

Universidad Autónoma de Chihuahua
Facultad de Ciencias Políticas y Sociales
Secretaría de Investigación y Posgrado



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE
CHIHUAHUA

TESIS

**“Proyecto factible para la intervención en crisis emocionales en
alumnos de media superior mediante la comunicación efectiva”**

Que presenta

Celeste Navidad Domínguez Lares

Para obtener el grado de

Maestra en Comunicación

Dirigido por

Dr. Daniel Alberto Sierra Carpio

Ciudad Juárez

Enero 2025



Universidad Autónoma de Chihuahua
Facultad de Ciencias Políticas y Sociales
Secretaría de Investigación y Posgrado



La Disertación Proyecto factible para la intervención en crisis emocionales en alumnos de media superior mediante la comunicación efectiva que presenta Celeste Navidad Domínguez Lares, como requisito parcial para obtener el grado de: maestro en comunicación, ha sido revisada y aprobada en la Facultad de Ciencias Políticas y Sociales por los miembros del

Comité de Grado:

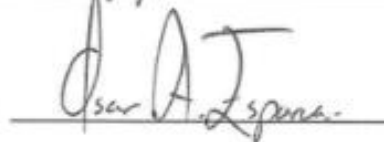
Dr. Daniel Alberto Sierra Caprio

Director de Tesis



Dr. Óscar Armando Esparza del Villar

Codirector



Dr. Armando Esquica Moreno

Revisor



M.A. Manuel Omar Barraza Barrón

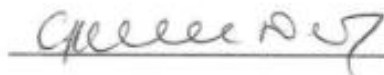
Revisor



Por las autoridades de la Facultad:

Dra. Martha Aurelia Dena Ornelas

Secretaría de Investigación y Posgrado



SECRETARÍA DE
INVESTIGACIÓN Y POSGRADO
20. JUAREZ, CHIH.



FORMATO DE CARTA DE CERTIFICACIÓN DE REVISIÓN

20 de enero del 2025

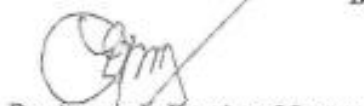
H. Comité Académico de Investigación y Posgrado
Facultad de Ciencias Políticas y Sociales
Presente.-

Los que suscriben certifican la revisión de la tesis titulada: **Proyecto factible para la intervención en crisis emocionales en alumnos de media superior mediante la comunicación efectiva**, habiendo realizado algunas correcciones y modificaciones a dicho documento e informado sobre estas consideraciones a la **CANDIDATO A GRADO Celeste Navidad Domínguez Lares** a fin de que se obtenga un resultado colegiado y en espera de fecha propuesta para el Examen de Grado.

Sin otro particular de momento, extendemos la presente CARTA DE CERTIFICACIÓN a fin de cumplir con los requisitos establecidos para la titulación de los maestrantes de la Facultad de Ciencias Políticas y Sociales.

Atentamente:


Dr. Daniel Alberto Sierra Carpio
Director de tesis


Dr. Armando Esquinca Moreno
Revisor


Dra. Martha Aurelia Dena Ornelas
Revisor


Dr. Oscar Armando Esparza del Villar
Codirector externo



SECRETARÍA DE
INVESTIGACIÓN Y POSGRADO
CD. JUÁREZ, CHIH.



Facultad de Ciencias Políticas y Sociales

Dedicatoria

A mis padres, cuyo apoyo incondicional y constante ha sido el cimiento de mis logros. Gracias por acompañarme en cada paso del camino, animarme en mis peores días y tener una fe inquebrantable en mí. Este logro no habría sido posible sin su dedicación y el inmenso cariño que siempre me han brindado.

Este trabajo es tanto de ustedes como mío, con profundo agradecimiento y amor.



Facultad de Ciencias Políticas y Sociales

Agradecimientos

Quiero expresar mi más sincero agradecimiento al Consejo Nacional de Humanidades, Ciencia y Tecnología (CONAHCYT) por el invaluable apoyo financiero y académico proporcionado a lo largo de este proyecto. Agradezco también a los docentes de la Universidad Autónoma de Chihuahua de la facultad de Ciencias políticas y sociales por su dedicación y sabiduría, especialmente a aquellos que dedicaron su tiempo y esfuerzo a guiarme en esta investigación. Finalmente, mi gratitud infinita para mi director de tesis, el Dr. Daniel Sierra, cuyo liderazgo, paciencia y conocimiento han sido fundamentales para el desarrollo y la culminación de este proyecto factible. Sin su apoyo y orientación, este logro no habría sido posible.

Resumen

En el presente documento se presenta un proyecto factible, dicha elección surge de la necesidad de proponer una solución sólida, con los instrumentos necesarios para llevar a cabo la solución de la problemática identificada, la cual hace referencia a las crisis emocionales en alumnos de educación media superior. El resultado derivado del presente proyecto factible es el desarrollo del “Taller de intervención en crisis emocionales en alumnos mediante la comunicación asertiva”.

En dicho proyecto se realizó un análisis para identificar los niveles de asertividad dentro de “La prepa”, tomando en cuenta administrativos, docentes y estudiantes de la misma, la recopilación de la información se llevó a cabo en las aulas de la misma institución por medio del Test de Rathus, el cual mide la capacidad asertiva para sobrellevar situaciones sociales que puedan representar una crisis emocional. Como parte de los resultados obtenidos se descubre que la implementación del taller propuesto es necesaria y que: Los resultados arrojados por las pruebas realizadas para medir el nivel de comunicación asertiva arrojaron que el 50% del total de los administrativos evaluados tienen un nivel de “poca asertividad”, respecto a los docentes podemos identificar que 35 de 40 se encuentran solo entre 9 y 4 puntos de catalogarse a “poca asertividad”.

Dado lo mencionado anteriormente y la creciente incidencia de crisis emocionales en adolescentes, este proyecto propone un taller para docentes y administrativos de “La Prepa” enfocado en mejorar la comunicación asertiva como medio para atender, manejar y derivar crisis emocionales. Durante el taller se abordarán aspectos como fundamentos de la comunicación asertiva, identificación de crisis, intervenciones prácticas, derivación de alumnos, y cuestiones legales y éticas.

Palabras clave: Asertividad, crisis emocionales, salud mental, adolescentes, docentes, administrativos.

Abstract

This document presents a feasible project, chosen due to the necessity of proposing a solid solution, equipped with the necessary tools to address the identified issue, which refers to emotional crises among high school students. The outcome derived from this feasible project is the development of the "Workshop on Emotional Crisis Intervention in Students through Assertive Communication." In this project, an analysis was conducted to identify assertiveness levels within "La prepa," considering administrative staff, teachers, and students. Information was gathered in the classrooms of the same institution using the Rathus Assertiveness Schedule, which measures assertive capacity to handle social situations that may represent an emotional crisis. As part of the results obtained, it was discovered that the implementation of the proposed workshop is necessary and that: The results from the tests conducted to measure assertive communication levels revealed that 50% of the evaluated administrative staff have a "low assertiveness" level, and regarding teachers, we can identify that 35 out of 40 scored only between 9 and 4 points, which are categorized as "low assertiveness." Given the aforementioned and the increasing incidence of emotional crises among adolescents, this project proposes a workshop for teachers and administrative staff of "La Prepa" focused on improving assertive communication as a means to address, manage, and refer emotional crises. The workshop will cover aspects such as the fundamentals of assertive communication, crisis identification, practical interventions, student referral, and legal and ethical issues.

Keywords: assertiveness, emotional crisis, mental health, teenagers, administration

Índice temático

Capítulo 1. Contexto	12
1.1 Salud mental en adolescentes.....	12
1.1.2 Consecuencias negativas relacionadas a la falta de salud emocional	13
1.2 Instituciones Educativas.....	14
1.3 Población Actual	15
1.4 Contexto Organizacional	16
1.4.1 División Organizacional	17
1.4.2 Contexto Educativo.....	17
2.1 Situación Actual	17
3.1 Consecuencias	18
4.1 Posibles Soluciones.....	18
5.1 Herramientas de atención en crisis	18
Capítulo 2. Justificación.....	19
Capítulo 3. Referentes teóricos	20
3.1 Revisión de literatura	20
Capítulo 4. Metodología para el diagnóstico	24
4.1 metodología de proyecto factible.....	24
4.2 Fase diagnóstico.....	24
4.2.1 Diseño, enfoque y alcance	25
4.2.2 Población y muestra.....	25
4.2.3 Técnica e instrumento de recolección de datos.....	26

4.2.4 Operacionalización de las variables	27
4.2.5 Técnica de análisis de datos	27
4.2.6 Consideraciones éticas del estudio	27
Capítulo 5. Resultados del diagnóstico	29
Capítulo 6. Diseño de la propuesta	32
6.1 Identificación del proyecto	32
6.2 Justificación	32
6.3 Marco institucional, social y teórico	32
6.4 Finalidad del proyecto.....	34
6.5 Objetivos y metas del proyecto	34
6.6 Destinatarios	35
6.7 El producto.....	35
6.8 El plan de ejecución	40
6.9 Los Costos y los Recursos de la Ejecución.....	40
6.10 Evaluación y seguimiento	41
Capítulo 7. Validación del proyecto.....	42
Referencias.....	45
ANEXOS	48

índice de figuras

Figura 1 Suicidios de adolescentes por año	12
Figura 2 Suicidio por entidad.....	13
Figura 3 Organigrama de la prepa.....	17



Figura 4 Ecosistema de la prepa	33
Figura 4 Resultados obtenidos	<u>44</u>

índice de tablas

Tabla 1 Distribución de escuelas de educación media superior.....	14
Tabla 2 Cantidad de alumnos y tipo de bachillerato	15
Tabla 3 Distribución por genero según el año escolar	16
Tabla 4 Operacionalización de las variables	27
Tabla 5 Cantidad de ítems Fuente	42

Introducción En la época que nos encontramos la salud mental es crucial para el bienestar y el desarrollo integral de los adolescentes, quienes enfrentan cambios significativos. La comunicación asertiva, que implica expresar pensamientos, sentimientos y emociones de manera clara y concisa, es vital para el desarrollo de una buena salud mental, así mismo, el que docentes y administrativos cuenten con dicha habilidad permite gestionar crisis emocionales en las aulas, así como prevenirlas, al mismo tiempo que se fomenta un entorno seguro.

Los resultados arrojados por las pruebas realizadas para medir el nivel de comunicación asertiva arrojaron que el 50% del total de los administrativos evaluados tienen un nivel de “Poca Asertividad”, respecto a los docentes podemos identificar que 35 de 40 se encuentran solo entre 9 y 4 puntos de catalogarse a “poca asertividad”.

Dado lo mencionado anteriormente y la creciente incidencia de crisis emocionales en adolescentes, este proyecto propone un taller para docentes y administrativos de “La Prepa” enfocado en mejorar la comunicación asertiva como medio para atender, manejar y derivar crisis emocionales. Durante el taller se abordarán aspectos como fundamentos de la comunicación asertiva, identificación de crisis, intervenciones prácticas, derivación de alumnos, y cuestiones legales y éticas.

En lo que respecta al primer capítulo “Contexto” se abordan estadísticas respecto a la salud mental de los adolescentes, consecuencias negativas relacionadas con la falta de salud emocional, cantidad y contexto de instituciones educativas en el estado de Chihuahua, el contexto organizacional, contexto educativo, situación actual de “La Prepa”, consecuencias, y posibles soluciones, en el capítulo dos se establece la justificación de la necesidad de este proyecto, para el capítulo tres se encontrará revisión de literatura que ayudara a comprender a mayor profundidad el tema, el capítulo cuatro mostrará la metodología, fase diagnostica, diseño, enfoque, población, muestra, así como técnicas de recolección y análisis de datos, llevándonos al capítulo cinco donde se podrá encontrar el resultado de dicho diagnóstico y continuando con el capítulo seis con la propuesta de diseño del taller, por último en el capítulo siete se encontrará la validación del proyecto.

