

**UNIVERSIDAD NACIONAL
JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN**



ESCUELA DE POSGRADO

TESIS

**“ALEXITIMIA EN EL APRENDIZAJE DE
LOS ALUMNOS DE LA FACULTAD DE
EDUCACIÓN DE LA UNIVERSIDAD
NACIONAL JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ
CARRIÓN-HUACHO, DURANTE EL CICLO
ACADEMICO 2014-I”**

PRESENTADO POR:

ROBERTO CARLOS LOZA LANDA

**PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE MAESTRO EN DOCENCIA
SUPERIOR E INVESTIGACIÓN UNIVERSITARIA**

ASESOR:

Dr. NEL FERNANDO ENCARNACIÓN VALENTIN

HUACHO - 2021

**“ALEXITIMIA EN EL APRENDIZAJE DE LOS ALUMNOS DE LA
FACULTAD DE EDUCACIÓN DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL
JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN-HUACHO, DURANTE EL
CICLO ACADEMICO 2014-I”**

ROBERTO CARLOS LOZA LANDA

TESIS DE MAESTRÍA

ASESOR: Dr. NEL FERNANDO ENCARNACIÓN VALENTIN

**UNIVERSIDAD NACIONAL
JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN
ESCUELA DE POSGRADO
MAESTRO EN DOCENCIA SUPERIOR E INVESTIGACIÓN UNIVERSITARIA
HUACHO
2021**

DEDICATORIA

A toda mi familia, mis alumnos y a las nuevas generaciones de maestros que se formaran en la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, por brindarle a mi vida razón y motivos para emprender nuevos retos y caminos. Sabiendo que nunca cesará en ellos la capacidad de emprendimiento y esforzado amor por cada uno de los integrantes de sus familias para el logro del desarrollo personal y social.

Roberto Carlos Loza Landa

AGRADECIMIENTO

Toda la consideración y agradecimiento especial a mi colega asesor, el Dr. Nel Fernando Encarnación Valentín, por su paciencia y continuo apoyo mostrado de manera desinteresada e incondicional, para poder planificar, desarrollar y suplir el informe final de tesis.

También agradezco, de forma sincera y fraterna a las autoridades, docentes, y alumnos de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión del Distrito de Huacho, los cuales me brindaron su tiempo valioso del proceso enseñanza aprendizaje para apoyarme en la ejecución de mi estudio.

En mi familia, debo destacar a las personas que me dieron la vida, mis padres; que siempre me han animado, brindándome su confianza, apoyo y consejos; para vencer permanentemente las dificultades y desafíos que la vida me trae, muchas gracias.

Roberto Carlos Loza Landa

ÍNDICE

DEDICATORIA	iii
AGRADECIMIENTO	iv
RESUMEN	viii
ABSTRACT	ix
CAPÍTULO I	1
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	1
1.1 Descripción de la realidad problemática	1
1.2 Formulación del problema	2
1.2.1 Problema general	2
1.2.2 Problemas específicos	3
1.3 Objetivos de la investigación	3
1.3.1 Objetivo general	3
1.3.2 Objetivos específicos	3
1.4 Justificación de la investigación	4
1.5 Delimitaciones del estudio	4
CAPÍTULO II	6
MARCO TEÓRICO	6
2.1 Antecedentes de la investigación	6
2.1.1 Investigaciones internacionales	6
2.1.2 Investigaciones nacionales	8
2.2 Bases teóricas	11
2.2.1 Alexitimia	11
2.2.1.1 Factores causales de la alexitimia	12
2.2.2 Aprendizaje	15
2.2.2.1 Condiciones de aprendizaje	16
2.3 Bases filosóficas	17
2.3.1 Alexitimia	17
2.3.1.1 Definiciones de la alexitimia	17
2.3.1.2 Modelos explicativos de la alexitimia	18
2.3.1.3 Clasificación de la alexitimia	20
2.3.1.4 Características de la alexitimia	21
2.3.1.5 Perfil de la personalidad alexitimia	22
2.3.1.6 Rasgos de la alexitimia	23

