado que, en un familiar en la cual se convive con este padecimiento, hay una mayor incidencia de que los hijos sean alcohólicos.

Entre las consecuencias a evidenciar por parte de los adolescentes están, presencia de distintos problemas que se evidencia en el área educativa, mostrando bajo rendimiento escolar, es importante que los adolescentes cuenten con el apoyo familiar con la finalidad de fomentar una autoestima sana.

Uno de los puntos importantes por detectar es, la importancia de un abordaje psicológico oportuno que permita al adolescente prevenir problemas mentales de derivados del alcoholismo.

Se detecta opción de abordaje en la relación al problema de autoestima baja en adolescentes de padres con la enfermedad del alcoholismo, haciendo especial énfasis a la modificación mediante la reestructuración cognitiva, siendo una técnica que permite el cambio de ideas o pensamientos enfocados a la interpretación directa, haciendo uso de herramientas de Rosenberg, escala de autoestima, que brinda nivel de autoestima que presentan los adolescentes, con el apoyo psicológico de la institución de Alcohólicos Anónimos (AA).

### 1.3 Justificación del estudio

Se evidencia la importancia de la investigación, para el abordaje de la autoestima en adolescentes, así como reconocer el grado de afección en área emocional, identificando el impacto en el rendimiento académico, en los hijos de padres alcohólicos, que asisten a Alcohólicos Anónimos (AA).

Se detecta la gran probabilidad de que los adolescentes sigan el patrón de alcoholismo tal y como lo observa en su hogar, con la marcada tendencia a repetir huellas emocionales de gran impacto para otras generaciones en dicha familia, por el simple hecho de reconocer esos patrones de crianza como algo normal, por lo tanto presentan un alta tendencia a presentar trastornos mentales, se hace necesario trabajar en la prevención, enfocándose en diversas áreas como la psicológica, la educativa, familiar y social, abarcado así información claras sobre las consecuencias que se gestan por la autoestima baja.

La autoestima es esencial para la formación personal, en los adolescentes hijos de padres alcohólicos, cuando el adolescente adquiera una buena autoestima se sentirá seguro de sí mismo. Los adolescentes con una baja autoestima tienden a no confiar en sí mismo, mostrando sentimientos de inferioridad ante las demás personas.

La investigación pretende explorar cuál es el nivel de autoestima en los adolescentes, es de suma importancia realizar la investigación, que, a través de eso, se podrá llegar a una conclusión para ello, se aplicara la escala de autoestima de Rosenberg y la técnica de la reestructuración cognitiva con el apoyo de la psicóloga de la institución, para modificar los pensamientos, así también conocer cuál es el nivel de autoestima en los adolescentes. Que se pueda reforzar a través de lo mencionado.

### 1.4 Pregunta de investigación

¿Cuál es el abordaje para el tratamiento de la baja autoestima a través de la reestructuración cognitiva en adolescentes de padres alcohólicos, que asisten a Alcohólicos Anónimos (AA)?

## 1.5 Objetivos

Abordar la autoestima en los adolescentes a través de la reestructuración cognitiva y llegar a un análisis del nivel de autoestima en los adolescentes, con la escala de Rosenberg, hijos de padres alcohólicos, que asisten Alcohólicos Anónimos (AA).

### 1.5.1 Objetivo general

Analizar el abordaje para el tratamiento de la baja autoestima a través de la reestructuración cognitiva en adolescentes de padres alcohólicos, que asisten a Alcohólicos Anónimos (AA).

### 1.5.2 Objetivos específicos

- Describir la autoestima en adolescentes.
- Identificar los problemas emocionales, que afectan la autoestima de los adolescentes, hijos de padres alcohólicos.
- Explicar la aplicación de la reestructuración cognitiva.

## 1.6 Alcances

La investigación se realizará con los hijos de los padres alcohólicos, que asisten a la institución de los Alcohólicos Anónimos, poder realizar la investigación y alcanzar el objetivo que se ha planteado.

## 1.7 Limites

En la investigación se abordará la autoestima de los adolescentes de padres alcohólicos, durante el tiempo establecido que es de tres meses.

## **Capítulo 2**

### **Marco Teórico**

#### **2.1 La Adolescencia**

Es el periodo de vida entre de 10 a 20 años, dependiendo de la legislación de cada país que se encuentren viviendo, el adolescente va a experimentar cambios físicos y la maduración en su cuerpo, también cambios cognoscitivos y socioemocionales.

La adolescencia, como periodo del desarrollo del ser humano abarca por lo general el periodo comprendido de los 11 a 20 años, en el cual él sujeto alcanza la madurez biológica, así como, sexual; la madurez emocional y social (Papalia y otros, 2001).

Díaz-Aguado (2005) afirma:

Muy acertadamente, que en la adolescencia construir una identidad diferenciada, elaborar el propio proyecto vital, averiguando qué quieren hacer con su vida origina un alto nivel de incertidumbre que, sumado al que implican los actuales cambios sociales, puede resultar en algunos casos difícil de soportar; especialmente cuando los y las adolescentes no han desarrollado la tolerancia a la incertidumbre. (p. 16)

La adolescencia es una etapa difícil, porque están en busca de su identidad, solo están pasando por un cambio en su vida. Si los adolescentes no desarrollan adecuadamente la tolerancia van a tener inseguridad y desconfianza, los padres tienen que apoyar a sus hijos en esta etapa que están pasando. La adolescencia en las sociedades no desarrolladas, le llaman el tránsito de la adolescencia a la adultez, que es un proceso. La adolescencia es la etapa del descubrimiento de la identidad y de la construcción de la personalidad madura.

La Ley de Protección Integral, Guatemala (2003) hace referencia a la protección integral de la niñez y adolescente, Ley Pina-Decreto 27-2003, en el artículo 2, considera adolescente desde los 13 años hasta que cumpla los 18 años. (p.2)

La ley pina es la protección de los adolescentes, para que tengan un nivel de vida adecuado, puedan vivir su adolescencia adecuadamente, con la ayuda de los padres de familia. Así mismo, la organización mundial de la salud considera la adolescencia como la etapa de crecimiento, desarrollo humano, que se produce después de la niñez y antes de la adultez, entre los 10 años y 19 años.

### 2.1.1 Características de los adolescentes

A continuación, se presenta las características de los adolescentes, que van formando su desarrollo:

- Crecimiento
- Desarrollo sexual
- Construcción de su identidad
- Necesidad de independencia
- Busca pertenecer a un grupo
- Evolución del pensamiento estado abstracto
- Contradicciones en su conducta y cambios de estado de animo
- Conflicto con los padres
- Llegan a conclusiones propias
- Les importa el prestigio
- Desconsiderados con la familia
- El Yo del adolescente se defiende, transforma: amor, odio, dependencia-rebelión, respeto y admiración.
- Actúan diferente los adolescentes

## 2.2 Teorías del desarrollo del adolescente

Conan, A. (2016) afirma que:

Erickson y Jean Piaget son los importantes teóricos del desarrollo, las cuatro teorías sobre el desarrollo son: la psicoanalítica, la cognitiva, la del aprendizaje conductual y social, y la ecológica. La teoría del adolescente es compleja y tiene varias facetas.

Fernández, L. (2018) refiere que:

La teoría psicoanalítica describe el desarrollo fundamental como un inconsciente, que quiere decir más allá de la consciencia. La psicoanalítica es el comportamiento de una característica superficial, para poder entender el desarrollo. Las experiencias tempranas con los padres moldean considerablemente el desarrollo, se refleja en la teoría de Sigmund Freud.

Lindenberg, Staundinger &Lerner (1998) citado por Santrock (2003) refieren que el desarrollo no acaba con la adolescencia, recordemos que el proceso se define, como una causa que dura toda la vida. La adolescencia forma parte de ciclo vital, no se debe considerar como un periodo de desarrollo aislado. (p. 15)

Erick Erickson (1950, 1968) citado por Santrock (2003) hablo en su teoría de los estadios psicosociales a diferencia de las faces psicosexuales de Freud, para Freud el comportamiento humano es el carácter sexual y para Erickson era el carácter social. (p. 16)



Anna Freud (1966), Bols (1989) citados por Santrock (2003) manifiestan que:

Los mecanismos de defensa ayudan a poder entender el desarrollo de la adolescencia; Esto profundiza la existencia de los objetos afectivos, en el pasado del adolescente, Anna Freud considera que el apego a estos objetos, coinciden con los padres desde la primera infancia. (p. 18)

## 2.3 Emociones

Las emociones son una información, un aviso, una guía al servicio de la conservación, la relación y la socialización que tiene el individuo, con las demás personas que están a su alrededor.

Bericat, E. (2012) afirma que:

Una experiencia corporal viva, veraz, situada y transitoria que impregna el flujo de conciencia de una persona, que es percibida en el interior de y recorriendo el cuerpo, y que, durante el trascurso de su vivencia, sume a la persona y a sus acompañantes en una realidad nueva y transformada – la realidad de un mundo constituido por la experiencia emocional. (p.1)

Las emociones son la información que nos dice como están ahora, es una guía para nuestra vida y tener una relación con los demás, así también las siguientes emociones, como la rabia, el miedo, la tristeza, y la alegría, nos comunican como estamos, por tratarse de vivencias internas y comunes en las personas, de distintos lugares, culturas. Una emoción puede considerarse una cualidad energética, energía que nos permite actuar ante el mundo.

### 2.3.1 La importancia de lo emocional

Desde nuestro primer momento de vida, que vivimos en una sociedad en donde esta nuestra familia, que nos tiene el cuidado de la higiene, abrigo, atención y alimentación, que se tiene comunicación intercambiando mensajes, donde se crea un comportamiento. Es importante las emociones porque nos dan un estímulo, nos dan una alerta a nuestro cuerpo, que genera una reacción, nuestros músculos del cuerpo se empiezan a mover, incluso se puede notar como por ejemplo en la voz, cuando lloran. Forma parte de nuestra conducta, que va a definir nuestro comportamiento.

### 2.4 Autoestima

Según Naranjo, M. (2007) afirma que:

La persona tiene la capacidad de establecer su propia identidad y atribuirse un valor y, a esa valoración se le llama autoestima. Señala que si conseguimos mantener un buen nivel de autoestima resistiremos las críticas, nos abriremos mejor a los demás, aprenderemos a pedir ayuda y, en general, nos resultará mucho más gratificante vivir, lo que contribuirá también a prevenir cualquier proceso depresivo. (p. 18)

Cuando las personas tienen un buen nivel de autoestimas, saben lidiar con las críticas, daños, no tienen miedo a lo que se les presenta, siempre están de buen humor ayudan a los demás, como amigos y familiares. Viven felices con lo que hacen, no presentan baja autoestima fácilmente.

Naranjo (2007) cita a Mezerville & Branden (2004), indicando que; Abraham Maslow ha sido uno de los representantes de la psicología humanista quien más ha difundido el papel que la autoestima desempeña en la vida de la persona, al incluirla dentro de su conocida jerarquía de necesidades. (p. 2)

## 2.5 Abordaje de la autoestima en el tratamiento del adolescente

Los adolescentes valoran cada una de sus características, capacidades y comportamiento, ven también su imagen, se autoevalúan ellos mismos, o puede ser positivos o negativos porque no se valoran como son, por eso se tiene que abordar la autoestima en los adolescentes para que tengan una valoración positiva de ellos mismos y no les afecte más adelante.

## 2.6 La autoestima en adolescentes

La autoestima es la clave para el bienestar psicológico, del adolescente, para poder trabajar en la autoimagen y autoconcepto. La autoestima en la adolescencia determina la calidad de vida en la adultez, donde tendrán cambios físicos, desafíos y dificultades, necesitan a la ayuda de los padres y las personas cercanas.

Naranjo, M. (2007) citando a Demir, Eskin, & Ertekin (2007) afirma que:

Que la terapia de solución de problemas resulta eficaz para mejorar la autoestima en adolescentes. El cerebro va madurando y va adquiriendo nuevas habilidades. Influye el proceso de identidad, para ello deben tener autoconcepto de ellos mismo para poder construir una autoestima. (p. 395)

### 2.6.1 La formación de la autoestima

Clemente, S (2018) afirma que:

La autoestima se va forjando desde el nacimiento del niño, se puede dar de distintos factores que son genéticos o también ambientales, personal, social y cultural. Todo esto conforme van creciendo, con la ayuda de los padres. La valoración que se van dando puede ir variando con la edad, por eso en la adolescencia es importante abordar la autoestima.

La formación de la autoestima se va dando desde el hogar, los padres son los encargados de ayudar a sus hijos para que tengan un sano crecimiento, para que puedan relacionarse con las demás personas que le rodean como en la familia, la escuela, la sociedad y que no tengan problema en su adolescencia.

### 2.6.2 Para qué sirve la autoestima

La adolescencia es un proceso de búsqueda, de la identidad y el sentido personal. La crisis hormonal, nos dice que es saludable para el fortalecimiento del ego del adulto. La identidad ayuda a la función que quiere desempeñar en el futuro y con la fuerza educativa que quiere seguir.

La autoestima ayuda a creer en ellas mismos, valorar todas las cualidades, a poder crecer como persona. Las personas no deben tener miedo de seguir adelante, tienen que creer en sus fortalezas para sacarla a relucir. Las personas tienen que mostrarse respeto y valorarse ellas mismas, también hacia las demás personas, porque cuando las personas se respetan se hacen respetar y se valoran ellas mismas se pone en valor ante las demás personas.

### 2.6.3 Adolescentes con alta autoestima

De acuerdo con Naranjo, M. (2007) una alta autoestima es un resultado deseado del proceso de desarrollo humano. Se le vincula con la salud mental a largo plazo y con el equilibrio emocional. (p. 2)

Se evidencia la autoestima alta, en adolescentes, cuando estos se sienten queridos, aceptados, motivados en diversas áreas de su vida, muestran aceptación incondicional en ellos. Se resalta que un adolescente con autoestima alta suele denotar optimismo ante su futuro, se fija metas, mostrando dominio en la búsqueda de solución de problemas, se podría decir que autosuficiente, mostrando lo aprendido de su entorno.

Otro punto para destacar en lo que evidencia autoestima alta es la facilidad con la que establecen metas claras a corto, mediano y largo plazo, tienden a responsabilizarse de su actuar, aceptando errores, sin culpar a otros. Entre otros aspectos a mencionar destaca, el reconocimiento de sus fortalezas o debilidades, la aceptación de críticas objetivas, poseen estabilidad emocional, empatía, con habilidades sociales y convivencia de manera adecuada.

De acuerdo con Díaz, F. & otros (2018) la autoestima en adolescentes con autoestima alta, tienen menos problemas tienen menos probabilidad de presentar ideas suicidad, depresión, menos problemas conductuales y síntomas patológicos. (p. 99)

#### 2.6.4 Adolescentes con baja autoestima

Hace referencia a los adolescentes con baja autoestima, la atención se centra en adolescentes, quienes podrían evidenciar desconfianza en sí mismo, desconfianza en sus capacidades en general, así como rechazo por las demás personas.

Naranjo, M. (2007) citando a Mézerville (2004) afirma que:

Lo descrito con Branden, una autoestima baja se correlaciona con la irracionalidad y la ceguera ante la realidad; con la rigidez, el miedo a lo nuevo y a lo desconocido; con la conformidad inadecuada o con una rebeldía poco apropiada; con estar a la defensiva, con la sumisión o el comportamiento reprimido en forma excesiva y el miedo a la hostilidad a los demás. (p. 18)

Caracteriza sentimientos caracterizado por sentimientos de inferioridad no se perciben valorados, respetados sin interés por incluirse a las actividades grupales, posible asilamiento y en diversos casos suelen no salir de casa. Entre otras características a destacar, están pensamientos negativos, pesimistas, no se plantean objetivos a corto, mediano y largo plazo.

No tienen disciplina les cuesta, en el compromiso que les dejan en la institución o colegio no la realizan, en las responsabilidades no entregan tareas, trabajos u otras actividades que sus padres les dejan en sus casas. Fracasan fácilmente.