Capítulo 1. Contexto

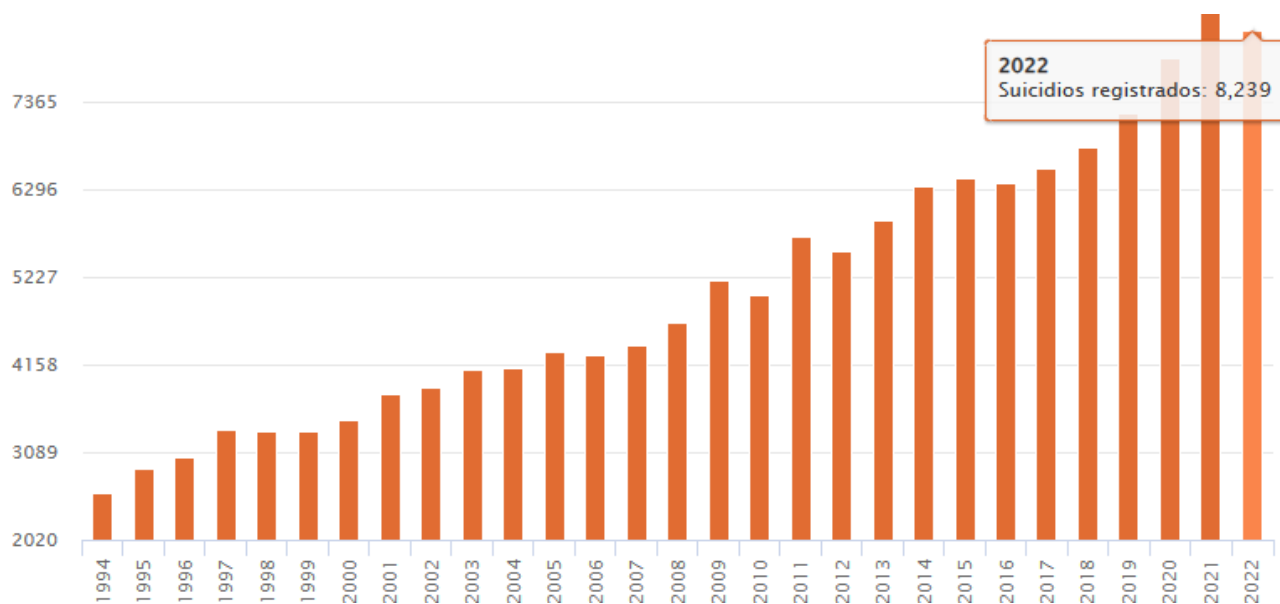
1.1 Salud mental en adolescentes

Según la Organización Mundial de la Salud en 2017 se detectó que 1 de cada 7 adolescentes y pre adolescentes de 10 a 19 años de edad sufre de algún trastorno mental, lo que mundialmente representa el 13% de la población en ese grupo etario.

De la misma manera la OMS nos brinda la estadística de que la cuarta causa de muerte entre los jóvenes de 15 a 19 años de edad es derivada de trastornos como la ansiedad, la depresión y trastornos del comportamiento que afectan gravemente la salud emocional de los jóvenes. (Organización Mundial de la Salud, 2021.)

A nivel nacional, adentrándonos al año 1994, fueron registrados 2,603 suicidios en adolescentes, lo cual, año con año, incrementó de manera exponencial hasta llegar al 2022 registrando 8,432 suicidios en el país según el Instituto Nacional de Estadística, Geografía, tal y como lo podemos observar en la siguiente tabla (Instituto Nacional de Estadística y Geografía, 2022)

Figura 1. Suicidios de adolescentes por año



Fuente: (Instituto Nacional de Estadística y Geografía, 2022)

Adicional a lo mencionado anteriormente, el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) comparte el dato de que para el año 2022 la tasa más alta de suicidios la tenemos precisamente en la ciudad de Chihuahua, Chih. Con 11.2 suicidios por cada 1,000 personas, dejando a Yucatán en segundo lugar y Aguascalientes que aparece en el tercer lugar; por otro lado, tenemos a Oaxaca, Veracruz y Guerrero con los índices más bajos, como se muestra a continuación en el mapa de la Tasa estandarizada por la Entidad Federativa del INEGI:

Figura 2: Suicidio por Entidad



Fuente: (Instituto Nacional de Estadística y Geografía , 2023)

1.1.2 Consecuencias negativas relacionadas a la falta de salud emocional

De acuerdo con el Instituto Nacional de Salud Mental de Estados Unidos (NIMH), la depresión puede incrementar las posibilidades de que una persona padezca algún tipo de enfermedad crónica, esto debió a que se encuentran expuestos a cuidar menos de su salud física y emocional, lo cual les dificulta el buscar atención médica, consumir los medicamentos adecuados, hacer ejercicio y mantener una alimentación adecuada, lo que puede llevar a padecer enfermedades como: enfermedad de Alzheimer, enfermedades autoinmunitarias, cáncer, enfermedad coronaria, diabetes, epilepsia, virus de inmunodeficiencia adquirida VIH/sida, hipotiroidismo y esclerosis múltiple.

Adicional a ello la OMS nos dice que los adolescentes que padecen trastornos mentales y emocionales son particularmente vulnerables a sufrir exclusión social, discriminación, problemas de estigmatización, lo cual influye de manera directa en la disposición del adolescente para buscar ayudar, la depresión puede traer también consigo dificultades educativas, comportamientos de riesgo, mala salud física y violaciones de derechos humanos (Organización Mundial de la Salud, 2021.)

1.2 Instituciones Educativas

Es importante el conocer de dónde proviene el universo hacia el cual nos enfocaremos y las generalidades del mismo. Según la Secretaría de Educación Pública (SEP), hasta el año 2022 el nivel de educación media superior del estado de Chihuahua se conforma de la siguiente manera, como lo muestra la tabla 1

Tabla 1: Distribución de escuelas de educación media superior

Tipo de educación media superior	Cantidad de escuelas
Bachillerato General	485
Bachillerato Tecnológico	89
Profesional Técnico Bachiller	15
Profesional Técnico	23
Sector Público	401
Sector Privado	211

Fuente: Elaboración propia con datos de la SEP

De la tabla anterior, realizando una ampliación de la información, podemos detectar, gracias al INEGI, la cantidad de alumnos que tenemos en cada tipo de institución de nivel media superior, entre hombres y mujeres en el estado de Chihuahua, queda desglosado de la siguiente manera:

Tabla 2: Cantidad de alumnos y tipo de bachillerato

Tipo de educación	TOTAL	HOMBRES	MUJERES
media superior			
Bachillerato General	82,311	45,946	5,633
B a c h i l l e r a t o	49,200	24,803	4,313
Tecnológico			
Profesional Técnico	8,336	3,538	1,739
Bachiller			
Profesional Técnico	2,976	2,239	395
Sector Público	116,225	61,635	9,280
Sector Privado	26,589	14,891	11,698

Fuente: Elaboración propia con datos del INEGI

1.3 Población Actual

Dentro de la institución educativa de nivel medio superior del sector privado de la ciudad de Chihuahua, Chih. ubicada en la zona centro de la ciudad, la cual será denominada como “LA PREPA” se logra observar una población estudiantil la cual está constituida por un universo de 558 alumnos de los cuales 303 son de sexo femenino y 255 de sexo masculino, dichos estudiantes se dividen en tres niveles, como lo muestra la tabla así mismo se encuentran divididos entre edades de los 14 a 18 años como lo muestra la tabla 2, por lo que es importante destacar que según la OMS la adolescencia es la fase de la vida que va de la niñez a la edad adulta, desde los 10 hasta los 19 años (Organización Mundial de la Salud, 2024.)

Tabla 3 Distribución por genero según el año escolar

Grado	Cantidad de alumnos de sexo masculino	Cantidad de alumnas de sexo femenino	Total
1ero año de preparatoria	102	108	210
2do año de preparatoria	124	108	213
3er año de preparatoria	61	71	135

Fuente: Elaboración propia con datos de “La Prepa”

1.4 Contexto Organizacional

“La Prepa” tiene un enfoque en la psicología positiva en su contexto organizacional. Esta perspectiva busca promover el bienestar y el desarrollo integral de los estudiantes a través de una educación que no solo se centra en el rendimiento académico, sino también en el crecimiento personal, la resiliencia, la empatía y otras habilidades socioemocionales. En el contexto organizacional, busca integrar la psicología positiva en sus programas de estudio, así como en el ambiente escolar, promoviendo una cultura de aprendizaje positiva y colaborativa que potencie el desarrollo de sus estudiantes dentro y fuera de las aulas.

La psicología positiva se define como el estudio científico de las experiencias positivas, los rasgos individuales positivos, las instituciones que facilitan su desarrollo y los programas que ayudan a mejorar la calidad de vida de los individuos, mientras previene o reduce la incidencia de la psicopatología (Seligman 2005., Seligman & Csikszentmihalyi, 2000).

Es definida también como el estudio científico de las fortalezas y virtudes humanas, las cuales permiten adoptar una perspectiva más abierta respecto al potencial humano, sus motivaciones y capacidades (Sheldon & King, 2001), incluye también virtudes cívicas e institucionales que guían a los individuos a tomar responsabilidades sobre su comunidad y promueve características para ser mejores ciudadanos. (Contreras, 2006 y Seligman & Csikszentmihalyi, 2000.)

1.4.1 División Organizacional

La prepa se encuentra conformada principalmente por un director de plantel, quien a su vez tiene a cargo 5 directores en las áreas de Servicios Escolares, Vinculación Profesional, Maestría y Preparatoria. Cada uno de los directores de área cuenta con un equipo a su cargo, en el caso del área de preparatoria se conforma de la siguiente manera:

Figura 3: Organigrama de “La Prepa”



Fuente Elaboración propia con datos de “La Prepa”

1.4.2 Contexto Educativo

Las “Fortalezas de carácter” también forman parte fundamental del contexto en que los alumnos se desarrollan dentro de la institución ya que dichas fortalezas de carácter se dividen en: atención plena, positividad, involucramiento, relaciones positivas, logros y bienestar físico, en los cuales conforme van avanzando los semestres de la preparatoria a los alumnos se les comienza a educar e introyectar las fortalezas de carácter, para así cuando culminen sus estudios de media superior tengan mayores habilidades emocionales.

2.1 Situación Actual

Actualmente dentro de “La Prepa” se han identificado diversos casos de los 3 años de la preparatoria en los cuales se identifican crisis emocionales, las cuales según el Gobierno de México son un conjunto de reacciones físicas, pensamientos y emociones que se presentan ante una situación que pone en peligro o que amenaza la integridad (Secretaría de Educación Pública 2018.) En dicha escuela se ha identificado que al menos 3 veces por semana alguno de los estudiantes sufre una crisis emocional, ya sea en forma de ataque de ansiedad, ataque de pánico o sintomatología depresiva, lo cual ha alertado a la población estudiantil y administrativa de la

institución. Dichas crisis emocionales frecuentemente se presentan durante el horario de clases ya sea en el mismo salón de clases, en los baños de la institución o en las áreas comunes como cafetería y explanada, generalmente dichas crisis son detectadas por los mismos estudiantes o por personal académico de la institución por medio de rondines.

3.1 Consecuencias

Las consecuencias que se han observado dentro de “La Prepa” en los diversos casos, son la deserción escolar, decisión que en su mayoría es tomada por los padres de familia, es importante hacer énfasis en este punto, dado que la decisión es tomada por los padres al tratarse de alumnos menores de edad; en ocasiones, la deserción del alumno se da para brindarle un tratamiento, o dado que los padres de familia consideran que “son problemáticos”. Otra consecuencia que frecuentemente se puede observar es el bajo rendimiento académico de los alumnos, los cuales con frecuencia los lleva a perder las becas económicas aplicadas por la institución, lo que nuevamente lleva a la deserción de los estudios, adicional a estas consecuencias podemos encontrar que con regularidad se aíslan de la sociedad estudiantil agravando las crisis emocionales.

4.1 Posibles Soluciones

Se considera que algunas de las probables soluciones de la problemática presentada pudiesen ser el diagnóstico oportuno de sintomatología sobre la depresión y ansiedad mediante la capacitación de docentes y administrativos del campus, entrevistas iniciales con padres de familia para la adquisición de información importante respecto a la situación emocional de los alumnos, protocolos de derivación en caso de detección de malestar emocional en los alumnos, recomendaciones por parte del personal de salud emocional seleccionado por las familias.

5.1 Herramientas de atención en crisis

La preparatoria cuenta con un de contención en crisis, así como orientación llamado “línea orienta” el cual se maneja mediante vía telefónica, la cual está disponible para los alumnos 24 horas al día, los 365 días del año, en esta vía telefónica los alumnos pueden contar con contención emocional en momentos de crisis, más solo es acompañamiento durante la crisis, no se realiza un seguimiento al alumno y al ser compañía externa quien brinda el servicio no se cuenta con el registro de cuáles

son los alumnos que han solicitado el apoyo para alguna contención, lo que no permite que se inicie un proceso con el alumno, ni el seguimiento correspondiente.

Capítulo 2. Justificación

Además, los problemas de salud mental en la etapa de la preparatoria pueden afectar las relaciones interpersonales de los estudiantes. Según la Academia Nacional de Medicina de México (2015) ansiedad, la depresión y otros trastornos pueden dificultar la comunicación, la empatía y la capacidad de establecer y mantener vínculos saludables con sus pares, lo que a su vez puede generar conflictos y aislamiento social, así mismo la salud mental impacta de manera significativa en el bienestar general de los estudiantes. El estrés, la ansiedad, la depresión u otros problemas mentales no tratados pueden llevar a un deterioro en la calidad de vida, afectando la autoestima, la autoimagen y la capacidad de disfrutar de las actividades cotidianas.

Abordar la salud mental en la etapa de la preparatoria es fundamental para garantizar un entorno escolar saludable y propicio para el desarrollo integral de los estudiantes, promoviendo su bienestar emocional, su desempeño académico y sus relaciones interpersonales positivas.