2.3.1.7. El procesamiento de estímulos emocionales en la alexitimia	24
2.3.1.8. Alexitimia y personalidad	26
2.3.2. Aprendizaje	28
2.3.2.1. Definición	28
2.3.2.2. Teoría y filosofía del aprendizaje	29
2.3.2.3. Conducción de la investigación	30
2.3.2.4. Evaluación del aprendizaje	32
2.3.2.5. ¿Cómo ocurre el aprendizaje?	35
2.3.2.6. Neurociencia del aprendizaje	36
2.3.2.7. Aprendizaje en la sociedad del conocimiento	37
2.3.2.8. Principio del aprendizaje	40
2.4 Definición de términos básicos	43
2.5 Hipótesis de investigación	45
2.5.1 Hipótesis general	45
2.5.2 Hipótesis específicas	45
2.6 Operacionalización de las variables	46
CAPÍTULO III	48
METODOLOGÍA	48
3.1 Diseño metodológico	48
3.2 Población y muestra	48
3.2.1 Población	48
3.2.2 Muestra	48
3.3 Técnicas de recolección de datos	49
3.4 Técnicas para el procesamiento de la información	49
CAPÍTULO IV	50
RESULTADOS	50
4.1 Análisis de resultados	50
4.2 Contrastación de hipótesis	70
CAPÍTULO V	71
DISCUSIÓN	71
5.1 Discusión de resultados	71
CAPÍTULO VI	72
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	72
6.1 Conclusiones	72
6.2 Recomendaciones	73

REFERENCIAS	74
7.1 Fuentes documentales	74
7.2 Fuentes bibliográficas	75
ANEXOS	78

RESUMEN

El presente estudio tiene el siguiente propósito, determinar la influencia que ejerce la alexitimia en el aprendizaje de los alumnos de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión-Huacho, durante el ciclo académico 2014-I. Para este fin la pregunta de investigación es la siguiente: ¿De qué manera influye la alexitimia en el aprendizaje de los alumnos de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión-Huacho, durante el ciclo académico 2014-I? la pregunta de investigación se responde a través de la lista de cotejo sobre la alexitimia en el aprendizaje de los alumnos, la misma que consta con una tabla de doble entrada de 20 ítems y 5 alternativas a las que se les asignó un valor cuantitativo para procesar los datos en el sistema estadístico SPSS, este instrumento fue aplicado por el equipo de apoyo del investigador a los 200 sujetos muestrales seleccionados estocásticamente. Los resultados guardan relación con lo que sostiene Chicaiza (2017), en su estudio concluyó que: Se satisface la hipótesis alternativa, dado que la alexitimia se relaciona con la depresión de una persona privada de libertad, se presenta una clara alexitimia y también refleja depresión de diferente gravedad. Se concluyó que, la alexitimia influye significativamente en el aprendizaje de los alumnos, ya que interfiere en el trabajo cognitivo, lo que genera dificultades en la autorregulación de las emociones y la reorganización de sus propios procesos biológicos.

Palabras clave: Alexitimia, aprendizaje, sentimiento, pensamiento, emoción.

ABSTRACT

The present study has the following purpose, to determine the influence that alexithymia exerts on the learning of students of the Faculty of Education of the National University José Faustino Sánchez Carrión-Huacho, during the academic cycle 2014-I. For this purpose, the research question is the following: How does alexithymia influence the learning of students of the Faculty of Education of the National University José Faustino Sánchez Carrión-Huacho, during the academic cycle 2014-I? The research question is answered through the checklist on alexithymia in student learning, which consists of a double-entry table of 20 items and 5 alternatives to which a quantitative value was assigned to process the data in the SPSS statistical system, this instrument was applied by the investigator's support team to the 200 stochastically selected sample subjects. The results are related to what Chicaiza (2017) maintains, in his study I conclude that: the alternative hypothesis is fulfilled, since alexithymia is related to depression in people deprived of liberty of the maximum security pavilion of the Stage of Men from the Sierra Centro Norte Regional Social Rehabilitation Center, the data showed that the highest number of PPL (s) evaluated present definitive alexithymia and at the same time reflect depression in its different levels of severity. It was concluded that alexithymia significantly influences student learning, since it interferes with cognitive work, which generates difficulties in the self-regulation of emotions and the reorganization of their own biological processes.