Cuando intenta en sobresalir, llaman la atención y engañan a las personas que están en su alrededor, para poder sentirse aceptados por los demás. Sin saber que se están haciendo daño ellos mismos, lo hacen porque tienen baja autoestima. Culpan a las demás personas, de lo que les pasa, no aceptan sus errores, no tiene empatía hacia las personas. Adoptan una actitud agresiva, violenta, desafiante y antisocial ante las personas que están a su alrededor y ante sus padres y hermanos.

La baja autoestima lleva a la depresión sino se aborda a tiempo, incluso pueden suicidarse de diferentes formas con pastillas, lasos, navajas o cuchillos. Esto pasa porque no tiene atención de sus padres o viven violencia familiar, son gordos, delgados, altos o bajos, no se aceptan como son.

## 2.7 Tipos de autoestima

### 2.7.1 Autoestima derrumbada

La autoestima se caracteriza por la percepción de no apreciarse a sí mismas, lo que le lleva al individuo a no sentirse bien en su vida. Esto les hace ser excesivamente sensibles a lo que los demás puedan decir de ellas, de forma que si es negativo le dañará y si es positivo, hará que su autoestima aumente.

Es oportuno mencionar que en el estudio realizado se identificó mediante, que las personas no se aceptan como son, se decepcionan, todos los que los rodean sienten que hablan mal de ellos, porque su autoestima esta baja eso les hace pensar negativamente y si su autoestima estuviera alta no se sentirían desvaloradas, no le dañaría lo que los demás les dijeran.

También pueden sentir pena hacia ellos mismos e incluso vergüenza. Si un adolescente presenta este tipo de autoestima en el instituto puede ser víctima de bullying o acoso escolar por parte de sus compañeros e incluso ser excluido.

### 2.7.2 Autoestima vulnerable

Reinero, D. (2018) refiere que:

En este tipo la persona tiene un buen autoconcepto, pero su autoestima es frágil ante situaciones negativas como: la pérdida de un ser querido, no conseguir lo que quiere o se propone. Esto le llevará a crear mecanismos de defensa con el fin de evitar este tipo de situaciones o tener que tomar decisiones, dado que teme equivocarse y hacer las cosas mal.

Las personas tienen un buen autoconcepto de ellas mismas se valoran como son, se aprecian. Pero su autoestima es dañada cuando no hacen las cosas bien, un familiar fallece, en su trabajo no aceptan lo que hacen, con todo esto crean un mecanismo de defensa para pensar que todo está bien, no aceptan equivocarse quieren que todo este perfecto.

### 2.7.3 Autoestima fuerte

Reinero, D. (2018) refiere que:

Consiste en tener una imagen y autoconcepto de sí mismo lo suficientemente fuerte para que cualquier error que se realice no sea capaz de influir en la autoestima. Las personas con esta autoestima no temen a equivocarse y suelen desbordar optimismo, humildad y alegría.

Las personas con autoestima fuerte se aceptan, se valoran, no les daña las cosas negativas que les dicen las demás personas que las rodea, ayudan a las personas con humildad que están pasando por problemas. En su trabajo o en lo que realicen siempre están alegres, no temen a equivocarse porque aceptan sus errores. La autoestima se va formando desde que vamos creciendo, esto es porque los padres apoyan a sus hijos para que sean humildes, respetuosos, alegres, que aprendan a equivocarse. Y están rodeados de personas que piensan positivamente.

## 2.8 Problemas emocionales que pueden afectar la autoestima

La adolescencia es una de las etapas más difíciles, es la etapa que se toman decisiones que puede llegar afectarles ya sea positiva o negativamente. No se sienten seguros de sí mismos, toman caminos equivocados que tienen consecuencias, sino cambian les puede afectar a lo largo de sus vidas.

Achenbach & Enderrock (1987) y Velázquez (2012) citados por Hernández, J. (2016) refieren que; a los problemas emocionales como aquellos en los cuales las reacciones emocionales y cognitivas se manifiestan hacia el propio sujeto, cuya revelación puede ser en forma de depresión, fobias, ansiedades, caracterizados por la alta contención de los impulsos. (p. 39)

Los adolescentes son influenciados, porque la tecnología avanza cada día, no utilizan el internet adecuadamente, están mal informados, entran a páginas que no son adecuados para su ellos, tienen amigos que les enseñan a utilizar el internet a redes abiertas. Obtienen cualquier información inadecuada.

Los problemas más comunes que se pueden dar son la falta de atención de sus padres, nos les ponen atención por el trabajo otras situaciones, bullying que puede ser en la institución o colegio o incluso en su hogar. Tienen problemas en el amor, que les afecta fácilmente, tiene importancia los problemas porque se tiene que poner más atención a lo que pasa con los adolescentes.



Personas que dicen que los adolescentes no tienen problemas, si tienen problemas porque es diferente cuando eran niños y también a las personas que son adultas. Es una etapa en donde van a encontrando su identidad. En la adolescencia obtienen diferentes tipos de experiencias, que les van influenciando por estar con amistades que no son adecuadas para ellos. Los padres no ponen atención a la situación que viven sus hijos, esto les puede llegar afecta emocionalmente como tener depresión, baja autoestima, llegan autolesionarse, ya sea física o mentalmente.

Los adolescentes se desahogan autolesionándose, se empiezan a cortar las manos, los pies, es la forma que ellos se siente mejor. Se van aislando de sus compañeros por temor que miren sus cicatrices, los padres tienen que ayudar a sus hijos orientándolos en esta edad, sino pueden solos pueden acudir a un profesional.

Comienzan a aislarse de los demás, ser antisociales, esto puede causar bullying de parte de sus compañeros porque se encuentran solos, se siente tristes y empiezan a autolesionarse para sentirse bien. Si continúan con las autolesiones puede que sea más grande el problema, que se presente, porque pueden llegar al suicidio, se tiene que orientar a los padres si tiene hijos adolescentes, porque ellos adolecen en esta etapa de su vida.

### 2.8.1 Causas del problema

Los adolescentes que son víctimas de bullying tienen una imagen negativa de sí mismo, presentan baja autoestima y no tienen interés en sus actividades preferidas. Son agredidos física y verbalmente por partes de sus compañeros de clases.

Los adolescentes que son víctimas de abuso sexual, de parte de su progenitor, tíos, primos o vecinos, presentan culpa, baja autoestima vinculado a sentimientos de suciedad y daño. Algunas veces se tienen casos de embarazos a temprana edad, porque tienen mala información de sus amigos, el internet, los padres no les hablaron de sexual

Actualmente el problema de los adolescentes es la falta de atención por parte de sus padres, que están ocupados todo el día, no los pueden atender. Esto les causa baja autoestima y baja calificaciones en sus estudios.

Los adolescentes no tienen comunicación con sus padres, por lo que las distracciones de los videojuegos, los avances en la tecnología, esto hace que la comunicación disminuya. Los padres deben tener un papel central en estos momentos de la vida de sus hijos, hablar con ellos para que no se pierda el interés familiar.

Tienen amigos que no son aconsejables, que los lleva adquirir malas costumbres, impide cultivar una amistad sincera, leal y respetuosa. Los padres no quieren esto para sus hijos, porque quieren que tengan una vida sana, que no se metan en problemas en la escuela y en la sociedad.

Por lo que sufren de rechazo, el cual puede venir del ámbito escolar, social, o del seno familiar. Los padres tienen que estar atentos para tratar esta situación de sus hijos. Así mismo tener el apoyo del psicólogo para que oriente a los padres, de la situación que están pasando sus hijos que son adolescente.

El maltrato no solo se da en el hogar, también puede adoptar la forma de delito por perjuicio dirigidos a personas por su raza, religión, capacidad, sexo o mala orientación, adicionado a eso se puede mencionar el alcoholismo paterno que es un problema psicosocial que genera problemas, los principales afectados son los adolescentes y el resto de la familia.

### 2.8.2 Consecuencias

Depresión a temprana edad en puede darse a cualquier edad, los síntomas a menudo comienzan en la adolescencia. Puede ocurrir junto con otros problemas mentales, abuso de sustancias y otros problemas de salud. La depresión es un problema de salud mental común en las personas jóvenes.

Baja autoestima se define como la dificultad, que tienen las personas para sentirse valiosos, no se sienten bien con ellos mismos, tampoco poder expresar con libertad de lo que piensan. Para mejorar su autoestima se debe elogiar de sus pequeños y grandes logros y no se le debe enfocar en lo negativo, sino enseñarle siempre a ver lo positivo de las cosas.

El bajo rendimiento académico se convierte en un factor de marginación, para aquellos grupos que lo experimentan, en el salón de clases. No es un estado permanente, depende del adolescente como en el entorno familiar, esto preocupa a los padres y maestros. Muestran menos interés en algunas clases, faltan a clases o días completos.

Problemas psicológicos en la adolescencia es común la aparición de ciertos problemas psicológicos, que son menos graves según el trastorno que se trate. Emocionales y de comportamiento trastorno del ánimo, comportamiento alimenticio anorexia, bulimia, aislamiento, agresividad, rebeldía, ansiedad, identidad y orientación sexual.

Los problemas fisiológicos que tienen los adolescentes, es el aumento del ancho de los hombros, crecimiento del sistema reproductor, aparición de vellos genitales, axilas y barba, cambio de la voz. Una de las tareas evolutivas más difícil para ellos es la aceptación de su cuerpo y de su figura.

La mayoría de los adolescentes se auto dañan o se autolesionan, buscan un momento que estén solos o que nadie la pueda ver, se autolesionan de diferentes formas: se cortan con tijeras, se pellizcan hasta sacarse sangre, quemarse, arrancarse cabello, morderse, lo hacen en distintos lugares de su cuerpo en donde nadie lo vea.

Los adolescentes se drogan para escapar de la realidad, esto hace que cambie sus estados de ánimo, por problemas emocionales, psicológicos o sociales, depende de lo que estén pasando. Puedes experimentar con drogas por curiosidad, porque los amigos lo hacen o para escapar del aburrimiento o de preocupaciones.

Los adolescentes viven encerrados en sus habitaciones, en el televisor e internet, porque huye del contacto social, prefiere comer solo el problema es que no comparte con nadie. El aislamiento es como problema psicológico serio se define como aquel joven que se siente abrumado por la propia sociedad e incapaz de cumplir los roles sociales.

Los adolescentes experimentan sentimientos de estrés, confusión, dudas de sí mismo, presión para lograr éxito, el divorcio de sus padres. El suicidio es una solución a sus problemas. En la consideración del comportamiento suicida es fundamental evaluar y considerar la comunicación e interacción entre el suicida y las personas que le rodean.

## 2.9 Hijos de padres alcohólicos

Ramírez, A. & otros (2014) citando a Núñez, & otros (2007) afirman:

Los adolescentes son afectados cuando son hijos de padres alcohólicos, por esta situación, que pasan en su hogar, tienen el riesgo de sufrir problemas emocionales. se afirma que existe una relación directa entre alcoholismo y violencia. El ciclo de violencia inicia con el padre alcohólico quien agrede física y/o psicológicamente a los miembros de familia. (p. 111-113)

American Academy of Child e Adolescent Psychiatry (2015) refiere que:

El alcoholismo es común en las familias, visualizándolo de manera normal, el enfermo alcohólico, no identifica el daño que derivará en sus hijos, a su vez, los hijos de dichas personas con afecciones en cuanto a la ingesta alcohólica tienen cuatro veces más probabilidades de padecer de dicha enfermedad que representa el alcoholismo.

American Academy of Child e Adolescent Psychiatry (2015) refiere que:

En dicho aporte se evidencia una serie de problemas tales como; la culpabilidad enfocada a pensamientos encausados al hecho de que los padres han sufrido a raíz del consumo. En cuanto a la presencia de ansiedad, a consecuencia de lo que vive el adolescente en el hogar donde se consume, aunado al hecho de temor constante ante el constante pensamiento de que el que ingiere puede enfermar en cualquier momento. La ansiedad puede llegar surgir a su vez, por el miedo que al llegar a casa presencie peleas verbales y físicas.

Los adolescentes y toda la familia sufren porque tienen a un padre alcohólico, lo que se genera maltrato físico, psicológico en el hogar. Y no se dan cuenta del daño que están ocasionando a sus hijos, que son propensos de ser alcohólicos. La familia tiene que recibir apoyo psicológico y el padre enfermo de alcoholismo tiene que asistir Alcohólicos Anónimos (AA). Los adolescentes pueden presentar problemas de culpabilidad, de ansiedad, a causa del maltrato físico y psicológico, porque el padre es alcohólico esto genera miedo a sus hijos. La familia debe de asistir a apoyo psicológico, para que puedan salir del problema que viven el día a día en su hogar.

## 2.10 Terapia cognitivo conductual

González J. L. & Rodríguez M. (1998) indican que:

La terapia cognitivo conductual, persigue la comprensión de los procesos cognitivos mediacionales que ocurren en el individuo dentro del curso de cambio conductual. En algunos casos, estas cogniciones son consideradas como respuestas a reforzar, mientras que en otros se consideran determinantes causales de reacciones autonómicas y comportamentales. (p. 3)

La terapia cognitivo conductual es una herramienta, que se puede trabajar de forma individual o en combinación de otras terapias, para tratar los trastornos de salud mental tales como, la depresión, la ansiedad, el trastorno de estrés postraumático y trastornos de alimentación.

No todas las personas que se benefician, de la terapia cognitivo conductual, tienen trastornos mentales, es una herramienta efectiva que ayuda a las personas, a aprender a mejorar y a manejar la situación estresante que viven cada día. La terapia cognitivo conductual se utiliza, para tratar problemas que se presentan, y puedan identificar y afrontar desafíos específicos, generalmente requiere de menos sesiones que las otras terapias. La terapia cognitivo conductual es una herramienta útil, para abordar los desafíos emocionales que se presentan a continuación:

Controlar los síntomas de enfermedad mental, prevenir recaídas de síntomas de enfermedad mental, tratar una enfermedad mental cuando los medicamentos no son una buena opción, aprender técnicas para lidiar con situaciones estresantes de la vida, identificar formas de controlar las emociones. Solucionar conflictos en las relaciones y aprender mejores formas para comunicarse, afrontar el dolor o las pérdidas, superar traumas emocionales relacionados con el maltrato o la violencia, afrontar una enfermedad médica, controlar los síntomas físicos crónicos.

Manual diagnóstico y estadístico (DSM-5) (2013) indica que:

Trastorno depresión; es la desregulación disruptiva del estado de ánimo y de las respuestas emocionales breves a los problemas de la vida cotidiana. Puede convertirse en un problema de salud serio, especialmente cuando es de larga duración e intensidad moderada o grave, puede causar sufrimiento, alterar las actividades laborales, escolares y familiares.

Se ha evidenciado que este problema es causado por los problemas escolares, laborales, familiares del diario vivir de las personas, los adolescentes llegan a presentar depresión por el alcoholismo de los padres, con ayuda psicológica pueden superarlo para que no les afecte su salud.

Manual diagnóstico y estadístico (DSM-5) (2013) indica que:

Trastornos de ansiedad; son los comparten características de miedo y ansiedad excesivos, así como alteraciones conductuales asociadas. El miedo es una respuesta emocional a una amenaza inminente, real o imaginaria, mientras que la ansiedad es una respuesta anticipatoria a una amenaza futura.

Este problema de ansiedad llega a causar miedo a los adolescentes, al llegar su padre a casa por discusiones familiares en que se presenta agresiones físicas o psicológicas a causa del alcoholismo de los padres, esto se puede mejorar con ayuda psicológica individual, familiar y grupal para que comparta con otras personas que pasan la misma situación.

Manual diagnóstico y estadístico (DSM-5) (2013) indica que:

Trastorno de estrés postraumático; puede ocurrir a cualquier edad, empezando a partir del primer año de vida. Los síntomas generalmente comienzan dentro de los primeros tres meses después del trauma, aunque puede haber un retraso de meses, o incluso de años, antes de que se cumpla los criterios del diagnóstico.