Por tanto, la implementación de un proyecto orientado a cuidar la salud mental de los estudiantes es esencial para garantizar su bienestar y su desarrollo integral, así como para fomentar un entorno educativo saludable y propicio para el aprendizaje, de igual manera al brindar apoyo emocional y herramientas de afrontamiento. Los estudiantes pueden experimentar una mejora en sus relaciones con sus pares, promoviendo la empatía, la comunicación efectiva y la construcción de vínculos saludables, por otro lado, al intervenir tempranamente en temas de salud mental, se pueden prevenir problemas más graves en el futuro, como trastornos de ansiedad, depresión o adicciones, fomentando un desarrollo saludable a lo largo de la vida.

Al priorizar la salud mental en el entorno educativo, se promueve una cultura de bienestar que se traduce en estudiantes más equilibrados, resilientes y con habilidades emocionales sólidas, contribuyendo a un clima escolar positivo y saludable

Capítulo 3. Referentes teóricos

3.1 Revisión de literatura

Los hallazgos de investigaciones revisadas destacan cómo la ansiedad y la comunicación efectiva influyen en el rendimiento académico, la salud mental y las relaciones interpersonales en diferentes contextos educativos.

Dentro de la investigación “Incidencia de la ansiedad en el rendimiento académico en estudiantes del tercer nivel, escuela preparatoria, facultad de educación e idiomas, unan- managua, período septiembre- diciembre 2015” la cual tenía como propósito analizar la incidencia de la ansiedad en el Rendimiento Académico en estudiantes del tercer nivel de la Escuela Preparatoria, Facultad de Educación e Idiomas, UNAN-Managua, período septiembre- diciembre 2015. Durante la investigación o bajo el enfoque cuantitativo, con modelo descriptivo, llegaron al descubrimiento de la confirmación de la relación ansiedad (Estado- Rasgo) y el rendimiento académico en la muestra en estudio y se determinó que en un 60% de los discentes prevalece el rasgo de ansiedad “a veces ansioso” (CORE, 2016.) Respecto a la investigación “Relación de ansiedad, depresión y estrés y el impacto que tiene sobre la salud mental en jóvenes de preparatoria y licenciatura de la CDMX” El objetivo de este trabajo fue identificar si existe relación entre ansiedad, depresión y estrés y cómo es que éstas impactan directamente sobre la salud mental de los jóvenes de la Ciudad de México. De acuerdo con los resultados obtenidos es posible notar la diferencia que existe entre la presencia de los factores de ansiedad, estrés y depresión, respecto a los adolescentes y los jóvenes; ejemplo de esto, es la presencia de síntomas somáticos y miedo al fracaso, así como sentimientos de culpa, generados por la dificultad al cambio que demandan las situaciones cotidianas en los jóvenes de preparatoria con respecto, abulia, inapetencia y preocupación que se genera por este mismo factor en los jóvenes de licenciatura, lo que significa que la dificultad al cambio genera un mayor número de respuestas en los jóvenes de licenciatura (Tsaani, D.M, Lomeli ,R. ,Riqueleme, A.M.V, 2018.)

Revisando el artículo “La ansiedad en alumnos mexicanos de primaria: variables personales, escolares y familiares” Se encuentra que el nivel de Ansiedad total, de Inquietud / Hipersensibilidad y la Ansiedad estado, tanto para niños como para niñas, se ubica en un nivel

medio alto. En el caso de los niños, las preocupaciones sociales y la ansiedad rasgo se presentan en un nivel medio, mientras que en estos mismos factores las niñas muestran un nivel medio alto. Finalmente, se observa que la ansiedad fisiológica es el factor que coincide en presentarse en ambos géneros en un grado alto (González, 2014.)

Por otro lado, la investigación “Ansiedad escolar y logro de los aprendizajes en comunicación de estudiantes de secundaria de una Institución Educativa en Ventanilla, 2022” la investigación tenía como objetivo general determinar la relación entre la ansiedad escolar y el logro de los aprendizajes en comunicación en estudiantes del 5to año de secundaria, en la cual se utilizó un diseño correlacional, de corte transversal y no experimental con una muestra de 120 participantes. Respecto a los resultados obtenidos de la variable ansiedad escolar de 120 encuesta el 8,3% de estos presento, el 8,3% niveles altos de ansiedad, el 64,2% un nivel medio y de la misma forma el 27,5% presenten niveles bajos (Grados Espinoza, 2022.)

En tanto a la investigación “La comunicación emocional y su influencia en las relaciones interpersonales de los estudiantes de 4to año de básica de la escuela de educación básica Luis Sánchez Borja, del cantón Durán en el periodo lectivo 2017 – 2018” Determina que el papel que tiene la comunicación en las relaciones interpersonales es muy importante, ya que a través de un adecuado y respetuoso intercambio y expresión de nuestros sentimientos, ideas, y necesidades, podemos lograr relaciones más abiertas, comprometidas y constructivas (Sellán, G.VG, 2019.)

Por otro lado, enfocándonos en el tema de comunicación efectiva se encuentra que “La comunicación efectiva es la capacidad de transmitir y recibir mensajes de manera clara, precisa y concisa, logrando así el entendimiento mutuo y el cumplimiento de los objetivos deseados” (Significados, 2024.) La comunicación efectiva es un componente de suma trascendencia en las interrelaciones particulares o laborales debido a que posibilita el intercambio de información, el cual propicia la realización adecuada de ocupaciones o el logro de fines, por medio de mensajes transmitidos y recibidos; en una compañía es importante ya que ayuda a la relación conveniente entre los colaboradores que tienen que realizar diferentes procesos de los cuales tienen que tener extenso conocimiento (Gonzales, 2023).

Enfocándonos en la comunicación efectiva podemos encontrar en el manual “Elementos para una comunicación efectiva en contextos de crisis y emergencias” que una crisis es una situación grave y decisiva que pone en peligro el desarrollo de un asunto o un proceso. (Enfoque de Salud Mental México, 2020.)

En investigaciones como “La ansiedad como variable predictora de la autoestima en adolescentes y su influencia en el proceso educativo y en la comunicación” identifica la relación existente entre la ansiedad y la autoestima en una muestra de 207 adolescentes de 12-18 años, debido a la problemática presente en los Institutos de Educación Secundaria donde situaciones de ansiedad se producen diariamente, dificultando la comunicación entre alumnos y profesores, así como el desarrollo del currículo de un modo normalizado (Suárez Valdés y Pérez Pérez, 2012) en el cual los resultados demostraron que existe una relación negativa entre la autoestima y la ansiedad, siendo la ansiedad significativa para la predicción de la autoestima (Vázquez, 2016.)

Abordando la Teoría de la Comunicación Interpersonal de Joseph DeVito, podemos recatar que esta teoría se centra en las interacciones cara a cara entre individuos. DeVito explora cómo se desarrollan y mantienen las relaciones interpersonales, destacando la empatía, la escucha activa y la retroalimentación efectiva entre personas. (DeVito, 2022)

DeVito resalta los siguientes aspectos clave:

1.Empatía: DeVito resalta la empatía como un componente crucial en la comunicación interpersonal. La capacidad de ponerse en el lugar del otro, comprender sus sentimientos y perspectivas, es fundamental para establecer conexiones significativas (DeVito, 2022.)

2.- Escucha Activa: La teoría de DeVito hace hincapié en la importancia de la escucha activa. Esto implica prestar atención de manera consciente, mostrar interés genuino en lo que el otro tiene que decir y responder de manera apropiada para fomentar una comunicación más efectiva (DeVito, 2022.)

3.Retroalimentación: En las interacciones interpersonales, la retroalimentación juega un papel fundamental. DeVito destaca la necesidad de proporcionar y recibir retroalimentación de manera constructiva para mantener una comunicación abierta y honesta (DeVito, 2022.)

4.Asertividad: La teoría de DeVito también aborda la importancia de la asertividad en la comunicación interpersonal. Ser asertivo implica comunicar tus pensamientos y sentimientos de manera clara y respetuosa, sin agresividad ni pasividad, lo que contribuye a relaciones más saludables y equilibradas (DeVito, 2022.)

Referente a las crisis emocionales podemos definirlo como un estado transitorio que afecta la precepción emocional y conductual, lo cual imposibilita la capacidad de tomar decisiones, generalmente aparecen luego de una situación de mucho estrés, presión o ansiedad.

Las crisis emocionales pueden categorizarse mediante las condiciones que las provocan, las cuales pueden ser: Crisis por condiciones externas y Crisis por condiciones internas.

Las Crisis por condiciones externas son provocadas por eventos externos a la persona como catástrofes, accidentes y enfermedades.

Las Crisis por condiciones internas no dependen de hechos específicos, sino internos como pensamientos catastróficos y emociones reguladas de manera inadecuada.

Capítulo 4. Metodología para el diagnóstico

4.1 metodología de proyecto factible

Arias (1998) define el proyecto como un conjunto de ideas organizadas que pretenden alcanzar un objetivo, para lo cual se realiza una serie de actividades en forma planificada (Dubs de Moya, 2002.) Así, el proyecto, desde el punto de vista sistémico, significa proponer la producción de un bien o la prestación de un servicio con el empleo de una determinada técnica, con la influencia del medio ambiente (organización), a fin de obtener cierto resultado (salida) (Dubs de Moya, 2002).

Por su parte, la metodología de la investigación, considera un proyecto como una propuesta viable de estudio o investigación con métodos y técnicas definidas.

La Universidad Politécnica Estados López (UPEL, 1998) define el proyecto factible como un estudio “que consiste en la investigación, elaboración y desarrollo de una propuesta de un modelo operativo viable para solucionar problemas, requerimientos o necesidades de organizaciones o grupos sociales” (Dubs de Moya, 2002.)

4.2 Fase diagnóstico

Para el diagnóstico de las habilidades de comunicación y su asertividad se seleccionaron tres diferentes grupos dentro de “La Prepa”, el primero de ellos se integra con los alumnos, dado que son quienes presentan las crisis emocionales y quienes requieren de la contención, por lo que es importante saber si su nivel de asertividad es un pro o un contra a la hora de comunicarse en medio de una crisis. Como segundo grupo se seleccionaron a los docentes, dado que son quienes interactúan básicamente toda la jornada de clases con ellos y quienes generalmente ubican a los alumnos en crisis. Por último, se seleccionó a los administrativos, puesto que cada uno de ellos maneja un grupo específico de alumnos y son quienes dan el seguimiento individual a cada uno de ellos, lo comunican a los padres de familia y a quienes se les derivan los alumnos cuando están presentando una crisis emocional.

El Test fue aplicado dentro de “La Prepa” en tres grupos diferentes, esto con apoyo de la coordinadora de docentes y con los mismos en la materia de Habilidades II, IV y VI, abarcando los tres años de preparatoria, a los administrativos se les aplicó una vez finalizados los grupos y

finalmente a los docentes, quienes fueron captados en distintos horarios en su sala de maestros, con la intención de que fuera dentro del ambiente habitual para disminuir la presión, alcanzar la muestra deseada.

El test fue impreso y distribuido a cada uno de los participantes, fue respondida con pluma, no se solicitaron datos personales y al finalizar el test se recolectó una vez completadas todas las pruebas se registraron en una tabla de Excel para obtener la puntuación de cada una de ellas.

4.2.1 Diseño, enfoque y alcance

La investigación tiene un diseño cuantitativo ya que parte de una idea que va acotándose y, una vez delimitada, se derivan objetivos y preguntas de investigación, se revisa la literatura y se construye un marco o una perspectiva teórica. De las preguntas se establecen hipótesis y determinan variables; se traza un plan para probarlas (diseño); se miden las variables en un determinado contexto; se analizan las mediciones obtenidas utilizando métodos estadísticos, y se extrae una serie de conclusiones.

El enfoque cuantitativo utiliza la recolección de datos para probar hipótesis con base en la medición numérica y el análisis estadístico, con el fin de establecer pautas de comportamiento y probar teorías (Sampieri, 2014.) Adicional a ello se puede mencionar que el alcance utilizado es exploratorio ya que implica una fase inicial de recolección y análisis de datos cualitativos seguida de otra donde se recaban y analizan datos cuantitativos (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2008 y Creswell et al., 2008.)

De igual manera es un estudio descriptivo porque busca especificar propiedades y características al describir tendencias de un grupo o población (Sampieri, 2014.) Finalmente podemos considerar que el enfoque es no experimental, sumando que también es transversal, derivado de que se recolectan datos en un solo momento, en un tiempo único (Sampieri, 2014).

4.2.2 Población y muestra

La población seleccionada en cuanto a alumnos se presenta en la Tabla 4, la cual abarca a todos los alumnos de “La prepa” de primer, segundo y tercer año de preparatoria, contando en primer año con una población de 210 alumnos, en segundo año 213 alumnos y en tercer año 135 alumnos,

lo que nos da un total de 558 alumnos, de los cuales como muestra se toman 32 alumnos de primer año, es decir un grupo completo, 32 de segundo año, y 36 de tercer año. En cuanto a docentes, la muestra se comprende de 25, teniendo “La Prepa” un total de 59 maestros, respecto a administrativos se abarco el 100% de los pertenecientes a “La prepa” con un total de 16 administrativos.