Keywords: Alexithymia, learning, feeling, thought, emotion.

INTRODUCCIÓN

La alexitimia debe considerarse como una dimensión de la expresión emocional que contribuye al diagnóstico, pronóstico y tratamiento. En lugar de intentar establecer una relación directa con los trastornos psicósomáticos, la alexitimia debe verse como una estructura que no tiene nada que ver con otros trastornos y puede resolverse de forma independiente. Esta dificultad conduce a la capacidad de las personas deficientes para desarrollar empatía, expresar emociones y creer en secretos. Esto generalmente está relacionado con la depresión, la ansiedad, la adicción o rasgos de personalidad inapropiados (como la evitación y la introversión).

En este marco, he realizado el presente trabajo de investigación, que busca determinar la influencia que ejerce la alexitimia en el aprendizaje de los alumnos de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión-Huacho, durante el ciclo académico 2014-I; el mismo que se divide en seis capítulos:

El primer capítulo corresponde al **planteamiento del problema**, donde desarrollo la descripción de la realidad problemática, realizo la formulación del problema, se determinan los objetivos de la investigación, la justificación y las delimitaciones del estudio. En el segundo capítulo desarrollo el **marco teórico**, donde considero a los antecedentes de la investigación, las bases teóricas, las bases filosóficas, la definición de términos básicos, las hipótesis de investigación y la operacionalización de variables.

En el tercer capítulo doy a conocer la **metodología** de la investigación empleada, en el cuarto los **resultados** de la investigación con el análisis de los resultados y contrastación de hipótesis, en el quinto capítulo doy a conocer la **discusión** y en el sexto las **conclusiones y recomendaciones** a las que he arribado en el presente estudio. Además de las referencias bibliográficas y anexos del estudio.

Así es como desarrollo la tesis, los pasos o etapas se explican en cada capítulo. Esperamos que con el desarrollo de esta investigación se generen nuevos conocimientos, que generen nuevas ideas y preguntas para la investigación en las diferentes áreas del saber.

Para todas las investigaciones, solo necesitamos utilizar bien al método científico, tener una amplia disposición a hacer bien las cosas y un espíritu de innovación.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Descripción de la realidad problemática

Desde un principio, las personas han sido capacitadas en aspectos espirituales, físicos, colectivos y religiosos, lo que le facilita el cambio y desarrollo en la sociedad; entre las características psicológicas, tenemos las emociones, sentimientos, pensamientos, etc., que se ven afectados por algunas personas siendo incapaz de comprender y expresarse.

Por esta razón, es muy importante realizar estudios para medir la alexitimia en estudiantes de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, ya que durante años se observa que el nivel y rendimiento académico de los alumnos ha descendido y ello se da por diferentes factores. Uno de ellos es la alexitimia y su influencia en el aprendizaje de los alumnos determina su desarrollo personal, profesional y social. Por ello, la motivación como docente universitario para planificar, desarrollar y ejecutar el estudio sobre las variables: alexitimia y aprendizaje, esperando abrir las puertas a futuras investigaciones sobre estos conceptos que afectan mucho hoy a la población juvenil en su sano objetivo por desarrollarse profesionalmente.

Esta discapacidad, incluidos los aspectos emocionales, se generaliza como alexitimia. La alexitimia se define como la falta del habla o escritura para expresar emociones y sentimientos, que genera serios problemas en la comunicación interpersonal y en la aplicación comunitario, es más o menos permanente y perseverante en diferentes entornos. Desde este criterio, la alexitimia puede constituir una cualidad o parte de un rasgo de temperamento cuando actúa como factor perturbador en la interacción emocional y social del individuo.

Los estudiantes necesitan ser personas socialmente capaces de involucrarse para que puedan expresar adecuadamente sus emociones hasta que puedan empatizar con los demás, por lo que se debe incentivar a los estudiantes a desarrollar la capacidad emocional que incide en el aprendizaje de reconocer las emociones de los demás de manera que, mediante el establecimiento de una comunicación adecuada, la efectividad de sus acciones se ve influenciada.