Se ha evidenciado información sobre este padecimiento por lo tanto es importante mencionar que un adolescente puede derivar este tipo de afecciones, generando dificultades en su diario vivir. Causando problemas emocionales, agresión física y psicológica, por el alcoholismo de los padres.

Phillips, K. y Stein, D. (2018) refiere que:

Trastorno obsesivo compulsivo (TOC); se caracteriza por la presencia de obsesiones y/o compulsiones. Las obsesiones son pensamientos, impulsos o imágenes recurrentes y persistentes que se experimentan como intrusivos no deseados, mientras que las compulsiones son conductas repetitivas o actos mentales que un individuo se siente impulsado a realizar en respuesta a una obsesión o de acuerdo de reglas que debe aplicarse rígidamente.

Los adolescentes viven en situaciones complicadas porque tienen un padre enfermo de alcoholismo, donde ven escenas violentas cuando llega su padre a casa, causándoles miedo, ansiedad, problemas emocionales. Busca en que entretenerse para no ver, ni escuchar lo que está pasando en su casa, esto le puede generar compulsiones derivando algún trastorno obsesivo compulsivo.

La terapia cognitivo conductual, presenta menos riesgos, pero las personas pueden sentirse emocionalmente incómodas, porque experimentan sentimientos, emociones y experiencias dolorosas, las personas lloran o se enojan dependiendo de la situación que vivan. Las personas en la terapia de exposición, les cuesta enfrentar por temor a lo que se les va a exponer, cuando se trabaja en sus miedos. Esto se trabaja en la terapia cognitivo conductual.

Los psicólogos ayudan a que se reduzca, todos los desafíos, temores que presentan las personas. Para que puedan controlar sus sentimientos negativos y temores. Las personas buscan solos, o un médico les dice que tienen que ir a terapia, en donde van a trabajar la terapia cognitivo conductual.

La terapia cognitivo conductual se puede trabajar con la familia, en forma grupal, personas que tienen problemas similares. Cuando las personas llegan a terapia, el terapeuta les pregunta que aspectos quiere trabajar, para mejorar. Puede ser en su salud física, emocional, dependiendo de la situación que estén pasando las personas, los refieran con un psiquiatra.



En ocasiones los terapeutas tardan en algunas sesiones en comprender la situación, que están pasando las personas, se pueden sentir incomodas, porque no ven resultados y si deciden cambiar de terapeuta tienen todo el derecho.

## 2.11 Restructuración cognitiva

Mejicanos, D. (2016) citando a Moreno (2005) afirma:

Restructuración cognitiva como un proceso de intervención en el que su finalidad es facilitar recursos al paciente para que pueda practicarlos y así enfrentar los conflictos y situaciones que surjan, en la cual es necesario llevar diferentes métodos para poder cambiar y posicionarlo con pensamientos más razonables. (p. 8)

La restructuración cognitiva es una técnica de la terapia cognitivo conductual, ayuda a las personas a cambiar sus pensamientos negativos y poder enfrentar el problema que paso en su pasado, con el acompañamiento del psicólogo podrá mejorar su situación emocional, poder recuperar su vida.

La restructuración cognitiva ofrece estrategias, de intervención psicológica, es útil para trabajar en las terapias cognitivas conductuales. A través de la restructuración cognitiva se puede, modificar la manera que piensan las personas y de interpretar las cosas. La terapia ayuda a las personas para buscar alternativas de lo que ocurre, por ejemplo, que no encuentran la salida la a sus problemas, cuando presentan ansiedad, baja autoestima y depresión.

Es de utilidad la restructuración cognitiva en la terapia, porque ayuda a las personas a poder enfrentar la situación que están pasando, a poder conocerse ellos mismos, que los problemas tienen solución, también ayuda a mejorar la ansiedad, baja autoestima, la depresión. Que la vida sigue, porque van a poder entender mejor las cosas.

González, J. & Rodríguez, M. (1998) asegura, que la reestructuración cognitiva como una técnica utilizada para producir un cambio significativo, en las diferentes formas de pensar ante cualquier situación que se le presente a un individuo.

El concepto de esquema cognitivo

La mayoría de los psicólogos utilizan un esquema cognitivo, un esquema cognitivo es un conjunto de creencias, es un concepto e imágenes mentales. Cuando se entre sí, crea una forma para interpretar las cosas que pasan alrededor de las personas, poder ver la realidad.

De acuerdo a lo analizado, los esquemas son patrones cognitivos relativamente estables que constituyen la base de la regularidad de las interpretaciones de la realidad. Las personas utilizan sus esquemas para localizar, codificar, diferenciar y atribuir significaciones a los datos del mundo. Las personas llegan a comportarse, tal y como son, en ocasiones puede ser de forma voluntaria, que se expresan de lo que les esté pasando. En los procesos mentales, los pensamientos no es algo separado, de los circuitos neuronales, significa que el concepto de esquemas cognitivos no capta perfectamente el carácter dinámico y cambios en el cerebro de cada persona.

No todas las personas piensan igual, cada uno tiene diferentes estrategias para aprender. Los psicólogos aplican en terapia los esquemas cognitivos, ya que tiene mucho beneficio para las personas, poder ver las cosas de otra manera, no verla de forma negativa y poder solucionar sus problemas.

La flexibilidad mental no es algo nuevo

Para algunas personas cambiar los aspectos estructurales como la manera de pensar con respecto a la felicidad, puede ser demasiados ciertas para ellos. Las creencias pasadas en la infancia y adolescencia no cambian se han extendido, existen situación que muestran lo contrario, para las personas. La psicoterapia de la reestructuración cognitiva, hay contextos donde son capaces de actuar, la mentalidad está cambiando.

Las personas viven en diferentes contextos, tienen diferentes culturas, les hace pensar de otra manera, el psicólogo debe de entender y comprender para poder trabajar adecuadamente en las sesiones, ya que las personas piensan diferente y así no cometer errores en cada una de las terapias.

La presión social puede llevar a actos, que nunca se habían dicho, en donde las personas son capaces de dejar a sus familiares para dedicar todos sus esfuerzos, para realizar sus comunidades religiosas. Cambian las acciones de las personas, también en sus pensamientos. Las personas se dan cuenta, que las a otras que piensan de forma diferente y muestra la esencia del individuo en concreto. Lo que ocurre normalmente en las personas, es que procuran no exponerse, a que los llevan a enfrentarse a sus creencias fundamentales. En los cambios de los esquemas cognitivos, suelen ser lentos en los procesos.

#### Posibles complicaciones en el abordaje psicoterapéutico

En situaciones los actos de las personas, no se corresponden en las creencias, que los definen. Son retos que tienen las personas. Permanentes solo aparecen cuando están en ese tipo determinado de situación y en hacer que apunten hacia los objetivos perseguidos con la terapia, y no en cualquiera de las otras.

Araya-Véliz, C. & Herrera, A. (2007) citando a Strupp en (1975) asegura, que el fracaso terapéutico como el empeoramiento o exacerbación del sufrimiento y síntomas del paciente, directamente atribuible a la psicoterapia. (P.40)

Las personas en forma dirigida, sin que dejar que al azar el que determina que tipos de cambios tienen, en sus actitudes y creencias de las personas. Porque todos piensan de diferente forma, nadie piensa igual.

De acuerdo con Araya-Véliz, C. & Herrera, A. (2007) citando a Duncan y otros (1997), uno de los principales impedimentos para el éxito en terapia es la noción misma de imposibilidad, que va generando profecías autocumplidas desde que el terapeuta se entera que su cliente posee algunos diagnósticos, destinados al fracaso. (p. 36)

Los terapeutas tienen que ir a terapia para que no tengan problema con los pacientes, poder trabajar la seguridad en sí mismo, los miedos. Porque viven en diferentes contextos piensan diferente. Por eso es necesario trabajar con uno mismo antes de que se trabaje con los pacientes y tener una buena empatía.

### 2.11.1 Como se aplica la reestructuración cognitiva

Bados, A. & García, E. (2010) citando a Longmore & Worrell, (2007) afirman que:

La reestructuración cognitiva se considera una técnica útil en el tratamiento de los problemas, en muchos trastornos aún no se ha investigado o se ha hecho poco, mientras que otros trastornos de ansiedad, depresión mayor, no parece que el empleo de la reestructuración cognitiva aumente la eficacia de las técnicas conductuales; sin embargo, puede favorecer la aceptación inicial de tratamiento y reducir los abandonos de este. (p. 3)

La reestructuración cognitiva es una técnica utilizada que se trabaja en terapia para los problemas que pasan las personas y pueda encontrar la solución de lo que están pasando, también se puede aplicar a las personas que tienen trastorno de ansiedad, baja autoestima, depresión que les va a ayudar a reducir los síntomas. Los esquemas incluyen elementos situacionales, sensoriales, fisiológicos, emocionales y conductuales junto con el significado que tienen para la persona.

Al mismo tiempo determinan la forma en que vemos las cosas, es decir, influyen de modo fundamental en la información que la persona atiende, percibe, almacena y recupera y en las interpretaciones, valoraciones y asociaciones que hace en un momento dado. Cada una de las personas ven las cosas de diferente manera, las situaciones, los problemas que viven, van creando diferentes pensamientos, lo almacenan en ellos mismos. Esto va causando conductas negativas, se tiene que aplicar la técnica de reestructuración cognitiva para modificar sus pensamientos.

La técnica de la reestructuración cognitiva permite cambiar las creencias de forma desadaptativa, sobre cualquier aspecto de su vida que esté pasando, para que puedan vivir en un estado emocional saludable, con la ayuda del psicólogo deben eliminar los pensamientos negativos, actos inadecuados y perjuicios.

De acuerdo con Bados, A. & García, E. (2010) citando a Albert Ellis (1979) nos dice que son tres columnas: situación, cogniciones y consecuencias de la cognición. Que son emocionales y conductuales. La reestructuración cognitiva permite tener un pensamiento concreto en las personas.

Los pacientes tienen que detectar sus pensamientos y anotarlos en su auto registro, se requiere de mucho entrenamiento, porque aparecen pensamientos automáticos e involuntarios en las personas. Se les tiene que ayudar a identificar sus pensamientos, para que se den cuenta que esto les está produciendo malestar en sus emociones.

Que escriban sus pensamientos de forma concreta y que no lo confundan con emociones, que las personas no tengan miedo a hablar, que se sientan seguros de ellos mismos, que en sus autorregistros no anoten que van a hacer el ridículo, ante las demás personas. Esto va a ser con el apoyo del psicólogo, demostrando empatía a los pacientes. Esta fase puede ser larga, asegurarse de que el paciente comprendió bien de lo que se le dijo en las sesiones, como realizar los auto registros, para no tener errores de lo que se les comento, cuando lo realicen en su casa para que pueda escribir todo lo que le está pasando y poder controlar sus pensamientos negativos.

## 2.12 Centro de atención para alcohólicos

Alcohólicos Anónimos (AA) (2019) afirma que:

Es una comunidad de hombres y mujeres que comparten su mutua experiencia, fortaleza y esperanza para resolver su problema común y ayudar a otros a recuperarse del alcoholismo. El único requisito para ser miembro es el deseo de dejar la bebida, no se pagan honorarios ni cuotas, se mantienen con sus propias contribuciones, no está afiliada a ninguna secta religiosa, partido político, organización o institución alguna, no desea intervenir en controversias, no respalda ni se opone a ninguna causa.

La institución arriba mencionada brinda ayuda a las personas que quieren de dejar de beber alcohol, las personas llegan y comparten de manera libre como empezaron a tomar, sus experiencias que vivieron con su familia, cuando estaban bajo el consumo de alcoholismo, el psicólogo del centro tiene que brindar apoyo a los miembros que están en tratamiento.

MedlinePlus (2019) refiere que:

Las terapias conductuales son asesoramiento o consejería sobre el alcohol, se tratan de trabajar con un profesional de la salud para identificar y ayudar a cambiar los comportamientos que conducen a su consumo excesivo de alcohol. Ayuda a identificar los sentimientos y situaciones que pueden conducir a un consumo excesivo de alcohol. Si las personas recaen nuevamente en el alcoholismo debe empezar de nuevo con su tratamiento, seguir trabajando en su proceso de rehabilitación para tener una pronta recuperación, esto se debe realizar con el apoyo de la familia, la terapia psicológica, en ocasiones con ayuda de fármacos.

La terapia es de mucha ayuda para los pacientes que son enfermos de alcoholismo, el psicólogo le va a ayudar a que encuentre la solución de su problema, a identificar sus sentimientos, controlar el estrés, dando estimulación de motivación, por medio de terapias individuales, grupales, familiares y con ayuda de fármacos.

Centros de rehabilitación de alcohólicos con terapias exhaustivas

Medicina Psico-Orgánica S.L.P. (2019) manifiesta que:

El centro de rehabilitación reúne las distintas prácticas terapéuticas para que permita, lograr una rehabilitación satisfactoria, tanto en lo que respecta a lograr una desintoxicación efectiva como en la recuperación del paciente en aquellos aspectos que se deterioran como consecuencia del abuso del alcohol o de otras sustancias.

Ayudan a las personas con problemas de alcoholismo, con la desintoxicación con el paciente para continuar con su tratamiento psicológico que tiene resultados beneficiosos en los alcohólicos y puedan salir de su problema lo más pronto posible, estar de nuevo con su familia para que lo sigan apoyando.

Medicina Psico-Orgánica S.L.P. (2019) manifiesta que:

En el centro de rehabilitación trabajan con firmeza en el aspecto nutricional y poder mejorar su estado físico, así como en retomar las relaciones sociales y familiares. Abordan cada caso que llega al centro de rehabilitación, con una atención integral y personalizada, a fin de llevar a cabo las acciones terapéuticas que puedan resultar más beneficiosas. En Medicina Psico-Orgánica S.L.P hace especial énfasis a la importancia de contar con personal calificado, que les permita a las instituciones responder a las altas exigencias que rigen una clínica de rehabilitación para el alcoholismo.

El centro ayuda a que los pacientes se sientan bien, con una alimentación sana mejorando su estado físico y mental. Abordan con un tratamiento eficaz para cada una de las personas que llegan, terapia psicológica y farmacológica, poder tener una vida saludable con su familia, hijos, todas las personas que lo rodean.

## Desintoxicación

Ochoa, E. y otros (2009) afirma que:

La desintoxicación suele ser habitualmente un paso necesario en el tratamiento del alcoholismo, sobre todo en programas que persiguen la abstinencia. Como tal se entiende la supresión controlada y brusca del consumo de alcohol, con el apoyo de determinadas sustancias que facilitan la misma evitando las sensaciones y síntomas de malestar que pudieran aparecer y hacer fracasar en el proceso, así como previniendo las complicaciones físicas y/o psíquicas que pudieran derivarse de una retirada rápida y total.

Para realizar la desintoxicación deben tener cuidado al realizarlo, saber si el paciente tiene un problema como psiquiátrico, físico y prevenir otras complicaciones que le puede ocasionar daño, esto lo tiene que realizar un especialista en desintoxicación en pacientes con problemas de consumo de alcohol.

El importante resaltar que todo tratamiento debe estar estrictamente bajo supervisión médica, así como recibir apoyo integral en relación con la salud emocional, ya que la persona puede llegar a evidenciar dificultades relacionadas a afecciones físicas, alteración de los nervios entre otros.



Ochoa, E. y otros (2009) afirma que:

La fase de deshabitación sigue a la desintoxicación en el tratamiento del alcoholismo. Se trata de un periodo cuyo objetivo principal es la recuperación de un estilo de vida normalizado y sano, que prevenga la recaída. Diferentes propuestas farmacológicas y psicoterapéuticas son útiles en la consecución de este objetivo, y no de manera excluyente ni exclusiva.

Utilizan un tratamiento adecuado con cada paciente que tiene problemas de alcoholismo, para que tengan una vida sana. Y los adolescentes deben tener en cuenta que no es fácil lo que pasan sus padres que están en su recuperación, con el apoyo de la familia, los especialistas el paciente va a salir más rápido de su recuperación.