4.2.3 Técnica e instrumento de recolección de datos

La técnica utilizada es la encuesta y el instrumento utilizado fue “El Test de Asertividad de Rathus”, también conocido como la Escala de Rathus de Andrew L.Rathus, la cual es una herramienta utilizada para medir el nivel de asertividad de una persona.

El test de asertividad de Rathus típicamente consta de una serie de afirmaciones o situaciones en las cuales la persona evaluada debe indicar cómo respondería en cada caso. Se utilizan escalas de respuesta tipo Likert, donde el individuo califica su grado de acuerdo o desacuerdo con cada afirmación en una escala que va desde "totalmente en desacuerdo" hasta "totalmente de acuerdo".

Las afirmaciones en el test abarcan una amplia gama de situaciones sociales y cotidianas que pueden requerir respuestas asertivas, agresivas o sumisas. Algunas afirmaciones pueden referirse a expresar opiniones, establecer límites, negarse a realizar una petición, entre otras situaciones comunes en las interacciones humanas, una vez finalizado el test se suman los puntajes asignados a las respuestas de cada ítem para obtener una puntuación total que refleje el nivel de asertividad de la persona evaluada (León Madrigal, M, 2009).

Para identificar que una persona se encuentra dentro de un nivel bajo de asertividad el resultado deberá ser igual o menor a -10, para considerar un asertividad aceptable se encontrará en un rango de -9 a 50 y para un nivel de muy buen asertividad de 51 en adelante.

El instrumento fue aplicando dentro de “La Prepa” mediante previa autorización de Campus Chihuahua, así como por la autorización de coordinación docente de la preparatoria y consentimiento de padres de familia. Fueron seleccionados los grupos más números para lograr abarcar la muestra correspondiente y el 100% de los administrativos de “La prepa” fueron informados de la finalidad de la aplicación. Es importante mencionar que todos los participantes

fueron informados de que en caso de desear no responder el instrumento estaban en todo el derecho de negarse, ya que de ningún modo es obligatorio.

4.2.4 Operacionalización de las variables

Variable	Definición	Medición
Comunicación Asertiva	Es el resultado de la mezcla ente empatía, escucha activa, retroalimentación y la asertividad	Se mide mediante el Test de Rathus, el cual contiene un total de 31 ítems relacionados con actitudes respecto a la comunicación asertiva

4.2.5 Técnica de análisis de datos

El Test de Rathus permite medir un aspecto clave: la habilidad para comunicarse de manera asertiva. Al evaluar la asertividad, se pueden identificar áreas de mejora y diseñar intervenciones específicas para mejorar las habilidades de comunicación de los participantes.

El test consiste en una serie de afirmaciones que los participantes deben calificar según el grado en que se aplican a ellos. Las respuestas se puntúan y se comparan con normas establecidas para determinar el nivel de asertividad. El test incluye situaciones cotidianas en las que se requiere asertividad, como expresar descontento con un servicio o defenderse de una persona agresiva, lo cual nos permite ver de una manera amplia el panorama de los estudiantes, docentes y administrativos.

4.2.6 Consideraciones éticas del estudio.

El principio ético de autonomía se aplica desde el primer momento en que hay acercamiento con “La Prepa” y se plantea el proyecto a realizar, dando en todo momento la opción de negarse al mismo y no ser obligado a participar. Se puede identificar de igual manera al momento de aplicar las encuestas para el recabado de información a administrativos, docentes y alumnos, a quienes se les explicó de qué se trata el proyecto, los beneficios que se obtendrían y que la participación era totalmente voluntaria, así como sus resultados anónimos, es decir, solo se clasificaría por grupos y no se divulgaría su información individual bajo ninguna circunstancia. El principio de

beneficencia se ve aplicado al explicar los beneficios que puede obtener la población de “La prepa” para su actual generación de docentes, alumnos y administrativos, así como para futuras generaciones, ya que podrán contar con un proceso de contención emocional que se adecue a las características tan específicas de “La prepa”, lo anterior brinda seguridad emocional para todos los participantes.

El principio sobre justicia podemos visualizarlo desde la selección de los grupos, ya que se tomó uno de cada año de “La prepa” para asegurar abarcar cada uno de los años y garantizar que todos fueran partícipes de la misma manera, así mismo se contempló al 100% de los administrativos ya que sin importar su rango dentro de “La prepa” todos se encuentran expuestos a la problemática planteada.

En cuanto a docentes se usó una muestra significativa para poder contar con resultados confiables y así mismo el resultado será para todos los docentes y administrativos, garantizando que todos puedan tener acceso a la información y preparación para la problemática a la que se enfrentará, garantizando un beneficio para toda la población de “La prepa”

. En cuanto a la no maleficencia se ve aplicada al cuidar la integridad, privacidad de cada uno de los participantes y enfocando el proyecto en obtener un beneficio para cada uno de ellos, así como para sus pares, de igual manera todos los participantes antes de realizar su test dieron su consentimiento de manera verbal y contestación el físico con pluma y papel los test para evitar que éstos fueran previamente alterados o modificados.

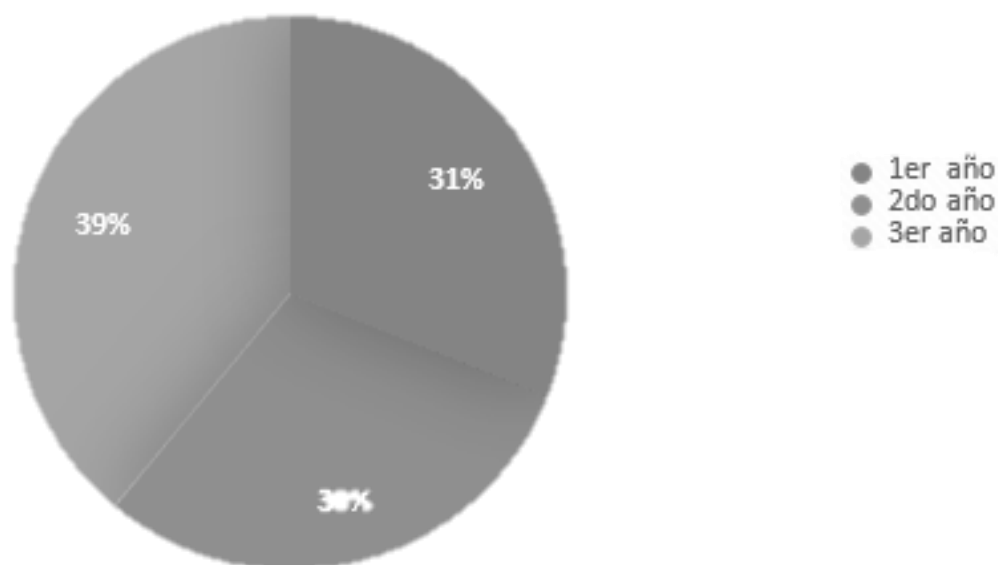
Adicional a ello no se recabó información confidencial de los participantes para prevenir el que se relacionen los resultados a su persona y así mismo resguardar su identidad y privacidad.

Capítulo 5. Resultados del diagnóstico

A continuación, se muestran los resultados obtenidos y el análisis de los mismos luego de haber aplicado “El Test de Asertividad de Rathus”, iniciando por el grupo de alumnos.

En cuanto a la cantidad de alumnos que respondieron el Test de Asertividad de Rathus contamos con un total de 100, los cuales se encuentran distribuidos de la siguiente manera:

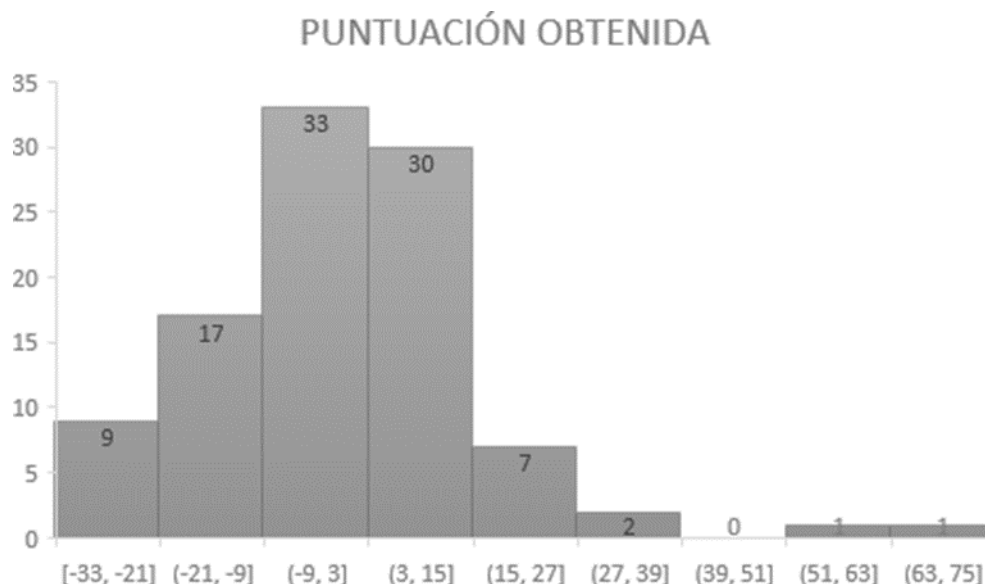
Gráfica 1: Distribución de Sujetos



Fuente: Elaboración propia con datos de “La Prepa”

Se obtuvo el siguiente puntaje, mientras que en el rango (-21,-9) 17 sujetos se encuentran con ese puntaje, en tanto al rango (-9,3) se encuentra la gran mayoría con 33 sujetos, para (3,15) tenemos el segundo lugar en ubicación con 30 sujetos, respecto a (15,17) solo se ubican 7 sujetos, en (27,29) tenemos 2 sujetos y finalmente (51,63) y (63,75) con un sujeto cada uno.

Gráfica 2: Puntuación obtenida



Fuente: Elaboración propia

Si se analiza lo anterior a mayor profundidad obtenemos que 22 alumnos cuentan con un rango de poca comunicación asertiva, 76 con un nivel aceptable y solo 2 con un nivel muy aceptable, es decir solo el 2% de la población puede considerarse que tiene las habilidades necesarias para intervenir de manera efectiva, lo cual puede considerarse alarmante, tomando en cuenta que de los 76 alumnos con “Asertividad Aceptable” 36 de ellos están solamente en un rango de 1 y 10 puntos de caer en “Poco Asertiva”

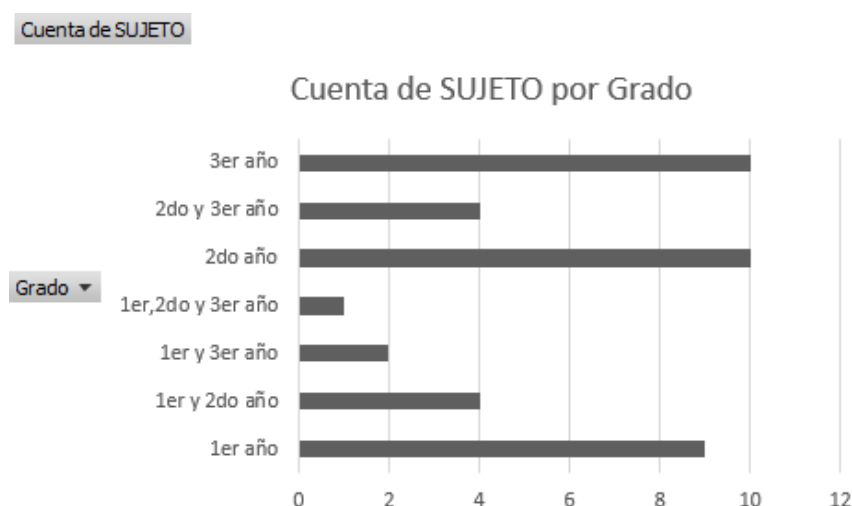
Tabla 6: Total de alumnos con tipo de asertividad

Cantidad de Alumnos	Tipos de Comunicación
22	Poco Asertiva
76	Asertiva Aceptable
2	Asertiva muy aceptable

Fuente: Elaboración propia con resultados de Test de Rathus

En cuanto al grupo de docentes “Test de Rahtus” se aplicó en 40 de 59 docentes que imparten clases en “La Prepa”, de los cuales nueve docentes pertenecen a grupos de 1er año, 10 docentes a grupos de 2do año, 10 docentes a grupo de 3er año y 11 docentes que imparten clases a 2 o más años de “La prepa”.

Gráfica 3: Docente por grado



Fuente: Elaboración propia con datos de “La prepa”

En la siguiente tabla se puede visualizar al nivel de grado académico iniciando por el docente y finalizando con el 40, donde se obtiene el resultado del puntaje obtenido en el Test de Rathus

Las respuestas seleccionadas y el valor asignado a cada una de ellas, lo que finalmente da como resultado el nivel de asertividad el cual puede ir de poca, hacia aceptable y muy aceptables

En base a los resultados de los docentes podemos identificar que 33 de los docentes cuentan con un nivel de asertividad aceptables, más 4 de ellos, docente 7,9,21 y 35 están entre 9 y 4 puntos de entrar a “poca asertividad”, de igual manera se localiza que 6 docentes cuentan con “poca asertividad” y solamente 1 con” muy buena asertividad”

Respecto a los administrativos de “La Prepa” se contemplaron los 16 que sirven como base de la prepa, como líderes, tutores y coordinadores, obteniendo los siguientes resultados:

Al analizar los resultados de los administrativos, quienes son las personas que mantienen contacto de manera directa y personalizada, con los alumnos los resultados son alarmantes ya que 8 de ellos, es decir el 50% del total tienen un nivel de “poca asertividad”, es importante resaltar que sus niveles de puntuación son incluso más bajos que los de los docentes y los alumnos.