Hoy en día, a diferentes personas a menudo les resulta difícil expresar y reconocer correctamente sus emociones. Este sentimiento de no poder reconocerse a sí mismo se llama alexitimia.

Los individuos con buenas inteligencia emocional también son más propensos a sentirse complacidos y efectivos en la vida, dominando las costumbres de pensamiento que promueven su misma producción; aquellos que no pueden colocar la disposición en su vida emocional, la lucha interior destruirá su enfoque en el trabajo y pensar con claridad. Si no analizamos nuestros propios sentimientos, no podemos deshacernos del estado de embotamiento emocional y no podemos esperar establecer relaciones satisfactorias con los demás. Este retraso emocional también se llama alexitimia.

Es importante señalar que el educador está equipado con diversas herramientas y técnicas de intervención para promover el bienestar de las personas. Pero ¿y si ese profesional es emocionalmente inestable o tiene conflictos que le impiden hacer su trabajo con calidad? Evidentemente, de una forma u otra, perjudican que la persona que utiliza sus servicios no logre las metas esperadas; es decir, bienestar.

En otras palabras, es necesario saber si existen alexitimias graves entre estos futuros profesionales de la educación, lo que les dificulta el desarrollo de su potencial humano, especialmente para promover el bienestar de los demás.

1.2 Formulación del problema

1.2.1 Problema general

¿De qué manera influye la alexitimia en el aprendizaje de los alumnos de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión-Huacho, durante el ciclo académico 2014-I?

1.2.2 Problemas específicos

- ¿Cómo influye la dificultad para identificar los sentimientos en el aprendizaje de los alumnos de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión-Huacho, durante el ciclo académico 2014-I?
- ¿Cómo influye la dificultad para expresar los sentimientos en el aprendizaje de los alumnos de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión-Huacho, durante el ciclo académico 2014-I?
- ¿Cómo influye el pensamiento orientado a aspectos externos en el aprendizaje de los alumnos de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión-Huacho, durante el ciclo académico 2014-I?

1.3 Objetivos de la investigación

1.3.1 Objetivo general

Determinar la influencia que ejerce la alexitimia en el aprendizaje de los alumnos de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión-Huacho, durante el ciclo académico 2014-I.

1.3.2 Objetivos específicos

- Conocer la influencia que ejerce la dificultad para identificar los sentimientos en el aprendizaje de los alumnos de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión-Huacho, durante el ciclo académico 2014-I.
- Establecer la influencia que ejerce la dificultad para expresar los sentimientos en el aprendizaje de los alumnos de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión-Huacho, durante el ciclo académico 2014-I.
- Conocer la influencia que ejerce el pensamiento orientado a aspectos externos en el aprendizaje de los alumnos de la Facultad de Educación de la

Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión-Huacho, durante el ciclo académico 2014-I.

1.4 Justificación de la investigación

Esta investigación surge de la alexitimia y los problemas de aprendizaje, por lo que se considera necesario e importante realizar el estudio para que los médicos, psicólogos y maestros que laboran con los alumnos logren tener mejores criterios, herramientas adecuadas y así tomar decisiones acertadas que beneficien al aprendizaje de los jóvenes.

La aparición de la alexitimia en una variedad de trastornos mentales y conductuales de carácter somático, implican un cambio y dificultad de carácter personal, relacionado con la insuficiencia para resolver, explicar y expresar oralmente las propias emociones y sentimientos, por ello se piensa que va a tener implicancias en los rasgos de personalidad del individuo. No sería una enfermedad o trastorno en sí mismo, sino un estado emocional determinado por fundamentos neurobiológicos y factores socioculturales.

La alexitimia puede entenderse como una característica de los cambios de personalidad, que se logren reconocer a nivel cognoscitivo, emocional y en las relaciones interpersonales. Dado las cualidades clínicas de la alexitimia, es razonable intentar comprender desde una perspectiva estructural qué tipo de relación mantiene con determinadas dimensiones o rasgos de personalidad (como introversión, inestabilidad y dureza).