#### Terapia espiritual

De acuerdo con Detzler, R. (s.f.), la terapia espiritual es un meticuloso proceso de investigación de los archivos del subconsciente del alma para descubrir y deshacer bloqueos ocultos en la salud, la felicidad y el crecimiento espiritual. (p. 260)

La terapia espiritual, sana el alma de las personas que está dañada, energías negativas, los problemas que les afecta, también su familia sufre con él. La terapia le ayudara a tener un crecimiento espiritual no importando la religión que profesa, para poder tener mensajes positivos en su vida personal y los que le rodean.

La espiritualidad ha sido definida como aquello que abarca las necesidades más profundas del ser, necesidades cuya realización acercan al individuo a un estado de propósito y significado (Detzler (s.f.) cita a Ingersoll & Zeitler, 2010, p.269)

Invitan a las personas para que se recuperen o inicien una relación con Dios, personas que beben porque sienten la necesidad de evadir de sus problemas y creen que pueden encontrar refugio en el alcohol.

McNicholls, S. (2013) citando a Zurita (2011) afirma que:

La espiritualidad es el tema del amor en la relación terapéutica basándonos en una estructura fuerte y protectora que permite una relación segura, podremos establecer un flujo afectivo en la relación terapéutica, que paulatinamente vaya creciendo hasta convertirse en amor profundo, auténtico y sanador, que llegará al paciente a través de una posición parental, permitiendo así ser incorporado.

La terapia espiritual es adecuada para los pacientes, que tienen problemas de alcoholismo, ayudando también a las familias que se sientan integradas, amadas para que puedan sanar esas heridas, maltratos físicos, psicológicos, que es causa de la enfermedad del alcoholismo en los padres.

De acuerdo con McNicholls, S. (2013) citando a Kavar (2011) la espiritualidad funciona como dialéctica entre conceptos intangibles y construcciones más allá del yo, a la vez que permite un sentido mejorado de integración en el interior del yo.

La terapia espiritual que da en los centros de rehabilitación ayuda a que los pacientes alcohólicos, se encuentre espiritualmente con Dios si no lo conocía y si lo conocían antes poder entrarse de nuevo con él.

### 2.12.1 Terapia psicológica

Se debe considerar que hay muchos puntos de vista relacionados con el alcoholismo. Esto va a depender de la época, el autor, los contextos y los aspectos culturales. El contexto y la cultura son dos factores muy importantes para la concepción que se tiene del alcoholismo.

Casi seguro que todos han visto y han convivido con personas que beben alcohol y algunos de ellos son nuestros amigos. Se puede indicar que las personas con padecimiento alcohólico reciben terapia psicológica individual, con especialistas, para poder sanar desde la raíz y detectar que lo llevo al consumo de alcohol. La terapia individual ayuda a los pacientes con problemas de alcoholismo, puedan expresarse las personas que es lo que sienten, que les ocasiona para que consuma alcohol constantemente, el psicólogo va a ayudar a las personas, puedan sanar sus heridas del alma, problemas emocionales y familiares.

Reflexiones sobre alcoholismo Dr. Reina (2017) comenta que:

Las intervenciones psicológicas, constituyen el núcleo central en el tratamiento del alcoholismo, pero no deben excluir nunca las aproximaciones multidimensionales, incluyendo las intervenciones farmacológicas y sociales, es eficaz para el tratamiento del alcoholismo porque los ayuda a integrarse a su familia sin daños físicos o psicológicos, pero esto va a depender de cada paciente de cómo reacciona al tratamiento. Los adolescentes tienen que asistir también a terapia para que pueda mejorar su autoestima.

Los principios efectivos para el tratamiento es el siguiente:

- El tratamiento necesita estar disponible fácilmente
- Un plan de tratamiento y de servicios individual debe ser continuamente evaluado y modificado cuando se considere necesario para asegurarse que el plan atiende las necesidades de cambio de la persona
- El tratamiento efectivo está íntimamente ligado a la evaluación y posible intervención sobre las características psicológicas individuales que pueden condicionar el resultado terapéutico
- La efectividad a largo plazo de los tratamientos requiere la comprensión de las causas y procesos de las recaídas, con el fin último de desarrollar estrategias que reduzcan su presencia

Las intervenciones psicológicas, constituyen el núcleo central, que dan mejor respuesta a las necesidades básicas del tratamiento, pero no existe una intervención única para todas las personas, quien piense que, con una sola técnica, aplicada a todas las personas, puede conseguir resultados, esto es un error que se comete en terapia.

Cada paciente es diferente no todos son iguales a tratar en terapia, no pueden recibir el mismo tratamiento, porque piensan diferente, el problema a tratar no es el mismo, vienen de diferentes contextos, se tiene que conocer cómo fue que inicio el problema del alcoholismo y de ahí se empieza a trabajar. Es importante para conseguir, para tener en cuenta la diversidad de las personas y la etapa evolutiva, por la que está atravesando, junto a su contexto psicosocial, por lo que siempre se tiene partir de una evaluación adecuada. Una vez realizada esta evaluación, se tiene que estar en condiciones de conocer cuál es la técnica o combinación de técnicas más adecuadas.

En la terapia existen dos principios básicos a identificar, el de evitar la confrontación con el paciente y el de facilitar que el paciente exprese su sentir, que hable sobre sus preocupaciones e inquietudes. Evitando enfoques más directivos, proponiendo la identificación de problemas, la estimulación de la motivación, la colaboración con el paciente en la búsqueda de soluciones.

### 2.12.2 Terapia psicológica de grupo

La psicoterapia de grupo se inicia con el abordaje a un grupo de personas, al introducir en las salas de espera a pacientes tuberculosos. Comenzaron siendo unas clases, cuyo objetivo era acelerar la recuperación física, a través de medidas sugestivas, destinadas a una máxima adhesión al tratamiento, a la identificación con otros pacientes que sufrían la misma enfermedad, a fomentar la esperanza. La terapia grupal es una técnica de uso extendido y antiguo en psiquiatría y psicología y en especial en el tratamiento de las personas que consumen alcohol. A pesar de ello sigue siendo una técnica poco validada científicamente, con sectores de profesionales dudan de su utilidad, porque a veces da pocos resultados.

En esta terapia se va a trabajar dependiendo el problema, que tiene cada paciente no todos pueden asistir a la misma. Cada una de las personas tienen situaciones diferentes van a compartir la terapia grupal, para que cada uno conozca el problema que tiene cada uno y se den cuenta que su problema tiene solución. La terapia de grupo, en la cual un conjunto de personas con una misma patología o con unas características comunes susceptibles de tratamiento son seleccionadas y reunidas en un grupo dirigido por un terapeuta con objeto de que se presten ayuda mutua, se ha utilizado ampliamente en el tratamiento del alcoholismo.

Esta permite aceptar y entender la enfermedad, dar herramientas para la autonomía del paciente y preparar al individuo para situaciones de riesgo, al tiempo que aumenta la motivación. Y también se tiene que hacer terapia familiar, para que el paciente pueda salir lo más pronto de su tratamiento.

El esquema de terapia grupal para prevención de las recaídas de los pacientes, que se plantea es aplicable en el propio centro de salud, dirigido por cualquier miembro del equipo de salud mental como es los psiquiatras y psicólogos. La eficiencia es evidente, al atender un terapeuta en un tiempo determinado. La terapia de grupo como lo menciona el autor, el objetivo es acelerar la recuperación física y emocional, se va tomando medidas en el tratamiento porque no todos son portadores de esta terapia, sino que se va a realizar con personas que padecen del mismo problema, para que puedan entender y comprender que la vida tiene solución.

Las sesiones consisten, en primer lugar, en un breve discurso por parte del terapeuta sobre las dificultades con respecto al tratamiento de las tuberculosis o sobre normas de higiene. A renglón seguido, los enfermos manifestaban sus inquietudes y preguntas o discutían lo anteriormente expuesto con el médico, generando de esta manera una alta implicación emocional.

Los objetivos que persiguen la ayuda grupal consisten en brindar apoyo idóneo a la persona, conduciéndole a ser responsable de su situación, reconociendo sus fortalezas y debilidades, facilitar crecimiento personal, fortaleciendo sus habilidades, motivándole a que sea responsable en su totalidad de su vida.

## **Capítulo 3**

### **Marco Metodológico**

#### **3.1 Método**

Méndez, E. (2011) define el método como el procedimiento que se realiza en una investigación de forma ordenada, sistematizada y lógica para poder demostrar los estudios de forma teórica y comprobada. Demostrando que el método buscará la forma ideal para poder realizar la investigación, utilizando fuentes confiables que sean de entendimiento para las demás personas, y así, responder a las interrogantes planteadas.

En la elaboración de la presente investigación, se utilizará el método cualitativo ya que ésta involucra, observar la realidad a través de un enfoque interpretativo; la investigación cualitativa estudia las características y las cualidades de un fenómeno, la presente investigación pretende interpretar la realidad a través de documentos, y otras fuentes de información.

Los enfoques cualitativos, con frecuencia se basan en recolección de datos, sin medición numérica, como las descripciones y las observaciones. (Hernández, y otros, 2003)

El proceso que se realiza es una entrevista a profesionales de psicología, para poder conocer cuál es su opinión acerca de las preguntas que se le formularan, con respecto de los adolescentes que son hijos de padres alcohólicos, que asisten Alcohólicos Anónimos (AA). A los adolescentes se les aplicará la escala de autoestima de Rosenberg, para poder conocer cuál es su nivel de autoestima.

### 3.2 Tipo de investigación

La investigación del tema consiste en, abordaje de la autoestima a través de la reestructuración cognitiva en adolescentes de padres alcohólicos, que asisten a Alcohólicos Anónimos (AA), y se utilizara el tipo descriptivo.

Según Arias, F. (2012) afirma; La investigación descriptiva como algo que consiste en la caracterización de un hecho, Fenómeno, individuo o grupo, con el fin de establecer su estructura o comportamiento. (p. 24)

La investigación de campo se apoya en informaciones que provienen entre otras, de entrevistas, cuestionarios, encuestas y observaciones. Se recomienda que primero se consulten las fuentes de la de carácter documental, a fin de evitar una duplicidad de trabajos.

La segunda fase que se realizará es la de campo, en donde se entrevistara al Psicólogo profesional del centro y a los adolescentes se les aplicara, la escala de autoestima de Rosenberg, para obtener información y luego analizar. Los tipos de investigación seleccionados son de ayuda, para llegar a un análisis y a una conclusión acerca del tema de investigación.

### 3.3 Niveles de investigación

El nivel de investigación será descriptivo, del enfoque cualitativo pues se recolectará datos o componentes de diferentes aspectos del personal de la organización a estudiar, se realizará un análisis y medición de lo mismo.

Los estudios descriptivos de acuerdo con Hernández, Fernández & Baptista (2003) en su libro Metodología de la Investigación, miden los conceptos o variables a los que refieren y se centran en medir con la mayor precisión posible.

También el nivel descriptivo se trabajará, porque se conocerá el manejo de autoestima que tienen los adolescentes, y por qué los padres alcohólicos están en tratamiento en el centro de Alcohólicos Anónimos (AA).

### 3.4 Pregunta de investigación

¿Cuál es el abordaje para el tratamiento de la baja autoestima a través de la reestructuración cognitiva en adolescentes de padres alcohólicos, que asisten a Alcohólicos Anónimos (AA)?

### 3.5 Variables

#### Abordaje de la autoestima

La autoestima es la valoración, de lo negativo y positivo de las personas, que evalúa sus pensamientos, sentimientos y experiencias. Es un término psicológico estudiado por varios expertos. Se utiliza de un modo general, para el valor que se dan las personas de sí mismas. La autoestima está relacionada con la autoimagen, que es el valor que se dan las personas de ellas mismas.

#### Problemas emocionales de adolescentes hijos de padres alcohólicos

La adolescencia es una de las etapas más difíciles, es la etapa que se toman decisiones que puede llegar afectarles ya sea positiva o negativamente. No se sienten seguros de sí mismos, toman caminos equivocados que tienen consecuencias, sino cambian les puede afectar a lo largo de sus vidas. Los adolescentes son afectados cuando son hijos de padres alcohólicos, por esta situación, que pasan en su hogar, tienen el riesgo de sufrir problemas emocionales.



## Reestructuración cognitiva

La reestructuración cognitiva, no se puede hablar de los esquemas cognitivos, ni de la personalidad. La reestructuración cognitiva ofrece estrategias, de intervención psicológica, es útil para trabajar en las terapias cognitivas conductuales. A través de la reestructuración cognitiva se puede, modificar la manera que piensan las personas y de interpretar las cosas.

### 3.6 Muestreo

Se delimita y considera al grupo sujeto de dicha investigación, en este caso al grupo de adolescentes con padres alcohólicos, que asisten Alcohólicos Anónimos (AA), con el propósito de identificar nivel de autoestima que tienen los adolescentes, en donde también puede existir problemas emocionales.

Se trabajará con adolescentes de ambos sexos, a través de la aplicación de la escala de autoestima de Rosenberg, donde se podrá conocer si tienen autoestima baja, autoestima alta o autoestima media. Este muestreo será de mucha ayuda, porque ayudará a conocer el grado de autoestima del grupo de adolescentes seleccionados en la muestra.

### 3.7 Sujetos de investigación

Para poder realizar este estudio, se aplicará a 11 adolescentes de ambos sexos, la escala de autoestima de Rosenberg es un material de fiabilidad y su validez son elevadas, para poder conocer cuál es su nivel de autoestima, también los otros sujetos de investigación son los profesionales de psicología que trabajan en el centro, que es una red de apoyo, que se investigara cual es la opinión de cada uno de los profesionales, acerca de tema investigado.

### 3.8 Instrumentos de investigación

#### Entrevista

Son instrumentos de investigación que sirven para evaluar, Una entrevista es un diálogo entablado entre dos o tres personas: el entrevistador interroga y el que contesta es el entrevistado. La palabra entrevista deriva del latín que significa "Los que van entre sí". Se trata de una técnica empleada para diversos motivos, investigación y selección de personal. Estructurada de forma escrita que buscará conocer los problemas psicológicos, sociales y emocionales de los adolescentes.

Con la aplicación de la entrevista a profesionales de psicología, se pretende recopilar información importante que permita recopilar datos sobre los problemas emocionales que afrontan los adolescentes enfocados a la autoestima y verificar la aplicación de la reestructuración cognitiva y como la han trabajado los profesionales entrevistados.

#### Escala de autoestima de Rosenberg

Figueroba, A. (2019) Rosenberg (1965) afirma que:

La escala de autoestima de Rosenberg, consta de 10 ítems la mitad de las frases están formuladas de forma positiva, mientras que las otras cinco hace referencia a opiniones negativas, es una prueba breve y con buenas propiedades psicométricas, es el instrumento más usado para la evaluación de la autoestima, este instrumento se utilizará con los adolescentes hijos de padres alcohólicos, que asisten Alcohólicos Anónimos, es de gran utilidad para saber cuál es el nivel de autoestima de los adolescentes, si es autoestima alta, autoestima media o autoestima baja.

### 3.9 Procedimiento

La primera fase fue la selección del tema que se investigara, llevo varios procesos, después se investigo acerca del tema ya seleccionado, se buscó información acerca del, abordaje de la autoestima a través de la reestructuración cognitiva en adolescentes de padres alcohólicos, que asisten a Alcohólicos Anónimos.

En la segunda fase se planteó una pregunta de investigación acerca del tema, objetiva, variable, sujetos a investigar e instrumentos. Para llegar a la tercera fase, se investigo acerca del tema de tesis, a través de libros, bibliografías, poder escribir acerca del tema y poder desarrollar el tema expuesto anteriormente.

En la cuarta fase se realizará un trabajo de campo, en donde se utilizará los instrumentos de investigación, los cuales son entrevista a profesional (Psicólogo Clínico) y escala de autoestima de Rosenberg que se aplicara a adolescentes, hijos de padres alcohólicos que asiste, Alcohólicos Anónimos.