Capítulo 6. Diseño de la propuesta

6.1 Identificación del proyecto

“Taller de intervención en crisis de emocionales en alumnos mediante la comunicación efectiva”

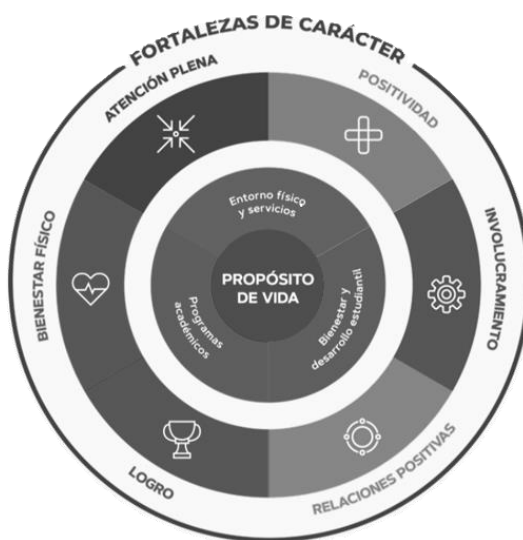
6.2 Justificación

En base a los resultados obtenidos en la aplicación del Test de Rathus, en donde se identifica que 22 de los alumnos se encuentran en el rango de “Poca asertividad”, seis docentes en la misma clasificación y ocho de los 16 docentes también con “Poca asertividad”, lo que representa el 50% de los docentes evaluados, es de vital importancia realizar un taller en el que se capaciten a docentes y administrativos para llevar a cabo un proceso de comunicación asertiva en el cual adquieran las herramientas necesarias para auto regularse y regular a los alumnos en momentos de crisis de ansiedad, para que logren estabilizar a los alumnos, contentos en un espacio seguro y derivarlos de la manera adecuada para mantener la estabilidad emocional del alumno y su integridad resguardada, lo que al mismo tiempo tendrá efecto en el bienestar integral de los alumnos

6.3 Marco institucional, social y teórico

Se logra integrar el taller con el modelo educativo de “La Prepa” ya que ésta se basa en un ecosistema de bienestar y felicidad que se muestra a continuación:

Figura 4: Ecosistema de “La Prepa”



Derivado del ecosistema de bienestar y felicidad de “La Prepa” por medio del taller se puede integrar:

1.-Promoción de la Salud Mental: El taller de comunicación asertiva contribuye directamente al bienestar emocional de los estudiantes. La correcta expresión de pensamientos y sentimientos por medio de la comunicación asertiva con sus docentes, tutores y administrativos, así como prevenir crisis, es fundamental para “La Prepa”

2.-Desarrollo de Habilidades Socioemocionales: La comunicación asertiva es crucial para la creación de relaciones saludables y respetuosas. Establecer un entorno donde los estudiantes se sientan seguros para comunicarse les permitirá desarrollar habilidades importantes.

3.-Intervención Temprana: Proporcionar herramientas para manejar la ansiedad y saber cuándo y cómo derivar a un estudiante en crisis es esencial para “La Prepa”. Esto no solo fortalece la red de apoyo dentro de la comunidad educativa, sino que también asegura respuestas oportunas frente a situaciones que puedan afectar el bienestar de los alumnos.

4.-Fomento de un Entorno Inclusivo: Al ofrecer un espacio para hablar sobre la ansiedad y la comunicación, se promueve una cultura de inclusión y apoyo. Esto puede hacer que más

estudiantes se sientan cómodos buscando ayuda y compartiendo sus experiencias, formando así un ecosistema de bienestar más robusto.

5.-Alineación con el Modelo Educativo: El taller puede alinearse con los objetivos de desarrollo humano integral del modelo de bienestar de “La Prepa”, que busca formar individuos no solo académicamente competentes, sino también emocionalmente sanos. Esto respalda la misión de la institución de educar de manera integral.

6.4 Finalidad del proyecto

La finalidad del proyecto “Taller de herramientas de comunicación asertiva y derivación ante crisis de ansiedad en alumnos de nivel medio superior” es lograr que los alumnos de “La Prepa” tengan realmente la oportunidad de que sus crisis emergentes dentro de su institución educativa sean adecuadamente atendidas, dado que al ser la institución educativa el segundo lugar en el que los alumnos pasan más tiempo después de sus hogares es de vital importancia que la misma pueda responder con docentes, administrativos y tutores bien capacitados, que garanticen la atención necesaria para que el alumno pueda desempeñar un papel adecuado como estudiante y vivir la etapa de formación media superior desde la asertividad, lo que a su vez les permitirá desarrollarse de una manera sana e integral, educándolos a gestionar sus emociones de manera adecuada.

6.5 Objetivos y metas del proyecto

- 1.- Capacitar al 100% de los docentes, administrativos y “La Prepa” para contener una crisis de ansiedad y derivar de manera adecuada.
- 2.- Orientar a los docentes, administrativos y tutores de “La Prepa” para que sean capaces de identificar signos y síntomas que los alumnos presenten previo a una crisis y generar contención antes de que esta se presente.
- 3.- Capacitar al 100% de los docentes, administrativos y tutores de “La Prepa” para aplicar técnicas de comunicación efectiva para favorecer el dialogo abierto y constructivo.
- 4.- Promover el bienestar emocional a través de la comunicación 5.- Establecer protocolos de Derivación.

6.6 Destinatarios

Los Destinatarios de “Taller de herramientas de comunicación asertiva y derivación ante crisis de ansiedad en alumnos de nivel medio superior” serán el 100% de los docentes de la prepa, dado que son quienes interactuar diariamente durante horas con los alumnos dentro del aula, será dirigido también al 100% de los administrativos ya que forman una parte vital de la estructura de la organización, tutores, dado que son quienes llevan el seguimiento 100% personalizado con cada uno de los alumnos y se comunican de manera directa con sus responsables, notificándoles cualquier situación que se presente con los alumnos.

6.7 El producto

El taller se deberá ver implementado por un instructor que cuente con el siguiente perfil:

Formación Académica

Título Universitario: Psicología, Trabajo Social, Educación, Ciencias de la Comunicación.

Formación Adicional: Cursos o especializaciones en Psicología Escolar, Comunicación Asertiva, Manejo de Crisis, o Salud Mental en Adolescentes, Maestría en Comunicación, Maestría En Psicoterapia, Maestría en niñas, niños y adolescentes.

Experiencia Profesional

Experiencia en el Campo Educativo: Contar con un mínimo 2-3 años de experiencia trabajando directamente en entornos educativos, preferentemente con adolescentes.

Trabajo en Salud Mental: Experiencia previa en atención a crisis, acompañamiento emocional o sesiones terapéuticas.

Dominio de Temas Específicos

Conocimiento de la Salud Mental Adolescentes: Conocimiento del abordaje de salud mental de los adolescentes en temas de ansiedad.

Técnicas de Comunicación Asertiva: Conocimiento sólido de técnicas de comunicación asertiva y su aplicación en contextos educativos.

Aspectos Legales y Éticos: Comprensión de consideraciones legales y éticas relacionadas con la confidencialidad y el consentimiento en menores de edad.

Habilidades Interpersonales

Buena Comunicación: Deberá ser capaz de comunicarse de manera asertiva, identificar el entendimiento de quienes lo escucha, aclarar dudas, se claro y conciso.

Manejo de Conflictos: Capacidad de contener conflictos y mantener en calma a quienes se encuentren tomando el taller en caso de alguna discusión, desacuerdo o punto de vista diferente.

Desarrollo del Taller:

“Taller de intervención en crisis de emocionales en alumnos mediante la comunicación efectiva”

Duración: 10 Horas

Cantidad de asistentes: Grupo 1 - 37 Grupo 2 - 38

Nota: El taller será implementado 2 veces para garantizar un mayor nivel de enfoque, resolución de dudas y un mejor entendimiento sobre el tema.

Material:

- Plumas
- Marcadores
- Colores
- Cartulinas
- Bocinas
- Proyector

- Mesas de trabajo
- Sillas

Introducción: (15 minutos)

Presentación del Tallerista: Se comparte experiencia y conocimientos sobre el área

1.- Objetivos del Taller: Se comienza explicando a los docentes, administrativos y tutores el objetivo específico del taller y los objetivos generales, los cuales son los siguientes:

- a.- Capacitar a los docentes para identificar síntomas de una crisis de ansiedad, previos a la crisis y con la crisis en curso.
- b.- Dotar de las herramientas necesarias para lograr una contención segura para los estudiantes y para quien intervenga.
- c.- Comunicarse de manera asertiva con los estudiantes mediante una crisis de ansiedad.
- d.- Aprender a implementar técnicas para la contención mediante la comunicación asertiva.
- e.- Aprender a realizar una derivación adecuada para los alumnos.

2.-Expectativas: (15 minutos)

Se invitará a los participantes a compartir expectativas, puntos que consideren importantes y experiencias que ayuden fomentar un ambiente de trabajo grupal y compañerismo, buscando al mismo tiempo abordar las inquietudes de cada uno de ellos.

3.- Fundamentos de la Comunicación Asertiva (1 hrs)

- a.-Definición de Comunicación Asertiva: Se explica qué es la comunicación efectiva
- b.-Características de la Comunicación Asertiva: Se explica cómo funciona, su método de aplicación y la importancia de su manejo en “La Prepa”
- c.-Técnicas para implementar la Comunicación Asertiva: Presentar técnicas específicas que serán de utilidad a la hora de contener una crisis.

4.- Identificación de Crisis de Ansiedad (1 hr)

a.- Reconocimiento de Síntomas: Se mostrará a los asistentes los síntomas de una crisis de ansiedad, antes de la misma y durante.

b.-Impacto de la Ansiedad en el Aprendizaje: Se enseñará cómo por medio del rendimiento académico se puede detectar que un alumno está pasando por un periodo de crisis y los efectos que tiene en su rendimiento académico.

5.-Intervenciones Prácticas (3:00 hrs)

a.- Estrategias de Intervención: Capacitar a los asistentes en técnicas de intervención inicial cuando se identifican signos de ansiedad, como:

- Técnicas de respiración
- Escucha Activa
- Meditaciones
- Regulación emocional
- Búsqueda de espacios seguros

6.- Derivación de Alumnos (1 hr)

a.- Protocolos de Derivación: Se presentarán pasos claros de cómo, cuándo, dónde llevar a cabo la contención, de a quién deben acudir, cómo deben comunicarlo, cómo deben dejarlo registrado.

b.-Red de Apoyo: Se les apoyará para que en conjunto tutores, docentes y administrativos, cada uno desde su rol pueda mantener comunicación asertiva para identificar, ayudar y acompañar a los alumnos que hayan pasado por un proceso de derivación.

c.-Documentación de la Derivación: Instrucciones sobre cómo documentar adecuadamente la derivación en caso de que sea necesario realizar un seguimiento.

7.- Cuestiones Legales y Éticas (1 hr)

- a.-Marco Legal: Revisar las leyes y regulaciones locales sobre la confidencialidad y la protección de datos de los estudiantes, como la Ley Federal de Protección de Datos Personales en México.
- b.-Ética Profesional: Se discutirán las consideraciones éticas al tratar con estudiantes en crisis y la importancia de la confidencialidad.
- c.-Consentimiento Informado: Proporcionar información sobre el consentimiento y la comunicación con padres o tutores, cuando sea apropiado.

8.- Evaluación del Taller (40 min)

Evaluación Continua: Se implementarán técnicas de evaluación mediante exámenes rápidos, preguntas abiertas sobre los temas vistos, exámenes rápidos mediante formularios digitales y dinámicas, esto entre cada uno de los temas y una evaluación general al finalizar el taller.

9.-Cierre del Taller (20 min)

- a.-Recursos Adicionales: Proporcionar materiales de lectura, enlaces a recursos en línea y contactos de profesionales para continuar el aprendizaje.
- b.-Reflexiones Finales: Permitir a los participantes compartir sus aprendizajes y comprometerse a implementar las herramientas adquiridas en su práctica diaria.