Si bien la alexitimia es un concepto poco investigado en nuestro país, es interesante contribuir a la comunidad científica mediante la realización de dicha investigación, es decir, se intenta determinar el porcentaje de casos de alexitimia en una población específica, especialmente en los alumnos de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión ubicada en el Distrito de Huacho, Provincia de Huaura.

1.5 Delimitaciones del estudio

- **Delimitación espacial**

Esta investigación se realizó tomando los datos de los alumnos de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión del Distrito de Huacho.

- **Delimitación temporal**

Durante el ciclo académico 2014-I.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes de la investigación

2.1.1 Investigaciones internacionales

Santos (2010), en su tesis titulada “*Alexitimia y esquemas cognitivos*”, que fue aprobada por la Universidad del Aconcagua, que tuvo como objetivo principal: Explorar las diferencias más significativas entre los programas cognitivos que existen en sujetos con alexitimia y los programas cognitivos que existen en sujetos con alexitimia, en la presente tesina se utilizó un diseño de investigación de tipo no experimental, transeccional y descriptivo, la muestra está compuesta por 12 personas, donde concluyo que:

“En la presente tesina se tomaron dos variables para trabajar, estas son alexitimia y Esquemas Desadaptativos Tempranos. Recordemos que la alexitimia se define como una perturbación afectiva y cognitiva. De esta manera, uno de los objetivos de esta tesina es indagar más acerca de ese aspecto cognitivo de la perturbación. Por otro lado entre las características esenciales de la alexitimia, sólo una se refiere al factor cognitivo, ésta es la de tener pensamiento simbólico reducido o ausente, es decir que los sujetos con alexitimia van a poseer un pensamiento concreto y orientado a lo externo, sin poder implicarse en lo que los afecta como sujetos, y presentando una dificultad para expresar estados internos, emociones y motivaciones; es así que presentan una dificultad en la tarea cognitiva de procesar, discriminar y reconocer una emoción para luego poder verbalizarla como un sentimiento subjetivo”

García & Zeledón (2008), en su tesis titulada “*Comportamiento de alexitimia en los pacientes crónicos que asisten al Centro de Salud Perla María Norori en el periodo comprendido entre marzo-septiembre 2007*”, aprobada por la Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua-León, que tuvo como objetivo principal: Describir el comportamiento de alexitimia de pacientes crónicos que acudieron al Centro de Salud Perla María Norori entre marzo y septiembre de 2007, el tipo de estudio es descriptivo de corte transversal, la población está conformada por 100 pacientes diagnosticadas con enfermedades crónicas, donde concluyo que:

“Una tercera parte de los pacientes presento características de Alexitimia, en su mayoría del sexo femenino y mayores de 50 años. La discriminación de señales emocionales fue la dificultad más frecuente, seguida de dificultad para la expresión verbal y para orientar el pensamiento a detalles externos. La Alexitimia secundaria fue más frecuente que la primaria en este grupo de estudio”.

Chicaiza (2017), en su tesis titulada “*Alexitimia y depresión en personas privadas de libertad*”, aprobada por la Universidad técnica de Ambato, que tuvo como objetivo principal: Determinar la existencia de alexitimia y su relación con el grado de depresión de las personas privadas de libertad, la presente investigación es de tipo correlacional, desde un enfoque cuantitativo, la población está conformada con un total de 98 varones de los cuales 40 internos serán participantes del estudio, donde concluyo que:

“La hipótesis alternativa se cumple, dado que la alexitimia si se relaciona con la depresión en las Personas Privadas de Libertad del Pabellón de Máxima Seguridad de la Etapa de Hombres del Centro de Rehabilitación Social Regional Sierra Centro Norte, los datos evidenciaron que el mayor número de PPL(s) evaluados presentan alexitimia definitiva y a la vez reflejan depresión en sus diferentes niveles de severidad, con una alta incidencia en depresión grave, por lo que a mayor nivel de alexitimia, mayor será la afectación sintomatológica de la depresión. Tras la correlación de las variables, se puede evidenciar que existe un

índice de correlación positiva, con un nivel de significancia del ,019”.