Dichas herramientas de evaluación permiten de manera clara, precisa y objetiva brindar datos por parte del grupo sujeto de estudio, quienes participaron, derivando datos relevantes, que permiten identificar importes aspectos, relacionados al tema.

En la quinta fase, se llegará a un análisis acerca de la investigación que se hizo, para poder llegar a una conclusión exacta acerca del tema de investigación. Y poder llegar al objetivo general que se había expuesto en la tabla de variables.

**Cuadro No. 1**  
**Cronograma**

<b>No.</b>	<b>Actividad</b>	<b>Descripción</b>
1	Recopilación de información	Del 01 de Julio al 09 de agosto de 2019, del tema, Abordaje de la autoestima a través de la reestructuración cognitiva en adolescentes de padres alcohólicos, que asisten a Alcohólicos Anónimos. Buscando información en libros, revistas, artículos académicos y trabajos de investigación.
2	Etapa de observación	Del 01 al 31 de julio de 2019 se asiste al centro de psicología para observar a los hijos de los padres alcohólicos que asisten al centro Alcohólicos Anónimos, poder tomar la muestra para trabajar. Así como también, se pide la autorización con las autoridades de dicho centro.
3	Identificación de población	Del 15 de julio al 30 de agosto de 2019 se selecciona la muestra para trabajar la investigación.

Fuente: elaboración propia (2019)

**Cuadro No. 2**  
**Cronograma**

<b>No.</b>	<b>Actividad</b>	<b>Descripción</b>
4	Selección de la muestra	Del 02 al 20 de septiembre de 2019 se selecciona a los adolescentes que han presentado problemas de autoestima hijos de padres alcohólicos.
5	Entrevistas y escala de autoestima de Rosenberg	Del 16 al 20 de septiembre de 2019 se aplica la entrevista al profesional y la escala de autoestima de Rosenberg a los adolescentes que conforman la muestra seleccionada.
6	Análisis de resultados	Del 30 de septiembre al 25 de octubre de 2019 se realiza la tabulación de datos y el análisis de resultados obtenidos de la escala de autoestima de Rosenberg

Fuente: elaboración propia (2019)

### Cuadro No. 3

#### Cronograma

#	Actividades	Septiembre			Octubre				Noviembre	
		2	4	10						
1	Recopilación de información									
2	Identificación de la población									
3	Entrevista al profesional									
4	Escala de autoestima de Rosenberg									
5	Análisis y tabulación de resultados									
6	Discusión de resultados de la investigación									
7	Conclusión y recomendaciones									
8	Presentación de resultados									

Fuente: elaboración propia 2019

## **Capítulo 4**

### **Presentación y Discusión de Resultados**

#### 4.1 Presentación de resultados

A continuación, se presentan los resultados de la investigación con base a la información recopilada, a través de instrumentos de estudios del método cualitativo, entrevista a profesionales de psicología, del centro de Alcohólicos Anónimos (AA), para conocer su opinión y si ha aplicado acerca de las preguntas que se le hizo, escala de autoestima de Rosenberg.

Se aplicó la escala de autoestima de Rosenberg a 11 adolescentes, se seleccionaron a lazar, son hijos de padres alcohólicos, que asisten Alcohólicos Anónimos. Para poder conocer cuál es su nivel de autoestima que presentan los adolescentes, a continuación, se presentan los resultados obtenidos a través de cuadro y gráfica que se presentara con más claridad. Todas las gráficas fueron con elaboración propia

Resultado de la Escala de Autoestima de Rosenberg

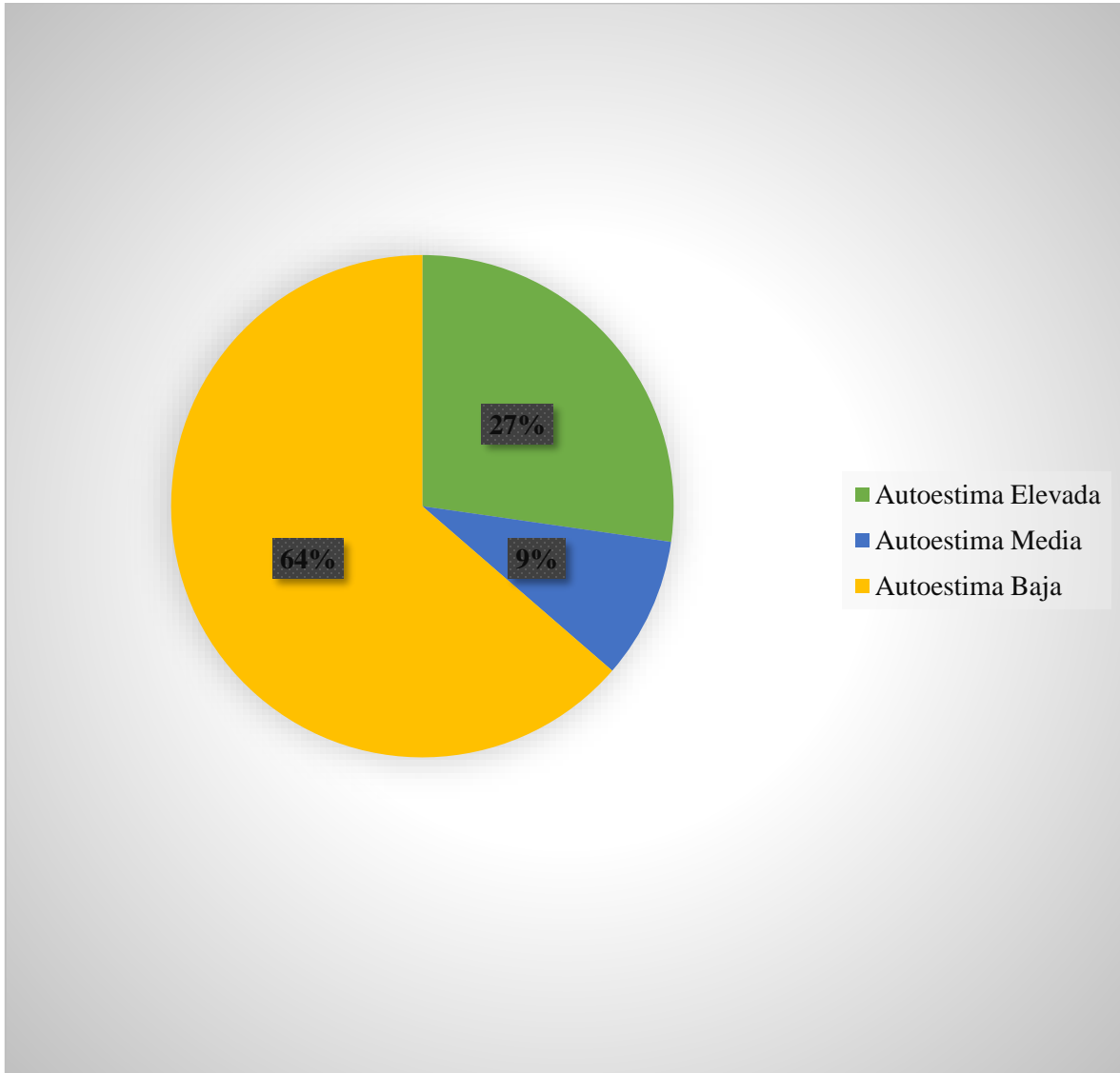
**Tabla No. 1**  
**Datos de escalas aplicadas**

	Femenino	Masculino	Total
Autoestima Elevada	3	0	3
Autoestima Media	0	1	1
Autoestima Baja	4	3	7

Fuente: elaboración propia 2019

## Gráfica No. 1

### Datos de escalas aplicadas



Fuente: elaboración propia 2019

La gráfica muestra la autoestima de los adolescentes hijos de padres alcohólicos, que asisten a Alcohólicos Anónimos. Autoestima elevada tiene un 27%, Autoestima media tiene un 9% y Autoestima baja tiene un 64% este porcentaje indica que los adolescentes no tienen una buena autoestima. El psicólogo debe de trabajar con los adolescentes que presentan baja autoestima, y motivar a los adolescentes que presentan autoestima media y autoestima elevada.

#### 4.1.2 Presentación de resultados de la entrevista a psicólogos especializados

**Tabla No. 2**

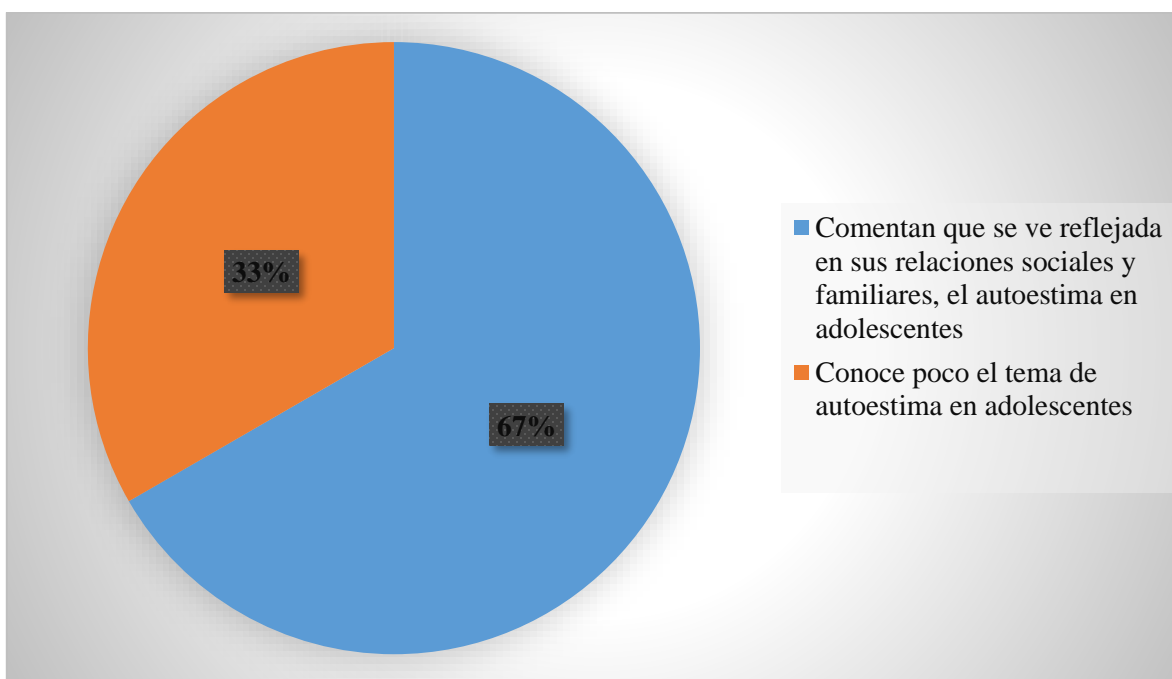
**¿Cómo describe usted la autoestima en adolescentes?**

Ítems	Femenino	Masculino	Total
1 ¿Cómo describe usted la autoestima en adolescentes?	2	1	3

Fuente: elaboración propia 2019

**Gráfica No. 2**

**¿Cómo describe usted la autoestima en adolescentes?**



Fuente: elaboración propia 2019

En la gráfica, presenta la opinión de los profesionales la autoestima en adolescentes, el 67% respondió que, si conoce sobre el tema de autoestima de adolescentes, se ve reflejada en sus relaciones sociales y familiares, el 33% conoce poco sobre el tema de autoestima de adolescentes.



**Tabla No. 3**

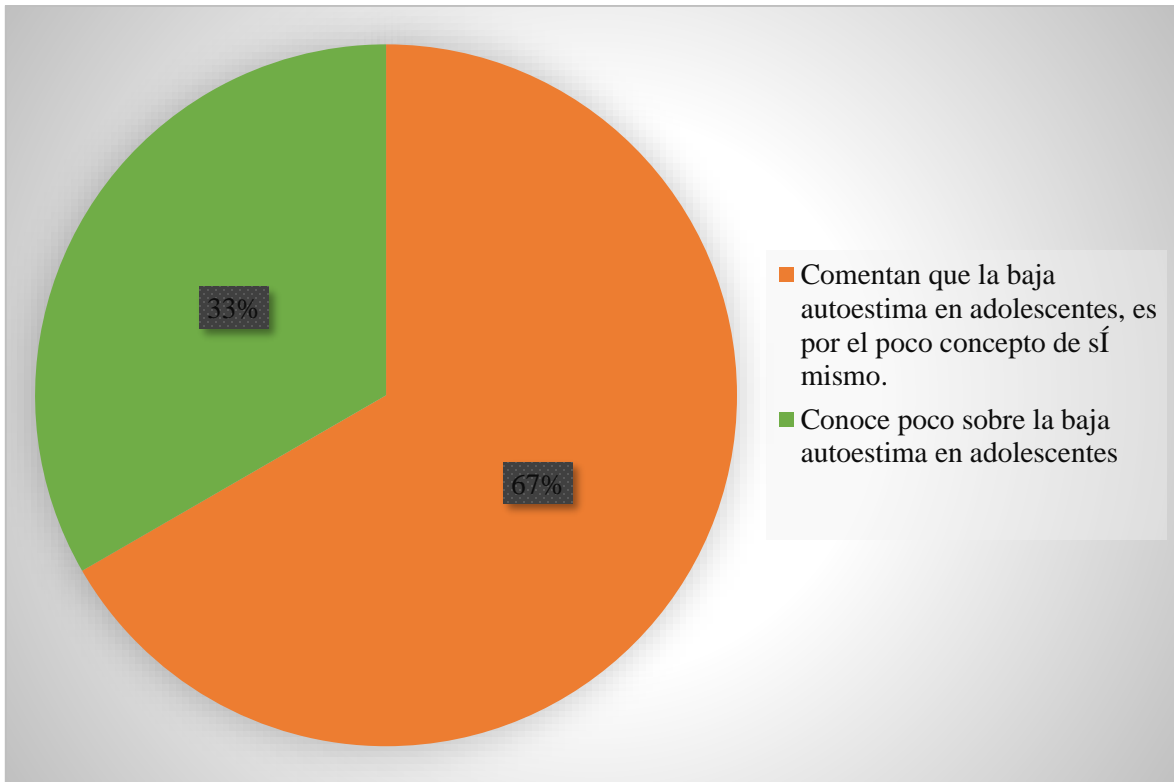
**¿Cómo describe usted la baja autoestima en adolescentes?**

Ítems	Femenino	Masculino	Total
2 ¿Cómo describe usted la baja autoestima en adolescentes?	2	1	3

Fuente: elaboración propi 2019

**Gráfica No. 3**

**¿Cómo describe usted la baja autoestima en adolescentes?**



Fuente: elaboración propi 2019

En esta gráfica se presenta el resultado de la opinión de los profesionales, el 67% comentan que la baja autoestima en adolescente es porque tiene poco concepto de sí mismo, el 33% respondió que conoce poco sobre de la baja autoestima en adolescentes.