6.8 El plan de ejecución

Taller de intervención en crisis de emocionales en alumnos mediante la comunicación

Actividades	Mes 1	Mes 2	Mes 3	Mes 4	Mes 5
Diseño del Taller					
Presentación del taller a directivos de "La prepa"					
Aprobación del Taller					
Firma de permisos y consentimiento por parte de la prepa					
Convocatoria al Taller					
Aplicación Test de Rathus					
Inicio de taller (Grupo 1)					
Fin de taller (Grupo 1)					
Inicio de taller (Grupo 2)					
Fin de taller (Grupo 2)					
2da Aplicación Test de Rathus					
Revisión Test de Rathus					
Recolección de cantidad de derivaciones					
Fin de la intervención					

6.9 Los Costos y los Recursos de la Ejecución.

El proyecto no cuenta con gastos, ya que al ser implementado dentro de "La Prepa" las instalaciones, mesas, sillas, bocinas y proyector serán proporcionados por la institución. El resto del material como plumas, marcadores y cartulinas serán de igual manera brindados por la institución ya que cuentan con un almacén destinado para material didáctico para los docentes.

6.10 Evaluación y seguimiento

La primera parte de la evaluación será con la aplicación del Test de Rahtus durante el mes 3, misma que será aplicada al 100% de los asistentes al taller, para contar con un nivel inicial de referencia en cuanto a que tan asertivos son, misma que será evaluada al finalizar los talleres, una vez obtenidos los resultados, se dará espacio de un mes en el que los asistentes al taller tendrán la oportunidad de dar atención a crisis y realizar derivaciones junto con sus correspondientes documentación, al inicio del mes 5 se aplicará y revisará nuevamente el Test de Rathus para identificar la clasificación a la que se movieron los asistentes a taller, es decir “Poca Asertividad”, “Asertividad Aceptable” o “Muy buena Asertividad”, con lo que se podrá comparar su nivel antes y después del taller y la oportunidad de implementar las técnicas aprendidas, finalmente durante el mes 5 se solicitará mediante los permisos firmados inicialmente el acceso a la información para detectar cantidad de derivaciones por docente, protocolos aplicados, y crisis contenidas adecuadamente mediante la comunicación asertiva, lo que permitirá evaluar el desempeño de cada uno de ellos.

Capítulo 7. Validación del proyecto.

Para el proceso de validación del proyecto se realizó la presentación del mismo a 3 expertos, una de ellas experta en el área de la psicología, con especialidad en el área clínica, otra de ellas de igual manera psicóloga, docente por más de 10 años y coordinadora docente de “La Prepa”, por último, un experto en el área de la comunicación.

Para realizar la validación del proyecto se citó el día 31 de octubre de 2024 a las 4:00 p.m. de la tarde a las expertas en docencia y psicología, a quienes se les expuso el motivo de la creación del proyecto, el objetivo, la problemática observada en “La Prepa”, la experiencia vivida y como con base en ello se produce la necesidad de que docentes y administrativos tengan las herramientas necesarias para abordar las crisis emocionales que puedan llegar a presentar los alumnos. Adicional a ello se compartieron los resultados obtenidos mediante “El Test de Asertividad de Rathus”, una vez compartidos los resultados se procedió a explicar la importancia que tiene el que el equipo de “La Prepa” tenga la capacidad de abordar de manera adecuada las crisis, así como el canalizarlas.

Finalmente se compartió como se llevaría a cabo la implementación del Taller, se revisaron los temas, contenidos, duración, espacio, cronograma de actividades y proceso de revisión del funcionamiento del taller. La evaluación del experto en comunicación se llevó a cabo el día 11 de noviembre de manera virtual abordando los mismos puntos que las expertas en psicología y docencia. Una vez finalizada la presentación se levantó el acuerdo de Inter jueces a los expertos el mediante la V de Eiken, en el cual se evalúa:

Tabla 5: Cantidad de ítems Fuente: Elaboración propia

Factibilidad	Ítems
Factibilidad Técnica	4
Factibilidad Operativa	5
Factibilidad Económica	4
Factibilidad Institucional	4
Factibilidad Social y cultural	5
Factibilidad Ética	5
Factibilidad Psicológica	4

Respecto al ítem “factibilidad técnica” evalúa si la intervención propuesta cuenta con las herramientas y métodos adecuados para mejorar la comunicación y detectar problemas psicológicos, incluye la disponibilidad de materiales, recursos educativos o plataformas digitales, y la capacitación necesaria.

Para “factibilidad operativa” se analiza si el proyecto es viable en el contexto escolar, considerando factores como horarios, personal necesario, apoyo de los docentes y disposición de espacios para las actividades. También evalúa si el personal y los estudiantes pueden integrarse fácilmente al proyecto sin afectar sus responsabilidades académicas.

En cuanto a “factibilidad económica” se determina si los recursos financieros disponibles son suficientes para implementar el proyecto, incluyendo costos de capacitación, materiales, infraestructura y honorarios para especialistas.

Por otro lado, la “factibilidad institucional” considera si la institución apoya la implementación del proyecto, si se alinea con sus políticas y si existe un marco regulatorio o normativo que facilite su adopción.

El ítem “factibilidad social y cultural” evalúa cómo perciben los estudiantes, el personal docente y los padres de familia este tipo de intervenciones.

Respecto a la “factibilidad ética” se asegura de que la intervención respete la confidencialidad, el consentimiento informado y la integridad de los participantes

Finalmente, la “factibilidad psicológica” examina la disposición y preparación emocional del equipo para trabajar con estudiantes que enfrentan problemas emocionales, así como la estructura de apoyo para manejar situaciones de crisis y referir a los estudiantes de manera adecuada.

La escala contiene los ítems de respuesta “totalmente en desacuerdo”, “en desacuerdo”, “de acuerdo” y “totalmente de acuerdo”, para comprensión y análisis de los resultados obtenidos se designará un color a cada uno de los ítems de respuesta obtenidos:

- Totalmente en desacuerdo: Rojo
- En desacuerdo: Naranja

- De acuerdo: Verde claro
- Totalmente de acuerdo: Verde oscuro

Figura 5: Resultados obtenidos

Juez	Área de expertiz	Evaluación											
		Técnica	Operativa	Económica	Institucional	Social y cultural	Ética	Psicológica					
1	Psicología												
2	Docencia												
3	Comunicación												

Fuente: Elaboración propia

Cómo resultado del instrumento de evaluación “V Eiken” en el ítem de “factibilidad técnica” se obtiene un promedio de los 3 jueces de 3.75 de 4 puntos máximos, respecto a la desviación estándar obtenida es de 0.20, la V de Eiken es de 0.92, con un límite inferior de 0.60 y un límite superior de 0.99. Para el ítem “factibilidad operativa” podemos observar un promedio de 3.8, con una desviación estándar de 0.16, V de Eiken de 0.93, con límite inferior de 0.62 y límite superior de 0.99.

En cuanto a la “factibilidad económica” en encuentra un promedio de 4, una desviación estándar de 0.00, v de Eiken de 1.00, límite inferior de 0.70 y límite superior de 1.00. Para el ítem “factibilidad institucional” nuevamente encontramos un promedio de 4 y V de Eiken en 1.00, límite inferior de 0.70, así como límite superior de 1.00. En cuanto a “factibilidad social y cultural” el promedio es de 3.87, desviación estándar de 0.09, límite inferior de 0.64 y límite superior de 0.70, por otro lado, tenemos el ítem de “factibilidad ética” y “factibilidad psicológica”, en ambos ítems el promedio obtenido es de 4, la desviación estándar es de 0.00, la V de Eiken de ambas coincide en 1.00, el límite inferior es de 0.70 y el límite superior de 1.00.

Todos los ítems evaluados (técnica, operativa, económica, institucional, social y cultural, ética y psicológica) muestran una alta o máxima factibilidad con muy poca variación en las evaluaciones de los jueces. Esto indica que el proyecto es altamente viable desde múltiples perspectivas.

Referencias

Contreras, F. (2006). Periodicos electrónicos en Psicología. Obtenido de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1794-99982006000200011

Medina Lezama, E. J., Montoya Lacayo, W. A., & Toruño Altamirano, J. J. (2016). *Incidencia de la ansiedad en el rendimiento académico en estudiantes del tercer nivel, escuela preparatoria, Facultad de Educación e Idiomas, Unan-Managua, período septiembre-diciembre 2015*. [Repositorio Institucional Universidad de Nicaragua] <https://repositorio.unan.edu.ni/id/eprint/10426/1/9133.pdf>

DeVito, J. A. (2022). *The interpersonal Communication book (pp.122-146)*. New York: College of the City University of New York.

Dubsde Moya, R., (2002). *El Proyecto Factible: una modalidad de investigación*. Sapiens. *Revista Universitaria de Investigación*, 3(2). <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=41030203>

Del Campo García, D. T. M., Reyes, F. L., & Vigueras, A. M. R. (s/f). *Relación de ansiedad, depresión y estrés y el impacto que tiene sobre la salud mental en jóvenes de preparatoria y licenciatura de la CDMX* [Universidad La Salle] Repositorio institucional.<https://repositorio.lasalle.mx/bitstream/handle/lasalle/2020/Relaci%C3%B3n%20de%20ansiedad%2c%20depresi%C3%B3n%20y%20estr%C3%A9s%20y%20el%20impacto%20que%20tiene.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Huaylla, K.G. (2021) *La comunicación efectiva*) [Universidad Privada de San Juan Bautista] [file:///C:/Users/Vinculacion/Downloads/lacomunicacionefectiva%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/Vinculacion/Downloads/lacomunicacionefectiva%20(2).pdf)

Gonzalez, G. (2014). *Entornos escolares saludables: prevención de riesgos psíquicos y promoción de la salud mental* Redined Education. *Revista Iberoamericana de educación*, 45-58. <https://rieoei.org/historico/documentos/rie66.pd>

Grados Espinoza, A. K. (2022). *Ansiedad Escolar y logro de los aprendizajes en comunicación de estudiantes de secundaria de una institución educativa en Ventanilla, 2022*

https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/99986/Grados_EAK-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2023,08 de septiembre) *Comunicado oficial día mundial para la prevención del suicidio* [Comunicado de prensa]

https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2023/EAP_Suicidio23.pdf

Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2022).<https://www.inegi.org.mx/temas/salud/>

Subsecretaría de Prevención y Promoción de la Salud. (2020) *Elementos para una comunicación efectiva en contextos de crisis y emergencias. Enfoque de Salud Mental*. [Ficha técnica] secretariado técnico del consejo nacional de salud.

https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/605481/Elementos_informaci_n_con_e_nfoque_de_SM_CONSAME_VF.pdf

Organización Mundial de la Salud. (2024, 10 de octubre). *La salud mental de los adolescentes* [https:// www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health](https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health)

Sampieri, H. (2014). *Metodología dela Investigación* . Mc Graw-Hill Education, Sexta edición <https://drive.google.com/file/d/1Fjufmi0oGY4Zs8EajFiAJYNT2qoeCH4k/view>

Enciclopedia Significados. (2024), *Comunicación efectiva*. Significados.com: <https://www.significados.com/comunicacion-efectiva/>

Tsaani, D.M, Lomelí ,R. ,Riqueleme, A.M.V (2018) *Relación de ansiedad, depresión y estrés y el impacto que tiene sobre la salud mental en jóvenes de preparatoria y licenciatura de la CDMX* [Repositorio Universidad La Salle] <https://repositorio.lasalle.mx/bitstream/handle/lasalle/2020/Relaci%C3%B3n%20de%20ansiedad%2c%20depresi%C3%B3n%20y%20estr%C3%A9s%20y%20el%20impacto%20que%20tiene.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

León Madrigal, M., (2014). *REVISIÓN DE LA ESCALA DE ASERTIVIDAD DE RATHUS ADAPTADA POR LEÓN Y VARGAS* (2009). Reflexiones, 93(1), 157-171. <https://www.redalyc.org/pdf/729/72930086012.pdf>

Vázquez, I. N. (2016). *La ansiedad como variable predictora de la autoestima en adolescentes y su influencia en el proceso educativo y en la comunicación*. Revista Iberoamericana de Educación, 109-128. https://rieoei.org/historico/documentos/rie71_2a06.pdf

Sellán, G.V.G. (2019). *La comunicación emocional y su influencia en las relaciones interpersonales de los estudiantes de 4to año de básica de la escuela de educación básica luis sánchez borja, del cantón durán en el periodo* Universidad Laica Vicente Rocafuerte de Guayaquil [repositorio ulvr.] <http://repositorio.ulvr.edu.ec/bitstream/44000/2692/1/T-ULVR-2489.pdf>

ANEXOS

Los anexos que se deben incluir son:

Anexo A: Instrumento utilizado

N°	Ítem	Respuesta
1	Mucha gente parece ser más agresiva que yo.	
2	He dudado en solicitar o aceptar citas por timidez.	
3	Cuando la comida que me han servido en un restaurante no está hecha a mi gusto me quejo al camarero/a.	
4	Me esfuerzo en evitar ofender los sentimientos de otras personas aun cuando me hayan molestado.	
5	Cuando un vendedor se ha molestado mucho mostrándome un producto que luego no me agrada, paso un mal rato al decir "no".	
6	Cuando me dicen que haga algo, insisto en saber por qué.	
7	Hay veces en que provoco abiertamente una discusión.	
8	Lucho, como la mayoría de la gente, por mantener mi posición.	
9	En realidad, la gente se aprovecha con frecuencia de mí.	
10	Disfruto entablando conversación con conocidos y extraños.	
11	Con frecuencia no sé qué decir a personas atractivas del otro sexo.	
12	Rehúyo telefonar a instituciones y empresas.	
13	En caso de solicitar un trabajo o la admisión en una institución preferiría escribir cartas a realizar entrevistas personales.	
14	Me resulta embarazoso devolver un artículo comprado.	
15	Si un pariente cercano o respetable me molesta, prefiero ocultar mis sentimientos antes que expresar mi disgusto.	
16	He evitado hacer preguntas por miedo a parecer tonto/a.	