Palma (2019), en su tesis titulada “*Estudio de las propiedades psicométricas del cuestionario de alexitimia de Bermond-Vorst BVAQ en población mexicana*”, aprobada por la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla, que tuvo como objetivo principal: Determinar las características psicométricas (confiabilidad y validez) del cuestionario de alexitimia Bermond-Vorst BVAQ (Vorst & Bermond, 2001) en la población mexicana (hombres y mujeres, de 18 a 51 años), participaron 1118 personas, donde concluyo que:

“Los valores obtenidos indican que el instrumento BVAQ tiene buena confiabilidad y proporciona una herramienta que puede ser utilizada en campos clínicos y de investigación para evaluar la alexitimia en función de sus dimensiones. Los resultados demuestran que la efectividad de la concurrencia cumple con las expectativas y respalda las teorías actuales sobre la alexitimia y sus dimensiones. En el análisis por género, la alexitimia masculina obtuvo una puntuación más alta que la femenina. Una red construida a partir de datos, para la población en general y por género, se superpone en el nodo público central de todas las personas”.

Moral & Ramos (2015), en su tesis titulada “*Alexitimia como predictor directo y mediado por la depresión en la violencia de pareja*”, aprobada por la Universidad Autónoma de Nuevo León, que tuvieron como objetivo principal: Estudiar la relación entre la alexitimia y la violencia vivida y la violencia perpetrada por parejas masculinas y femeninas, controlada por la variable depresiva, el estudio fue de tipo descriptivo, el diseño correlacional, la muestra estuvo conformada por 240 participantes, donde concluyeron que: “La conclusión es que la alexitimia es principalmente un factor de riesgo de violencia, seguido de un factor de riesgo de violencia”.

2.1.2 Investigaciones nacionales

Espinoza (2019), en su tesis titulada “*Construcción de una Escala de tendencia a la alexitimia en estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas del distrito*”

de Comas, 2018”, aprobada por la Universidad César Vallejo, que tuvo como objetivo principal: Construcción de la escala propensa a la alexitimia de estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas en el distrito de Comas en 2018, la presente investigación perteneció a un diseño no experimental, en cuanto su tipo de estudio es de tipo instrumental, respecto a su nivel, fue una investigación aplicada, de enfoque cuantitativa, la población compuesta por los estudiantes de secundaria, comprendido un total de 1737 estudiantes, al aplicar la formula se obtuvo como muestra a 690 estudiantes, donde concluyo que:

“Respecto a la validez de contenido, se evidenció que todos los ítems contribuyen de manera significativa la variable; puesto que, el análisis de los ítems por criterio de jueces demostró adecuados resultados en relación con la pertinencia, relevancia y claridad de los ítems, además, la V de Aiken demostró valores superiores a 0.8. Sin embargo, un ítem se eliminó debido a que puntaje fue inferior a lo esperado”.

Fernando (2013), en su tesis titulada “*Prevalencia de alexitimia en estudiantes de una Universidad Nacional*”, aprobada por la Universidad Nacional Federico Villarreal, que tuvo como objetivo principal: Determinar la prevalencia de alexitimia en estudiantes de psicología de la Universidad Metropolitana de Lima con base en género, edad, año de estudio y especialidad, la investigación es de tipo descriptiva comparativa y el diseño es de tipo transversal, la población para esta investigación que cuenta con un total de 1308, obteniendo una muestra total de 233 estudiantes , donde concluyo que:

“Respecto a los Grupos de Edad, los de 20 a 22 años, 31.6%, alcanzando el mayor porcentaje de casos de alexitimia; el de 17 a 19 años obtuvo un 31.1%; el grupo de 23 a 25 arrojó un 18% y, finalmente, el grupo de 26 años a más, 21.4%. En cuanto al Año de Estudio, los de 1er año obtuvieron un 37% de casos de alexitimia; los de 2do año presentan un 31.25%; los de 3er Año, 23.8%; los de 4to Año, 33.3%; los de 5to, 20.5% y, los de 6to Año, 14.2%”