**Tabla No. 4**

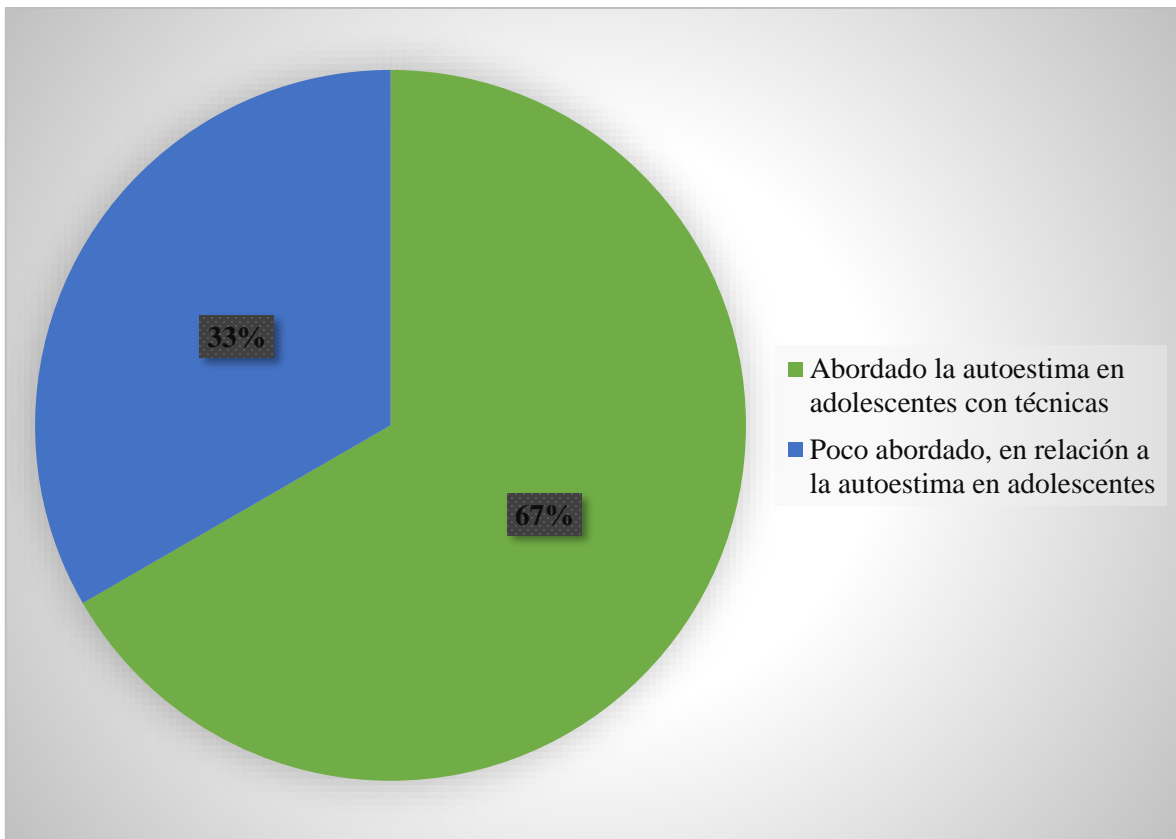
**¿Cómo aborda usted la autoestima en adolescentes?**

Ítems	Femenino	Masculino	Total
3 ¿Cómo aborda usted la autoestima en adolescentes?	2	1	3

Fuente: elaboración propia 2019

**Gráfica No. 4**

**¿Cómo aborda usted la autoestima en adolescentes?**



Fuente: elaboración propia 2019

En esta gráfica se presenta el resultado de como aborda los profesionales de psicología del centro, acerca de la pregunta que se les menciona, el 67% ha podido abordar la autoestima de los adolescentes con técnicas o reforzamiento, el 33% poco a abordado la autoestima en adolescentes.

**Tabla No. 5**

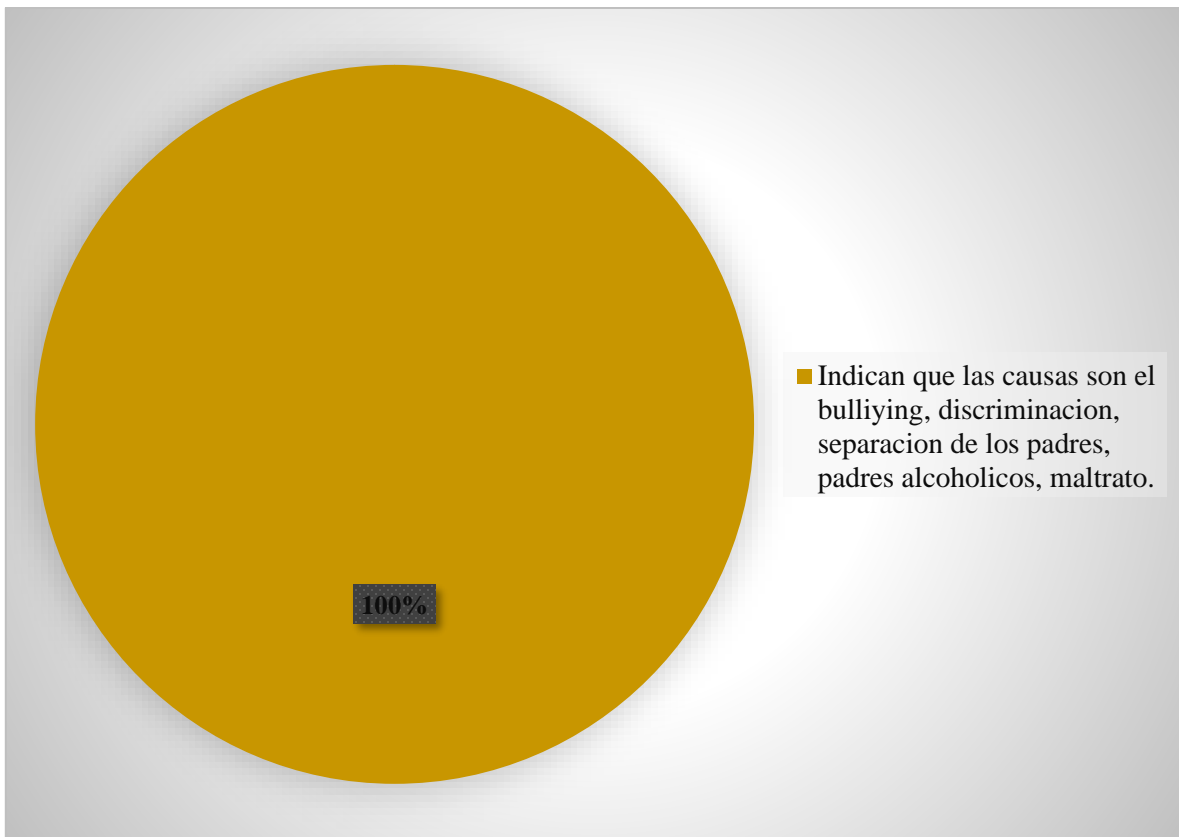
**¿Cuáles son las causas de los problemas emocionales en adolescentes?**

Ítems	Femenino	Masculino	Total
4 ¿Cuáles son las causas de los problemas emocionales en adolescentes?	2	1	3

Fuente: elaboración propia 2019

**Gráfica No. 5**

**¿Cuáles son las causas de los problemas emocionales en adolescentes?**



Fuente: elaboración propia 2019

En esta gráfica los profesionales de psicología, del centro conocen sobre el tema, el 100% dijo que las causas de los problemas emocionales en adolescentes son el acoso escolar, discriminación, separación de los padres y padres alcohólicos, maltrato.

**Tabla No. 6**

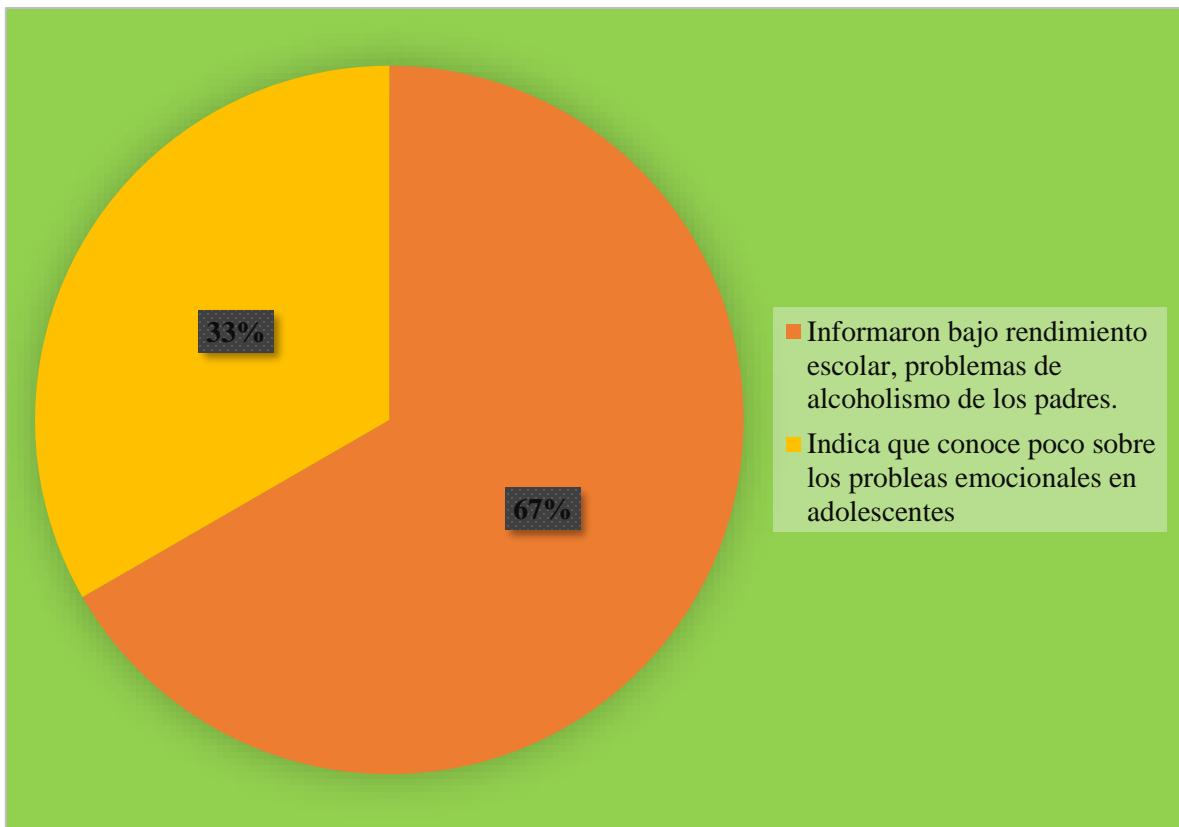
**¿Qué problemas emocionales afecta la autoestima en adolescentes?**

Ítems	Femenino	Masculino	Total
5 ¿Qué problemas emocionales afecta la autoestima en adolescentes?	2	1	3

Fuente: elaboración propia 2019

**Gráfica No. 6**

**¿Qué problemas emocionales afecta la autoestima en adolescentes?**



Fuente: elaboración propia 2019

En esta gráfica los profesionales de psicología del centro tuvieron diferentes opiniones acerca de lo que se le preguntó, el 67% conoce los problemas emocionales en adolescentes que dijeron bajo rendimiento escolar y problemas de alcoholismo de los padres, el 33% conoce poco de los problemas emocionales en los adolescentes.

**Tabla No. 7**

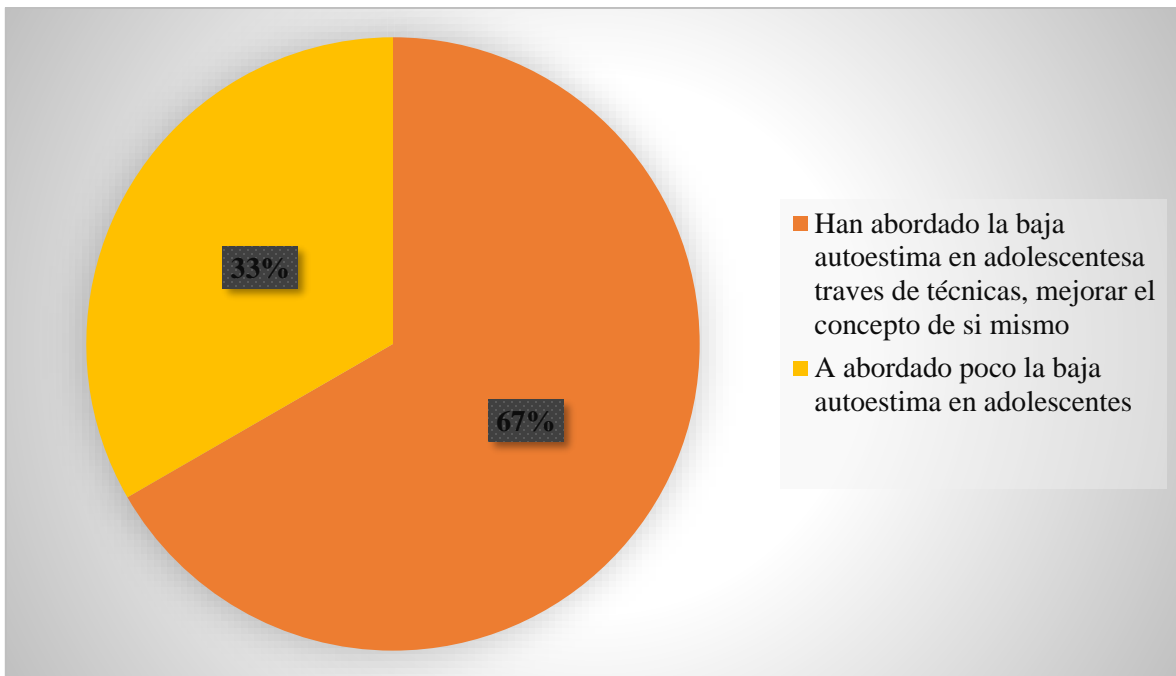
**¿Cómo aborda usted la autoestima en adolescentes hijos de padres alcohólicos?**

Ítems	Femenino	Masculino	Total
6 ¿Cómo aborda usted la autoestima en adolescentes hijos de padres alcohólicos?	2	1	3

Fuente: elaboración propia 2019

**No. 7**

**¿Cómo aborda usted la autoestima en adolescentes hijos de padres alcohólicos?**



Fuente: elaboración propia 2019

En esta gráfica se presenta el resultado, los profesionales de psicología del centro han trabajado de diferente manera, el 67% han abordado la baja autoestima en adolescentes hijos de padres alcohólicos con técnicas, mejorar el concepto de sí mismo, el 33% ha abordado poco la baja autoestima en adolescentes en hijos de padres alcohólicos.

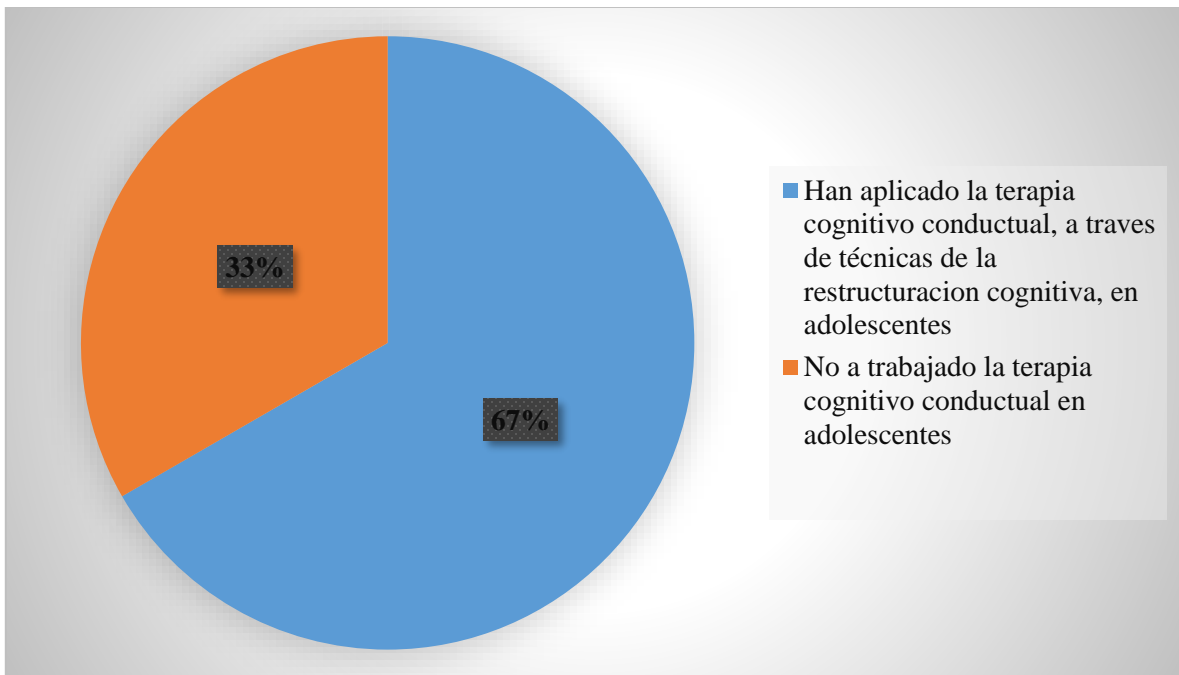
**Tabla No. 8**

**¿En qué forma a aplicado la terapia cognitivo conductual en adolescentes con baja autoestima que son hijos de padres alcohólicos?**

Ítems	Femenino	Masculino	Total
7 ¿En qué forma a aplicado la terapia cognitivo conductual en adolescentes con baja autoestima que son hijos de padres alcohólicos?	2	1	3

**Gráfica No. 8**

**¿En qué forma a aplicado la terapia cognitivo conductual en adolescentes con baja autoestima que son hijos de padres alcohólicos?**



Fuente: elaboración propia 2019

En esta pregunta, los profesionales de la psicología respondieron a la pregunta, el 67% dijo que a modificar sus conductas y a través de técnicas de la reestructuración cognitiva, el 33% no ha trabajado la terapia cognitivo conductual en adolescentes hijos de padres alcohólicos.