17	Durante una discusión, con frecuencia temo alterarme tanto como para ponerme a temblar.	
18	Si un eminente conferenciante hiciera una afirmación que considero incorrecta, yo expondría públicamente mi punto de vista.	
19	Evito discutir sobre precios con dependientes o vendedores.	
20	Cuando he hecho algo importante o meritorio, trato de que los demás se enteren de ello.	
21	Soy abierto y franco en lo que respecta a mis sentimientos.	
22	Si alguien ha hablado mal de mí o me ha atribuido hechos falsos, o la busco cuanto antes para dejar las cosas claras.	
23	Con frecuencia paso un mal rato al decir "no".	
24	Suelo reprimir mis emociones antes de hacer una escena.	
25	En el restaurante o en cualquier sitio semejante, protesto por un mal servicio.	
26	Cuando me alaban con frecuencia, no sé qué responder.	
27	Si dos personas en el teatro o en una conferencia están hablando demasiado alto, les digo que se callen o que se vayan a hablar a otra parte.	
28	Si alguien se me cuela en una fila, le llamo abiertamente la atención.	
29	Expreso mis opiniones con facilidad.	
30	Hay ocasiones en que soy incapaz de decir nada.	

Anexo B: Instrumento de evaluación



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE
CHIHUAHUA

Este documento contiene un instrumento para evaluar la factibilidad del proyecto que se propone como parte de la tesis titulada ““Proyecto factible para la intervención en crisis emocionales en alumnos de media superior mediante la comunicación efectiva “y cuya defensa es requisito de titulación de la Maestría en Comunicación.

Maestrante: Lic. Celeste Navidad Domínguez

Director de tesis: Dr. Daniel Alberto Sierra Carpio (UACH)

Co director de tesis: Dr. Oscar Esparza del Villar (UACJ)

Proyecto "Proyecto factible para la intervención en crisis emocionales en alumnos de media superior mediante la comunicación efectiva "

Se realiza un análisis del nivel de comunicación asertiva de "La prepa", donde se evalúan docentes, administrativos y alumnos, detectando la capacidad de los docentes para contener crisis emocionales en los estudiantes. Con base análisis se crea un taller de capacitación dirigido a docentes y administrativos para capacitarlos en contención de crisis emocionales por medio de la comunicación efectiva.

Tipos de factibilidad que se estarán evaluando	Ítems
Factibilidad técnica	4
Factibilidad operativa	5
Factibilidad económica	4
Factibilidad institucional	4
Factibilidad social y cultural	5
Factibilidad ética	5
Factibilidad psicológica	4

Factibilidad técnica

Evalúa si la intervención propuesta cuenta con las herramientas y métodos adecuados para mejorar la comunicación y detectar problemas psicológicos. Esto puede incluir la disponibilidad de materiales, recursos educativos o plataformas digitales, y la capacitación necesaria para el personal.

Factibilidad operativa

Analiza si el proyecto es viable en el contexto escolar, considerando factores como horarios, personal necesario, apoyo de los docentes y disposición de espacios para actividades.

También evalúa si el personal y los estudiantes pueden integrarse fácilmente al proyecto sin afectar sus responsabilidades académicas.

Factibilidad económica

Determina si los recursos financieros disponibles son suficientes para implementar el proyecto, incluyendo costos de capacitación, materiales, infraestructura (si se requieren aulas o consultorios) y honorarios para especialistas (psicólogos, orientadores, etc.).

Factibilidad social y cultural

Evalúa cómo perciben los estudiantes, el personal docente y los padres de familia este tipo de intervenciones. La receptividad cultural y social es clave, especialmente en temas de salud mental, donde el estigma puede ser una barrera.

Factibilidad ética

Asegura que la intervención respete la confidencialidad, el consentimiento informado y la integridad de los participantes. Este tipo de factibilidad también evalúa cómo el proyecto aborda aspectos sensibles como la privacidad y el respeto de las diferencias individuales y familiares.

Factibilidad psicológica

Examina la disposición y preparación emocional del equipo para trabajar con estudiantes que enfrentan problemas de salud mental, así como la estructura de apoyo para manejar situaciones de crisis y referir a los estudiantes a servicios especializados de salud mental.

Factibilidad institucional

Considera si la institución apoya la implementación del proyecto, si se alinea con sus políticas y si existe un marco regulatorio o normativo que facilite su adopción. También es relevante verificar si existen permisos y acuerdos entre autoridades escolares y de salud mental.

Juez I:

FORMATO PARA EVALUAR LA VALIDEZ DE CONTENIDO

Nombre completo del juez:	Jessica Caraveo
Formación académica:	Psicóloga con especialidad en el área clínica
Áreas de experiencia profesional:	Consulta privada, docencia y coordinadora de la carrera de Psicología en CCU
Años de experiencia:	5
Cargo actual:	Terapeuta Privada
Institución:	Consultorio Privado

Factibilidad	Ítem	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
Técnica	La persona a cargo de la intervención cuenta con la capacitación técnica adecuada para mejorar la comunicación asertiva con los estudiantes.				x
Técnica	El proyecto dispone de materiales didácticos específicos para la capacitación en detección y comunicación efectiva.				x
Técnica	El proyecto contempla herramientas y recursos tecnológicos (como plataformas de comunicación interna o recursos de capacitación en línea) disponibles y amigables para el personal.			x	
Técnica	El proyecto cuenta con protocolos y guías accesibles que facilitan la identificación de signos tempranos de problemas psicológicos entre los estudiantes.				x

Factibilidad	ítem	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
Operativa	Los horarios y cargas de trabajo permiten que los maestros y el personal administrativo participen en la capacitación sin afectar sus tareas cotidianas.				x
Operativa	El espacio físico o virtual para las sesiones de capacitación es adecuado y está disponible en la institución.				x
Operativa	Los recursos operativos (como equipos audiovisuales o plataformas digitales) están disponibles para la implementación de las capacitaciones.				x
Operativa	Existe un plan bien estructurado que define el calendario, los temas de capacitación y las sesiones de actualización necesarias.			x	
Operativa	El proyecto define un sistema de seguimiento para que el personal aplique los conocimientos adquiridos en su interacción con los estudiantes.				x

Factibilidad	ítem	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
Económica	El proyecto presenta un presupuesto global que está dentro de los límites razonables para una institución de educación media superior privada.				x
Económica	El presupuesto presenta un rubro para cubrir los materiales de capacitación				x
Económica	El presupuesto presenta un rubro para cubrir los honorarios de los instructores o especialistas que impartan la capacitación.				x

Económica	Los materiales, herramientas y honorarios del presupuesto del proyecto cuentan con un costo factible de cubrir por la institución				x
-----------	---	--	--	--	---

Factibilidad	ítem	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
Institucional	Es factible que la administración de la escuela respalde el proyecto y facilite su implementación a nivel institucional				x
Institucional	Existen políticas institucionales de apoyo al bienestar estudiantil que son consistentes con el propósito de la capacitación.				x
Institucional	El proyecto de capacitación está alineado con los valores y la misión institucional de promover un ambiente seguro y de apoyo para los estudiantes.				x
Institucional	La institución se vería beneficiada de alguna forma con la implementación de este proyecto.				x

Factibilidad	ítem	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
Social y cultural	La capacitación incluye estrategias para reducir el estigma en temas de salud mental dentro de la comunidad educativa.				x
Social y cultural	La intervención respeta y promueve la diversidad cultural y social de los estudiantes y del personal escolar			x	

Social y cultural	Los docentes y el personal administrativo se verán beneficiados al recibir capacitación en comunicación y detección de problemas psicológicos.				x
Social y cultural	El proyecto general beneficia a padres o tutores, así como a los estudiantes.				x
Social y cultural	El proyecto tiene un impacto social claramente definido				x

Factibilidad	ítem	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
Ética	La capacitación incluye prácticas que aseguran la confidencialidad de la información sensible sobre los estudiantes.				x
Ética	Se obtiene el consentimiento del personal para participar en las capacitaciones, y se respetan sus opiniones e inquietudes.				x
Ética	Las estrategias de comunicación asertiva y de detección propuestas respetan los derechos y la dignidad de cada estudiante.				x
Ética	Se promueve la empatía y el respeto como principios éticos en las interacciones con los estudiantes				x
Ética	El proyecto propone lineamientos éticos claros para la interacción con estudiantes en situaciones sensibles o de riesgo				x

Factibilidad	ítem	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
Psicológica	La capacitación incluye pautas para que el personal maneje situaciones de crisis con los estudiantes de forma segura y efectiva.				x
Psicológica	La capacitación contempla el brindar apoyo emocional y supervisión al personal que participa en la detección de estudiantes en riesgo, para prevenir el desgaste emocional.				x
Psicológica	Los capacitadores cuentan con la experiencia y empatía necesarias para ayudar al personal a desarrollar competencias emocionales.				x
Psicológica	Existen recursos o sesiones de apoyo para el personal que requiera orientación adicional tras la capacitación en detección y comunicación.				x

Juez II:

FORMATO PARA EVALUAR LA VALIDEZ DE CONTENIDO

Nombre completo del juez:	Narda Holguín
Formación académica:	Psicóloga
Áreas de experiencia profesional:	Docente, Mentora universitaria, Coordinadora de docentes de “La Prepa”
Años de experiencia:	9
Cargo actual:	Terapeuta Privada
Institución:	“La Prepa”

Factibilidad	ítem	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
Técnica	La persona a cargo de la intervención cuenta con la capacitación técnica adecuada para mejorar la comunicación asertiva con los estudiantes.				x
Técnica	El proyecto dispone de materiales didácticos específicos para la capacitación en detección y comunicación efectiva.			x	
Técnica	El proyecto contempla herramientas y recursos tecnológicos (como plataformas de comunicación interna o recursos de capacitación en línea) disponibles y amigables para el personal.			x	
Técnica	El proyecto cuenta con protocolos y guías accesibles que facilitan la identificación de signos tempranos de problemas psicológicos entre los estudiantes.				x

Factibilidad	ítem	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
Operativa	Los horarios y cargas de trabajo permiten que los maestros y el personal administrativo participen en la capacitación sin afectar sus tareas cotidianas.				x
Operativa	El espacio físico o virtual para las sesiones de capacitación es adecuado y está disponible en la institución.				x
Operativa	Los recursos operativos (como equipos audiovisuales o plataformas digitales) están disponibles para la implementación de las capacitaciones.				x

Operativa	Existe un plan bien estructurado que define el calendario, los temas de capacitación y las sesiones de actualización necesarias.			x	
Operativa	El proyecto define un sistema de seguimiento para que el personal aplique los conocimientos adquiridos en su interacción con los estudiantes.			x	

Factibilidad	ítem	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
Económica	El proyecto presenta un presupuesto global que está dentro de los límites razonables para una institución de educación media superior privada.				x
Económica	El presupuesto presenta un rubro para cubrir los materiales de capacitación				x
Económica	El presupuesto presenta un rubro para cubrir los honorarios de los instructores o especialistas que impartan la capacitación.				x
Económica	Los materiales, herramientas y honorarios del presupuesto del proyecto cuentan con un costo factible de cubrir por la institución				x

Factibilidad	ítem	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
Institucional	Es factible que la administración de la escuela respalde el proyecto y facilite su implementación a nivel institucional				x
Institucional	Existen políticas institucionales de apoyo al bienestar estudiantil que son consistentes con el propósito de la capacitación.				x

Institucional	El proyecto de capacitación está alineado con los valores y la misión institucional de promover un ambiente seguro y de apoyo para los estudiantes.				x
Institucional	La institución se vería beneficiada de alguna forma con la implementación de este proyecto.				x

Factibilidad	Ítem	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
Social y cultural	La capacitación incluye estrategias para reducir el estigma en temas de salud mental dentro de la comunidad educativa.			x	
Social y cultural	La intervención respeta y promueve la diversidad cultural y social de los estudiantes y del personal escolar				x
Social y cultural	Los docentes y el personal administrativo se verán beneficiados al recibir capacitación en comunicación y detección de problemas psicológicos.				x
Social y cultural	El proyecto general beneficios a padres o tutores, así como a los estudiantes.				x
Social y cultural	El proyecto tiene un impacto social claramente definido			x	

Factibilidad	ítem	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
Ética	La capacitación incluye prácticas que aseguran la confidencialidad de la información sensible sobre los estudiantes.				x
Ética	Se obtiene el consentimiento del personal para participar en las capacitaciones, y se respetan sus opiniones e inquietudes.				x
Ética	Las estrategias de comunicación asertiva y de detección propuestas respetan los derechos y la dignidad de cada estudiante.				x
Ética	Se promueve la empatía y el respeto como principios éticos en las interacciones con los estudiantes				x
Ética	El proyecto propone lineamientos éticos claros para la interacción con estudiantes en situaciones sensibles o de riesgo				x