Vásquez (2009), en su tesis titulada “Alexitimia y autolesiones en un grupo de escolares de lima metropolitana”, aprobada por la Pontificia Universidad Católica del Perú, esta investigación es de tipo descriptivo, el diseño es no experimental, su población está conformada por 240 alumnos, el muestreo que se utilizó fue no probabilístico, donde concluyo que:

“Con respecto a las autolesiones se halló que más de un 20% las había cometido, aunque sea una vez en su vida, que las que lo habían hecho eran en su mayoría mujeres y que dos desencadenantes de dichos actos eran los problemas familiares y el estado de ánimo depresivo. En cuanto a la medición de la alexitimia, se pudo notar que la TAS 20, a pesar de ser confiable para nuestra muestra, presenta ciertas dificultades, sobre todo en cuanto al factor 3. Los resultados demuestran que la alexitimia si se encuentra relacionada a las autolesiones, pero que existen otras variables que influyen en esa relación”.

Chicana, Pando & Espino (2019), en su tesis titulada “*Alexitimia y Dimensiones de Personalidad en Estudiantes del 5to Grado de Secundaria de la Institución Educativa José Faustino Sánchez Carrión, Lima-Sur, 2019*”, aprobada por la Universidad Peruana los Andes, que tuvieron como objetivo principal: Determinación de la relación entre alexitimia y dimensiones de personalidad en estudiantes de quinto grado de la Institución Educativa José Faustino Sánchez Carrión, Lima Sul, 2019, el método utilizado en la presente investigación es el hipotético-deductivo, el tipo de investigación es básica, el nivel de investigación corresponde al nivel correlacional, el diseño fue no experimental, la población para esta investigación estuvo constituida por 258 estudiantes, el muestreo corresponde al tipo no probabilístico, donde concluyeron que:

“Existe evidencia de que existe una correlación directa moderada entre la alexitimia y las dimensiones de la personalidad (0.397) y estadísticamente significativa ($p = 0.000$ menor que 0.01), por lo que podemos concluir que existe una correlación directa significativa entre la alexitimia y la relación de las dimensiones de la personalidad. Institución educativa José Faustino Sánchez Carrión Estudiante de 5 ° grado de Secundaria, Lima, 2019”.

2.2 Bases teóricas

2.2.1. Alexitimia

El concepto de alexitimia fue introducido por Sifneos (citado por Sivak & Wiater, 1997) en la década de 1970 (1973-1975). Se trata de una estructura hipotética derivada de la observación de determinadas características de los pacientes psicósomáticos. Algunas dificultades emocionales P. Sifneos y J. Nemiah creen que la alexitimia es tanto un trastorno cognitivo como un trastorno afectivo.

Fernández & Yáñez (1994) “al crear el concepto de alexitimia, organizó observaciones de pacientes psicósomáticos y clasificó un grupo de síntomas que reflejan principalmente el procesamiento, identificación y expresión de estados emocionales obviamente difíciles. Se relaciona con un estilo cognitivo, el cual se caracteriza por la incapacidad para expresar emociones y tiende a responder sin reflexión, es decir, presentan un estilo de afrontamiento orientado a la acción”.

Recordemos que las emociones están formadas por las dimensiones biológicas correspondientes a las emociones y las dimensiones psicológicas correspondientes a los sentimientos, de esta forma, en sujetos con alexitimia, debido a la escasa capacidad de discriminación e integración, se dañarán las dimensiones psicológicas de la emoción. Dos partes para que expresen principalmente su influencia a nivel biológico, es decir, expresan con la ayuda del cuerpo lo que no pueden expresar con el habla.

El concepto de alexitimia ha causado mucha polémica, e incluso ha sido criticado por algunos autores y considerado inválido; sin embargo, no hay duda de que es un concepto favorable porque concentra en una sola palabra un grupo de cualidades que se manifiesta en determinadas enfermedades. En medio de ellos se encuentran pacientes con enfermedades mentales, trastornos alimentarios, adicciones, trastorno de pánico, trastorno de estrés postraumático y enfermedades psicósomáticas.