**Tabla No. 9**

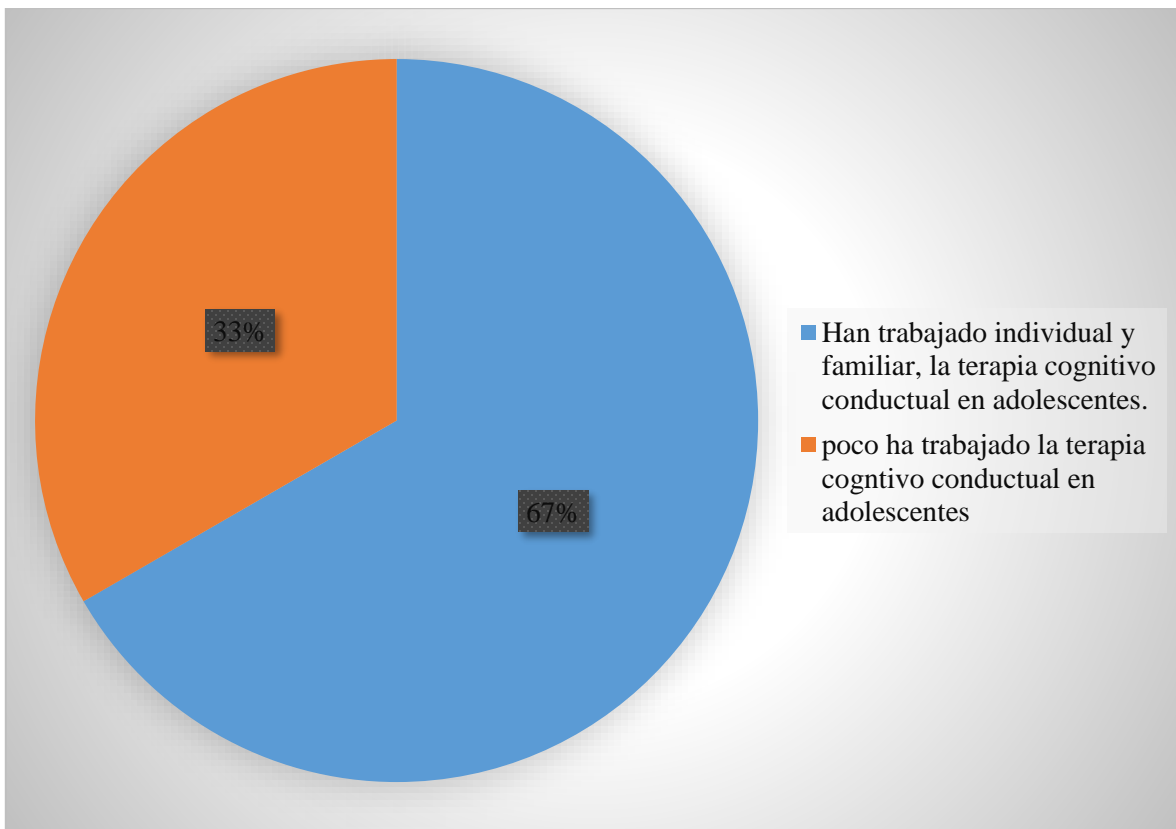
**¿Cómo ha trabajado usted la terapia cognitivo conductual en adolescentes?**

Ítems	Femenino	Masculino	Total
8 ¿Cómo ha trabajado usted la terapia cognitivo conductual en adolescentes?	2	1	3

Fuente: elaboración propia 2019

**Gráfica No. 9**

**¿Cómo ha trabajado usted la terapia cognitivo conductual en adolescentes?**



Fuente: elaboración propia 2019

En esta gráfica se presenta como los profesionales de psicología han trabajado la terapia cognitivo conductual en adolescentes, el 67% ha trabajado individual y familiar, el 33% poco ha trabajado la terapia cognitivo conductual en adolescentes.

**Tabla No. 10**

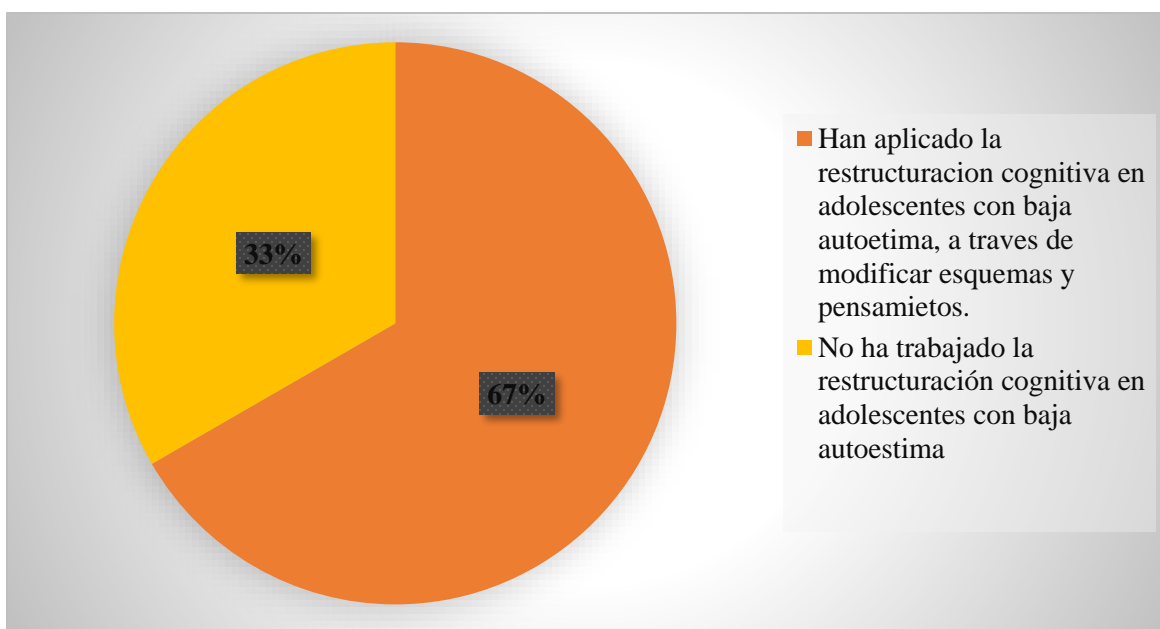
**¿Cómo aplica usted la reestructuración cognitiva en adolescentes con baja autoestima en hijos de padres alcohólicos?**

Ítems	Femenino	Masculino	Total
9 ¿Cómo aplica usted la reestructuración cognitiva en adolescentes con baja autoestima en hijos de padres alcohólicos?	2	1	3

Fuente: elaboración propia 2019

**Gráfica No. 10**

**¿Cómo aplica usted la reestructuración cognitiva en adolescentes con baja autoestima en hijos de padres alcohólicos?**



Fuente: elaboración propia 2019

En esta gráfica nuevamente, los profesionales de la psicología respondieron a la pregunta, el 67% dijo que ha trabajado la reestructuración cognitiva, a través de modificando sus esquemas y pensamientos a los adolescentes con baja autoestima, hijos de padres alcohólicos, 33% no ha aplicado la reestructuración cognitiva en adolescentes con baja autoestima hijos de padres alcohólicos.



**Tabla No. 11**

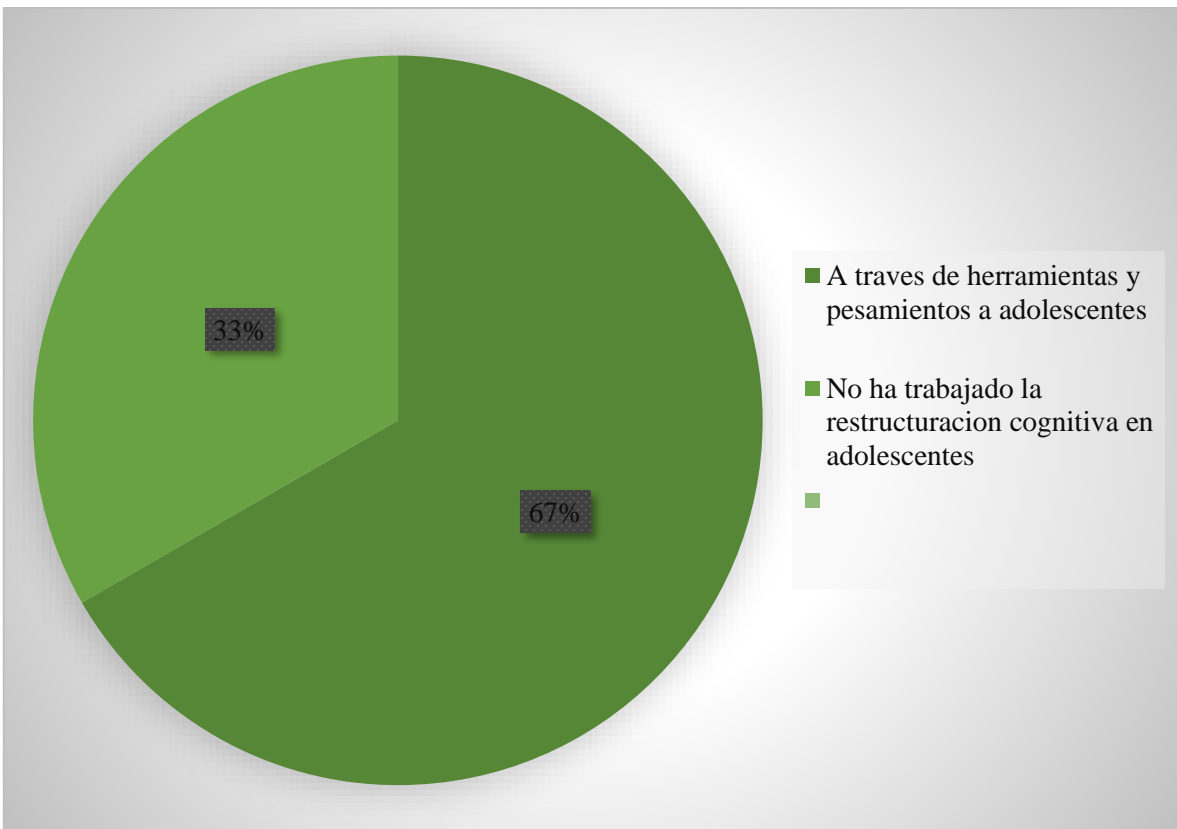
**¿Cómo ha aplicado usted la reestructuración cognitiva en adolescentes?**

Ítems	Femenino	Masculino	Total
10 ¿Cómo aplicado usted la reestructuración cognitiva en adolescentes?	2	1	3

Fuente: elaboración propia 2019

**Gráfica No. 11**

**¿Cómo ha aplicado usted la reestructuración cognitiva en adolescentes?**



Fuente: elaboración propia 2019

Es esta gráfica se presentan los resultados, de los profesionales de la psicología, el 67% ha aplicado la reestructuración cognitiva a través de herramientas y pensamientos a los adolescentes, el 33% no ha trabajado la reestructuración cognitiva en adolescentes.

## 4.2 Discusión de resultado

La problemática del sujeto de investigación se realizó con 11 adolescentes, el nivel de autoestima es el siguiente, el 27% tiene autoestima elevada, el 9% tiene autoestima media y el 64% tiene autoestima baja, hijos de padres alcohólicos, que asisten en Alcohólicos Anónimos (AA) quienes están en tratamiento, no sin antes, investigar el tema de la adolescencia para conocer su desarrollo, se investigó también sobre hijos de padres alcohólicos etc. para poder conocer cuáles son las actitudes de los adolescentes, por tener un padre alcohólico y también ante la sociedad.

El trabajo de campo se realizó con los adolescentes se seleccionaron a lazar, hijos de padres alcohólicos que asisten Alcohólicos Anónimos (AA), se les aplicó la escala de autoestima de Rosenberg, para conocer cuál es su nivel de autoestima, presentan baja autoestima es la que resalta más en la gráfica de presentación de resultados. En la entrevista a profesionales de psicología del centro de Alcohólicos Anónimos, se logró describir como los profesionales respondieron a las preguntas que se les realizo, cada uno con diferente aporte profesional, en las gráficas con anterioridad se presentación de los resultados obtenidos.

De acuerdo a la respuestas y a los objetivos, se logró obtener buenos resultados, porque se logró abordar y analizar la baja autoestima de los adolescentes que son hijos de padres alcohólicos, que asisten Alcohólicos Anónimos (AA), ya que en la adolescencia van descubriendo su identidad, tienen diferentes pensamientos, problemas emocionales y son propensos a tener cuatro veces más probabilidad de ser alcohólicos, se modificó sus pensamientos a través de la reestructuración cognitiva, con la ayuda de los profesional de la psicología.

## Conclusiones

Abordar la autoestima en los adolescentes a través de la reestructuración cognitiva, y llegar a un análisis del nivel de autoestima en los adolescentes, con la escala de Rosenberg hijos de padres alcohólicos, que asisten a Alcohólicos Anónimos (AA).

Se logró describir cuales son los principales problemas que afrontan los adolescentes y cuál es su nivel de autoestima, así como las causas principales, entre las que se pueden mencionar: violencia familiar, falta de atención, padres alcohólicos, rechazo y bajo rendimiento académico.

Se pudo identificar cuáles son los principales problemas que afrontan los adolescentes, cuyos padres son alcohólicos y que asisten a Alcohólicos Anónimos (AA), entre los principales problemas que afectan la autoestima de los adolescentes, tenemos, Violencia intrafamiliar, poca comunicación de los padres, aislamiento, Bullying entre otros.

La reestructuración cognitiva es uno de los pilares de intervención psicológica, ayudando a las personas a mejorar su baja autoestima, que ha sido afectada por diferentes situaciones del pasado. Puedan vivir felices que se sientan bien con ellos mismo. La reestructuración cognitiva se aplica, a través de la modificación de esquemas, pensamientos y herramientas donde pueden establecer como mejorar el concepto de sí mismo, a los adolescentes con baja autoestima que tienen de padres alcohólicos,

## **Recomendaciones**

Se debe abordar el tema junto con la reestructuración cognitiva, los psicólogos deben continuar trabajando con los adolescentes, para que no tengan una recaída de baja autoestima, los padres deben de seguir con su tratamiento asistiendo a los Alcohólicos Anónimos (AA).

Los problemas que afectan a los adolescentes deben ser abordados por psicólogos y con la ayuda de los padres de familia, para que sus hijos puedan mejorar su baja autoestima y no se sientan solos. Es importante tener en cuenta estos puntos y no lleguen al suicidio.

Debido a los problemas que afectan a los adolescentes, se recomienda trabajar en el abordaje de talleres preventivos o informativos con los cuales se pretende que los jóvenes puedan recibir información oportuna para promover toma de responsabilidad de su situación.

Se recomienda a los psicólogos continuar con su labor profesional, fortaleciendo abordaje relacionado a la aplicación de la reestructuración cognitiva en la terapia, con los adolescentes que presentan baja autoestima, debido al flagelo del alcoholismo que se evidencia en sus hogares y por lo cual se ven afectados, puesto que esto permite mejorar su nivel de autoestima.