Factibilidad	ítem	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
Psicológica	La capacitación incluye pautas para que el personal maneje situaciones de crisis con los estudiantes de forma segura y efectiva.				x
Psicológica	La capacitación contempla el brindar apoyo emocional y supervisión al personal que participa en la detección de estudiantes en riesgo, para prevenir el desgaste emocional.				x

Psicológica	Los capacitadores cuentan con la experiencia y empatía necesarias para ayudar al personal a desarrollar competencias emocionales.				x
Psicológica	Existen recursos o sesiones de apoyo para el personal que requiera orientación adicional tras la capacitación en detección y comunicación.				x

Juez III:

FORMATO PARA EVALUAR LA VALIDEZ DE CONTENIDO

Nombre completo del juez:	David Reynaldo Díaz Rascón
Formación académica:	Doctor en comunicación y sociología (URJC.es)
Áreas de experiencia profesional:	Comunicación social y enseñanza universitaria
Años de experiencia:	27 años
Cargo actual:	Académico investigador de tiempo completo
Institución:	Universidad Autónoma de Chihuahua

Factibilidad	í t e m	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
Técnica	La persona a cargo de la intervención cuenta con la capacitación técnica adecuada para mejorar la comunicación asertiva con los estudiantes.				x
Técnica	El proyecto dispone de materiales didácticos específicos para la capacitación en				x

	detección y comunicación efectiva.				
Técnica	El proyecto contempla herramientas y recursos tecnológicos (como plataformas de comunicación interna o recursos de capacitación en línea) disponibles y amigables para el personal.				x
Técnica	El proyecto cuenta con protocolos y guías accesibles que facilitan la identificación de signos tempranos de problemas psicológicos entre los estudiantes.				x

Factibilidad	ítem	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
Operativa	Los horarios y cargas de trabajo permiten que los maestros y el personal administrativo participen en la capacitación sin afectar sus tareas cotidianas.				x
Operativa	El espacio físico o virtual para las sesiones de capacitación es adecuado y está disponible en la institución.				x
Operativa	Los recursos operativos (como equipos audiovisuales o plataformas digitales) están disponibles para la implementación de las capacitaciones.				x
Operativa	Existe un plan bien estructurado que define el calendario, los temas de capacitación y las sesiones de actualización necesarias.				x
Operativa	El proyecto define un sistema de seguimiento para que el personal aplique los conocimientos adquiridos en su interacción con los estudiantes.				x

Factibilidad	ítem	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
Económica	El proyecto presenta un presupuesto global que está dentro de los límites razonables para una institución de educación media superior privada.				x
Económica	El presupuesto presenta un rubro para cubrir los materiales de capacitación				x
Económica	El presupuesto presenta un rubro para cubrir los honorarios de los instructores o especialistas que impartan la capacitación.				x

Económica	Los materiales, herramientas y honorarios del presupuesto del proyecto cuentan con un costo factible de cubrir por la institución				x
-----------	---	--	--	--	---

Factibilidad	ítem	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
Institucional	Es factible que la administración de la escuela respalde el proyecto y facilite su implementación a nivel institucional				x
Institucional	Existen políticas institucionales de apoyo al bienestar estudiantil que son consistentes con el propósito de la capacitación.				x
Institucional	El proyecto de capacitación está alineado con los valores y la misión institucional de promover un ambiente seguro y de apoyo para los estudiantes.				x
Institucional	La institución se vería beneficiada de alguna forma con la implementación de este proyecto.				x

Factibilidad	ítem	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
Social y cultural	La capacitación incluye estrategias para reducir el estigma en temas de salud mental dentro de la comunidad educativa.				x
Social y cultural	La intervención respeta y promueve la diversidad cultural y social de los estudiantes y del personal escolar				x

Social y cultural	Los docentes y el personal administrativo se verán beneficiados al recibir capacitación en comunicación y detección de problemas psicológicos.				x
Social y cultural	El proyecto general beneficia a padres o tutores, así como a los estudiantes.				x
Social y cultural	El proyecto tiene un impacto social claramente definido				x

Factibilidad	ítem	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
Psicológica	La capacitación incluye pautas para que el personal maneje situaciones de crisis con los estudiantes de forma segura y efectiva.				x
Psicológica	La capacitación contempla el brindar apoyo emocional y supervisión al personal que participa en la detección de estudiantes en riesgo, para prevenir el desgaste emocional.				x
Psicológica	Los capacitadores cuentan con la experiencia y empatía necesarias para ayudar al personal a desarrollar competencias emocionales.				x
Psicológica	Existen recursos o sesiones de apoyo para el personal que requiera orientación adicional tras la capacitación en detección y comunicación.				x

Anexo C: Análisis de Factibilidad

Factibilidad	Item	Juez 1	Juez 2	Juez 3	Promedio ítem	Desviación estandar	V de Eiken	A	B	c	Limite inferior	Limite superior	Jueces	K=4-1
Técnica	La persona a cargo de la intervención cuenta con la capacitación técnica adecuada para mejorar la comunicación asertiva con los estudiantes.	4	4	4	4.00	0.00	1.00	21.84	3.84	25.68	0.70	1.00	3	3
Técnica	El proyecto dispone de materiales didácticos específicos para la capacitación en detección y comunicación efectiva.	4	3	4	3.67	0.47	0.89	19.84	5.33	25.68	0.56	0.98		
Técnica	El proyecto contempla herramientas y recursos tecnológicos (como plataformas de comunicación interna o recursos de capacitación en línea) disponibles y amigables para el personal.	3	3	4	3.33	0.47	0.78	17.84	6.22	25.68	0.45	0.94		
Técnica	El proyecto cuenta con protocolos y guías accesibles que facilitan la identificación de signos tempranos de problemas psicológicos entre los estudiantes.	4	4	4	4.00	0.00	1.00	21.84	3.84	25.68	0.70	1.00		
total factibilidad técnica		3.75	3.5	4	3.75	0.20	0.92	20.34	5.03	25.68	0.60	0.99		

Operativa	Los horarios y cargas de trabajo permiten que los maestros y el personal administrativo participen en la capacitación sin afectar sus tareas cotidianas.	4	4	4	4.00	0.00	1.00	21.84	3.84	25.68	0.70	1.00
Operativa	El espacio físico o virtual para las sesiones de capacitación es adecuado y está disponible en la	4	4	4	4.00	0.00	1.00	21.84	3.84	25.68	0.70	1.00
Operativa	Los recursos operativos (como equipos audiovisuales o plataformas digitales) están disponibles para la	4	4	4	4.00	0.00	1.00	21.84	3.84	25.68	0.70	1.00
Operativa	Existe un plan bien estructurado que define el calendario, los temas de capacitación y las sesiones de actualización necesarias.	3	3	4	3.33	0.47	0.78	17.84	6.22	25.68	0.45	0.94
Operativa	El proyecto define un sistema de seguimiento para que el personal aplique los conocimientos adquiridos en su interacción con	4	3	4	3.67	0.47	0.89	19.84	5.33	25.68	0.56	0.98
Total factibilidad operativa		3.8	3.6	4	3.8	0.16	0.93	20.64	4.83	25.68	0.62	0.99

Facultad de Ciencias Políticas y Sociales

Económica	El proyecto presenta un presupuesto global que está dentro de los límites razonables para una institución de educación	4	4	4	4.00	0.00	1.00	21.84	3.84	25.68	0.70	1.00
Económica	El presupuesto presenta un rubro para cubrir los materiales de	4	4	4	4.00	0.00	1.00	21.84	3.84	25.68	0.70	1.00
Económica	El presupuesto presenta un rubro para cubrir los honorarios de los instructores o especialistas que impartan la capacitación.	4	4	4	4.00	0.00	1.00	21.84	3.84	25.68	0.70	1.00
Económica	Los materiales, herramientas y honorarios del presupuesto del proyecto cuentan con un costo factible de cubrir por la institución	4	4	4	4.00	0.00	1.00	21.84	3.84	25.68	0.70	1.00
Total factibilidad económica		4	4	4	4	0.00	1.00	21.84	3.84	25.68	0.70	1.00
Institucional	Es factible que la administración de la escuela respalde el proyecto y facilite su implementación a nivel	4	4	4	4.00	0.00	1.00	21.84	3.84	25.68	0.70	1.00
Institucional	Existen políticas institucionales de apoyo al bienestar estudiantil que son consistentes con el propósito de la capacitación.	4	4	4	4.00	0.00	1.00	21.84	3.84	25.68	0.70	1.00
Institucional	El proyecto de capacitación está alineado con los valores y la misión institucional de promover un ambiente seguro y de apoyo	4	4	4	4.00	0.00	1.00	21.84	3.84	25.68	0.70	1.00
Institucional	La institución se vería beneficiada de alguna forma con la implementación de este proyecto.	4	4	4	4.00	0.00	1.00	21.84	3.84	25.68	0.70	1.00
Total factibilidad institucional		4	4	4	4	0.00	1.00	21.84	3.84	25.68	0.70	1.00
Social y cultural	La capacitación incluye estrategias para reducir el estigma en temas de salud mental dentro de la comunidad educativa.	4	3	4	3.67	0.47	0.89	19.84	5.33	25.68	0.56	0.98
Social y cultural	La intervención respeta y promueve la diversidad cultural y social de los estudiantes y del	3	4	4	3.67	0.47	0.89	19.84	5.33	25.68	0.56	0.98
Social y cultural	Los docentes y el personal administrativo se verán beneficiados al recibir capacitación en comunicación y detección de	4	4	4	4.00	0.00	1.00	21.84	3.84	25.68	0.70	1.00
Social y cultural	El proyecto general beneficia a padres o tutores, así como a los	4	4	4	4.00	0.00	1.00	21.84	3.84	25.68	0.70	1.00
Social y cultural	El proyecto tiene un impacto social claramente definido	4	4	4	4.00	0.00	1.00	21.84	3.84	25.68	0.70	1.00
total factibilidad social y cultural		3.8	3.8	4	3.87	0.09	0.96	21.04	4.54	25.68	0.64	1.00

Facultad de Ciencias Políticas y Sociales

Ética	La capacitación incluye prácticas que aseguran la confidencialidad de la información sensible sobre los estudiantes.	4	4	4	4.00	0.00	1.00	21.84	3.84	25.68	0.70	1.00
Ética	Se obtiene el consentimiento del personal para participar en las capacitaciones, y se respetan sus opiniones e inquietudes.	4	4	4	4.00	0.00	1.00	21.84	3.84	25.68	0.70	1.00
Ética	Las estrategias de comunicación asertiva y de detección propuestas respetan los derechos y la dignidad de cada estudiante.	4	4	4	4.00	0.00	1.00	21.84	3.84	25.68	0.70	1.00
Ética	Se promueve la empatía y el respeto como principios éticos en las interacciones con los	4	4	4	4.00	0.00	1.00	21.84	3.84	25.68	0.70	1.00
Ética	El proyecto propone lineamientos éticos claros para la interacción con estudiantes en situaciones sensibles o de riesgo	4	4	4	4.00	0.00	1.00	21.84	3.84	25.68	0.70	1.00
Total factibilidad ética		4	4	4	4	0.00	1.00	21.84	3.84	25.68	0.70	1.00

Psicológica	La capacitación incluye pautas para que el personal maneje situaciones de crisis con los estudiantes de forma segura y	4	4	4	4.00	0.00	1.00	21.84	3.84	25.68	0.70	1.00
Psicológica	La capacitación contempla el brindar apoyo emocional y supervisión al personal que participa en la detección de estudiantes en riesgo, para	4	4	4	4.00	0.00	1.00	21.84	3.84	25.68	0.70	1.00
Psicológica	Los capacitadores cuentan con la experiencia y empatía necesarias para ayudar al personal a desarrollar competencias	4	4	4	4.00	0.00	1.00	21.84	3.84	25.68	0.70	1.00
Psicológica	Existen recursos o sesiones de apoyo para el personal que requiera orientación adicional tras la capacitación en detección y	4	4	4	4.00	0.00	1.00	21.84	3.84	25.68	0.70	1.00
Total factibilidad psicológica		4	4	4	4	0.00	1.00	21.84	3.84	25.68	0.70	1.00

Anexo B: Carta de liberación de tesis, carta de certificación de revisión, Carta de autoría,

Anexo C: Reporte de autenticidad por el software anti-plagio que sea señalado por la coordinación de investigación de la facultad

Anexo D: en caso de haber realizado entrevistas, la transcripción de estas. En caso de no haber realizado entrevistas se omite el anexo D

Anexo E (opcional): si no se realizaron entrevistas este anexo puede ser el D, es opcional y servirá para adjuntar información que se considere relevante.

Nota: los anexos A, B, C, etc., no se incluyen en el índice temático, ya que solamente se debe incluir esta página en el índice para informar al lector donde inician los anexos.