## Referencias

- Arias, F. (2012) El Proyecto de Investigación. Introducción de investigación científica (6ta. Ed). Bolivia, Venezuela: Editorial EPISTEME, C.A. Recuperado de: <https://es.slideshare.net/fidiasarias/fidias-g-arias-el-proyecto-de-investigacin-6ta-edicin>
- Dolors, M. (2016) La batalla por los alimentos. El papel del derecho civil en la construcción del género y la desigualdad. Recuperado de: [https://books.google.com.gt/books?id=o8JdDwAAQBAJ&lpg=PA43&ots=7x\\_06H0UEs&dq=Mar%C3%ADa%20Dolors%20Mas%20La%20organizaci%C3%B3n%20mundial%20de%20la%20salud.&pg=PA5#v=onepage&q=Mar%C3%ADa%20Dolors%20Mas%20La%20organizaci%C3%B3n%20mundial%20de%20la%20salud.&f=true](https://books.google.com.gt/books?id=o8JdDwAAQBAJ&lpg=PA43&ots=7x_06H0UEs&dq=Mar%C3%ADa%20Dolors%20Mas%20La%20organizaci%C3%B3n%20mundial%20de%20la%20salud.&pg=PA5#v=onepage&q=Mar%C3%ADa%20Dolors%20Mas%20La%20organizaci%C3%B3n%20mundial%20de%20la%20salud.&f=true)
- Méndez, E. (2001) Metodología, diseño y desarrollo del proceso de investigación. (3ra ed.) Editorial McGraw Hill.
- Santrock (2003) Psicología del desarrollo en la adolescencia (9a. ed.). Recuperado de: [https://www.academia.edu/28350639/Psicologia\\_del\\_desarrollo\\_en\\_la\\_adolescencia\\_a\\_9a\\_ed.\\_-Santrock\\_1](https://www.academia.edu/28350639/Psicologia_del_desarrollo_en_la_adolescencia_a_9a_ed._-Santrock_1)
- Serrano, S. y otros (2010) Las habilidades sociales en universitarios, adolescentes y alcohólicos en recuperación de un grupo de alcohólicos anónimos (AA). Lima, Perú. Recuperado de: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1729-48272010000100003](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272010000100003)
- American Academy of Child & Adolescent Psychiatry (2015) los hijos de padres alcohólicos. Recuperado de: [https://www.aacap.org/AACAP/Families\\_and\\_Youth/Facts\\_for\\_Families/FFF-Spanish/Los-Hijos-de-Alcoholicos-017.aspx](https://www.aacap.org/AACAP/Families_and_Youth/Facts_for_Families/FFF-Spanish/Los-Hijos-de-Alcoholicos-017.aspx).

Ley Protección Integral Guatemala (2003) Decreto número 27-2003 el Congreso de la República de Guatemala. Recuperado de: [https://www.oas.org/dil/esp/ley\\_de\\_proteccion\\_integral\\_de\\_la\\_ninez\\_y\\_adolescencia\\_guatemala.pdf](https://www.oas.org/dil/esp/ley_de_proteccion_integral_de_la_ninez_y_adolescencia_guatemala.pdf)

Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales DSM-5 (2013) American Psychiatry Association (5ta ed.). Editorial media panamericana.

Bados, A. & García, E. (2010) La técnica de la reestructuración cognitiva. Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológicos, Facultad de Psicología, Universidad de Barcelona. Recuperado de: <http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/12302/1/Reestructuraci%C3%B3n.pdf>

Fernández, L. (2018) Artículo de investigación Sigmund Freud. Cali, Colombia. Recuperado de: [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0120-46882018000100011](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-46882018000100011)

Hernández, J. (2016) “Problemas emocionales y conductuales en una muestra de adolescentes de la ciudad de Toluca”. (Tesis de Licenciatura) Universidad Autónoma del Estado de México. Recuperado de: <http://ri.uaemex.mx/bitstream/20.500.11799/65268/3/problemas+emocionales+y+conductuales+en+adolescentesj+%281%29-split-merge.pdf>

Mejicanos, D. (2016) Reestructuración cognitiva y control de ira (Estudio realizado con adolescentes del colegio Salesiano Liceo Guatemala del departamento de Quetzaltenango) (Tesis de Grado. Quetzaltenango) Guatemala. Recuperado de: <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2016/05/42/Mejicanos-Diana.pdf>

- Ojeda, Z. & Cárdenas, M. (2017) “El nivel de autoestima en adolescentes entre 15 a 18 años”. (Tesis de Licenciatura) Recuperado de: <http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/28093/1/Trabajo%20de%20Titulaci%C3%B3n.pdf>
- Sánchez S. (2016). "Autoestima y conductas autodestructivas en adolescentes (Estudio realizado con adolescentes de 14 a 17 años en el instituto IMBCO de Nebaj, Quiché)" (Tesis de Licenciatura) Universidad Rafael Landívar. Recuperado de: <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2016/05/42/SanchezSindy.pdf>
- Díaz, F. & otros (2018) Adolescencia y autoestima: su desarrollo desde las instituciones educativas. Revista Conrado, Vol. 14, núm. 64, pp. 98-103. Recuperado de: [https://www.researchgate.net/publication/328529437\\_Adolescencia\\_y\\_autoestima\\_su\\_desarrollo\\_desde\\_las\\_instituciones\\_educativas](https://www.researchgate.net/publication/328529437_Adolescencia_y_autoestima_su_desarrollo_desde_las_instituciones_educativas)
- Naranjo, M. (2007) Autoestima: un factor relevante en la vida de la persona y tema esencial del proceso educativo, Revista electrónica “Actualidades Investigativas en Educación”, Vol. 7, núm. 3, p. 0, Universidad de Costa Rica, San Pedro de Montes de Oca. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/447/44770311.pdf>
- Ochoa, E. y otros (2009) Diagnóstico y tratamiento de la dependencia de alcohol, Vol.55, núm. 214, Madrid, España. Recuperado de: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0465-546X2009000100003](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0465-546X2009000100003)
- Ramírez, A. & otros (2014) Una visión del alcoholismo del padre desde la mirada de los hijos, Vol. 14, núm. 2, pp. 109-120. Recuperado de: <https://docplayer.es/1115247-Una-vision-del-alcoholismo-del-padre-desde-la-mirada-de-los-hijos-the-perception-of-a-father-s-alcoholism-through-the-eyes-of-his-children.html>

San Martín J.L., & Barra, E. (2013) Autoestima, Apoyo Social y Satisfacción Vital en Adolescentes. no. de Vol. 31, núm. 3, pp. 287-291. Santiago, Chile. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/785/78528770003.pdf>

Bericat, E. (2012) Emociones. Universidad de Sevilla, España: Sociopedia.isa. Recuperado de: <https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/47752/DOIEmociones.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Conan, A. (2016) Teorías sobre el desarrollo del adolescente. Recuperado de: <https://psiqueyeros.wordpress.com/psicologia-evolutiva/adolescencia/teorias-sobre-el-desarrollo-adolescente/>

Clemente, S. (2018) La autoestima en adolescentes. Recuperado de: <https://lamenteesmaravillosa.com/la-autoestima-en-los-adolescentes/>

Díaz-Aguado, M. (2005) La adolescencia y su interrelación con el entorno. Recuperado de: [http://www.injuve.es/sites/default/files/LA%20ADOLESCENCIA%20y%20%20entorno\\_completo.pdf](http://www.injuve.es/sites/default/files/LA%20ADOLESCENCIA%20y%20%20entorno_completo.pdf)

Detzler, R. (s.f.) Terapias de Sanación Espiritual. Recuperado de: <https://es.slideshare.net/bkrondavidsie/27234345-robortdetzlerrenacerdelalma>

Figueroba, A. (2019) La escala de autoestima de Rosenberg: ¿en qué consiste? Recuperado de: <https://psicologiaymente.com/clinica/escala-autoestima-rosenberg>

McNicholls, S. (2013) Espiritualidad y terapia. Recuperado de: <http://bonding.es/espiritualidad-y-terapia/>

Reinero, D. (2018). Los 9 tipos de autoestima y sus características. Recuperado de: <https://www.siad.cl/web/index.php/homepage/articulos/item/368-los-9-tipos-de-autoestima-y-sus-caracteristicas>



- Araya-Véliz, C. & Herrera, P. (2007) Errores y dificultades comunes de terapeutas novatos. Recuperado de: [https://www.researchgate.net/publication/230777065\\_Errores\\_y\\_dificultades\\_comunes\\_de\\_terapeutas\\_novatos](https://www.researchgate.net/publication/230777065_Errores_y_dificultades_comunes_de_terapeutas_novatos)
- González J. & Rodríguez M. (1998) Psicoterapia autógena y psicoterapia cognitivo conductual. Recuperado de: [http://www.psicoter.es/arts/98\\_004\\_157.pdf](http://www.psicoter.es/arts/98_004_157.pdf)
- Phillips, K. y Stein, D. (2018). Trastorno obsesivo compulsivo (TOC). Recuperado de: <https://www.msdmanuals.com/es/professional/trastornos-psiQUI%20trastorno-obsesivo-compulsivo-y-trastornos-relacionados/trastorno-obsesivo-compulsivo-toc>
- Hernández, y otros (2003) Capitulo 3 metodología de la investigación. Recuperado de: [http://catarina.udlap.mx/u\\_dl\\_a/tales/documentos/lad/blanco\\_s\\_nl/capitulo3.pdf](http://catarina.udlap.mx/u_dl_a/tales/documentos/lad/blanco_s_nl/capitulo3.pdf)
- Alcohólicos Anónimos (2019) ¿Qué es alcohólicos anónimos? Enunciado. Recuperado de: [http://www.alcoholicos-anonimos.org/v\\_portal/informacion/informacionver.asp?cod=241&te=7&idage=244&vap=](http://www.alcoholicos-anonimos.org/v_portal/informacion/informacionver.asp?cod=241&te=7&idage=244&vap=)
- Medicina Psico-Orgánica A.L.P. (2019) Centro de rehabilitación de alcohólicos. Bilbao, España: Mesicinaps. Recuperado de <http://www.neuro-psiQUIatria.com/centros-de-rehabilitacion-de-alcoholicos>
- MedlinePlus (2019). Tratamiento para el consumo de alcohol. Estados Unidos: MedlinePlus, Biblioteca Nacional de Medicina. Recupera de: <https://medlineplus.gov/spanish/alcoholusedisorderautreatment.html>

Reflexiones sobre alcoholismo Dr. Rina (2017) Tratamiento psicológico en alcoholismo.

Recuperado de: <https://reflexionessobrealcoholismo.com/2017/02/22/tratamiento-psicologico-alcoholismo/>

## **Anexos**

## Anexo 1

### Tabla de Variable

**Nombre completo:** Karla María Méndez Chanta

**Título de la Tesis:** Abordaje de la autoestima a través de la reestructuración cognitiva en adolescentes de padres alcohólicos, que asisten a Alcohólicos Anónimos.

**Carrera:** Licenciatura en Psicología Clínica y Consejería Social

Problemática	Variable de Estudio (Tema a investigar)	Sub temas de la variable de estudio	Pregunta de investigación	Objetivo General	Objetivos específicos	Sujetos de Estudio
Bajo rendimiento Escolar. Problemas emocionales Problemas sociales Baja autoestima Agresividad. Alcoholismo	Abordaje de la autoestima a través de la reestructuración cognitiva en adolescentes de padres alcohólicos, que asisten a Alcohólicos Anónimos.	Autoestima Problemas emocionales de adolescentes hijos de padres alcohólicos. Reestructuración Cognitiva.	¿Cuál es el abordaje para el tratamiento de la baja autoestima a través de la reestructuración cognitiva en adolescentes de padres alcohólicos, que asisten a Alcohólicos Anónimos?	Analizar el abordaje para el tratamiento de la baja autoestima a través de la reestructuración cognitiva en adolescente s de padres alcohólicos, que asisten a Alcohólicos Anónimos.	Describir la autoestima en adolescentes Identificar los problemas emocionales, que afectan la autoestima de los adolescentes, hijos de padres alcohólicos. Explicar la aplicación de la reestructuración cognitiva.	Adolescente s de padres que asisten Alcohólicos Anónimos Psicólogos del centro Alcohólicos Anónimos.

Fuente: elaboración propia (2019)

## Anexo 2

### Instrumentos

#### ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSEMBERG

**Indicación:** Cuestionario para explorar la autoestima personal entendida como los sentimientos de valía personal y de respeto a si mismo.

**Codificación proceso:** 1.1.1.2.1.1.4. Autoestima (CIPE- $\alpha$ ).

**Administración:** La escala consta de 10 ítems, frases de las que cinco están enunciadas de forma positiva y cinco de forma negativa para controlar el efecto de la aquiescencia Autoadministrada.

**Interpretación:**

De los ítems 1 al 5, las respuestas A a D se puntúan de 4 a 1. De los ítems del 6 al 10, las respuestas A a D se puntúan de 1 a 4.

**De 30 a 40 puntos:** Autoestima elevada. Considerada como autoestima normal.

**De 26 a 29 puntos:** Autoestima media. No presenta problemas de autoestima graves, pero es conveniente mejorarla.

**Menos de 25 puntos:** Autoestima baja. Existen problemas significativos de autoestima.

**Propiedades psicométricas** La escala ha sido traducida y validada en castellano. La consistencia interna de la escalas se encuentra entre 0,76 y 0,87. La fiabilidad es de 0,80

#### ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSEMBERG

Este test tiene por objeto evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de si misma. Por favor, conteste las siguientes frases con la respuesta que considere más apropiada.

- A. Muy de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo
- D. Muy en desacuerdo

	A	B	C	D
1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.				
2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas.				
3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.				
4. Tengo una actitud positiva hacia mi mismo/a.				
5. En general estoy satisfecho/a de mi mismo/a.				
6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a.				
7. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a.				
8. Me gustaría poder sentir más respeto por mi mismo.				
9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.				
10. A veces creo que no soy buena persona.				

## ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSEMBERG

Este test tiene por objeto evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de si misma. Por favor, conteste las siguientes frases con la respuesta que considere más apropiada.

- A. Muy de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo
- D. Muy en desacuerdo

	A	B	C	D
1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.				
2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas.				
3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.				
4. Tengo una actitud positiva hacia mi mismo/a.				
5. En general estoy satisfecho/a de mi mismo/a.				
6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a.				
7. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a.				
8. Me gustaría poder sentir más respeto por mi mismo.				
9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.				
10. A veces creo que no soy buena persona.				

Universidad Panamericana  
Facultad de Humanidades  
Psicología Clínica y Consejería Social-Tesis de Licenciatura  
Nombre del alumno:



## Entrevista

Nombre: \_\_\_\_\_

Edad: \_\_\_\_\_ Sexo: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

**Objetivo:** Analizar el abordaje para el tratamiento de la baja autoestima a través de la reestructuración cognitiva en adolescentes de padres alcohólicos, que asisten a Alcohólicos Anónimos.

**Instrucciones:** responda las siguientes preguntas que se le presenta a continuación.

1 ¿Cómo describe usted la autoestima en adolescentes?

2 ¿Cómo describe usted la autoestima baja en adolescentes?

3 ¿Cómo aborda usted la autoestima en los adolescentes?

4 ¿Cuáles son las causas de los problemas emocionales en los adolescentes?

5 ¿Qué problemas emocionales afecta la autoestima a los adolescentes?

6 ¿Cómo aborda usted la autoestima en los adolescentes hijos de padres alcohólicos?

7 ¿En qué forma se aplicó la terapia cognitivo conductual en adolescentes con baja autoestima que son hijos de padres alcohólicos?

8 ¿Cómo ha trabajado usted la terapia cognitivo conductual en adolescentes?

9 ¿Cómo aplica usted la reestructuración cognitiva en adolescentes con baja autoestima hijos de padres alcohólicos?

10 ¿Cómo aplicó usted la reestructuración cognitiva en adolescentes?