Siguiendo a Kristal (citado por Sivak & Wiater en 1979), la alexitimia implicará tres obstáculos, a saber:

- 1. Trastorno cognitivo:** La existencia del pensamiento operacional se materializa en la expresión de uno mismo, no integrando símbolos en entornos personales y emocionales, evidentemente falta de creatividad, y presentando un pensamiento concreto y externo.
- 2. Trastorno afectivo:** Problema para distinguir las emociones físicas de las emociones y expresar estas emociones en palabras.

3. Trastorno en las relaciones personales: Se indica a un cierto cambio en la empatía.

Otra característica de la alexitimia es la imposibilidad de utilizar la fantasía, lo que les dificulta asociar sus palabras con recuerdos o proyecciones o recuerdos del futuro a nivel sensorial subjetivo. Dado que la fantasía es un recurso importante ante situaciones críticas, el proceso de adaptación de los sujetos con alexitimia parece limitado.

También están limitados por la dificultad para expresar su estado interior y sentimientos con palabras, como era de esperar, esta dificultad repercute en la calidad de la relación interpersonal que establece el sujeto, pero también están limitados por el contacto y la expresión de sus sentimientos. Otros importantes son importantes reguladores de los países nacionales.

La expresión verbal de lo que sucede dentro de nosotros, nuestros sentimientos y emociones es un recurso básico, porque la palabra nos permite elaborar sobre el dolor, el miedo y la ansiedad. El lenguaje es una forma regia de regular y gestionar los sentimientos, por lo que su desindividualización se vuelve difícil. El primer paso para poder transmitir emociones es transformarlas en materiales representativos, lo que no puede realizar el sujeto aritmético, es decir, integrar efectos y sentimientos en emociones. (Santos, 2010, pág. 21)

2.2.1.1. Factores causales de la alexitimia

Para Chicana & Pando (2019) “el carácter multidimensional del concepto de alexitimia, la investigación sobre alexitimia permite determinar una serie de factores etiológicos relacionados con la aparición de enfermedades humanas”. Los factores más estudiados incluyen la neurobiología, la cultura y el estado de género.

1. Factores neurobiológicos

Los factores neurobiológicos de la alexitimia están respaldados por tres hipótesis de trabajo basadas en la interrupción interhemisférica, la interrupción subcortical-cortical y la una lateralización del cerebro. La primera hipótesis se basa en conexiones disfuncionales entre los hemisferios cerebrales. La función normal del cerebro se basa en la actividad global coordinada entre los hemisferios, que se fomenta de forma natural mediante del cuerpo calloso. La ruptura funcional y / o deterioro orgánico de la comisura cerebral medial provocará alexitimia al impedir la expresión verbal

de las emociones registradas en el hemisferio derecho (funciones ubicadas en el hemisferio izquierdo).

El origen de los trastornos emocionales antes mencionados en el desarrollo de niños y adolescentes, la función o cambios orgánicos del cuerpo calloso, estará entre procesos cerebrales orgánicos hereditarios y defectos emocionales. Por otro lado, se considera que la segunda hipótesis se suma a los cambios provocados por la desconexión entre los hemisferios; la alexitimia también puede deberse a la desconexión entre el sistema límbico y la neocorteza; a nivel de la conexión subcortical-cortical, esto interfiere en la transmisión de inervación entre el cerebro emocional y el cerebro del lenguaje. En esta hipótesis de organización vertical del cerebro, esta conexión representa el eje de coordinación de las funciones neurofisiológicas, a través del ciclo de impulsos desde el sistema límbico hasta la corteza cerebral, lo que conducirá a la incapacidad para reconocer las propias emociones. La tercera hipótesis de lateralización cerebral conserva algunas de las ventajas de los hemisferios cerebrales (derecho o izquierdo), provocando discusiones controvertidas sobre la relación entre los dos hemisferios y las importantes diferencias funcionales. La distribución funcional de los hemisferios cerebrales está respaldada por datos clínicos y morfológicos, que muestran que existe un hemisferio izquierdo hiperactivo o hipoexcitado asociado con un hemisferio derecho hiperactivo o dominante en personas con alexitimia y personas deprimidas.

2. Factores Socioculturales

El dominio de los factores sociales y culturales se relaciona principalmente con la expresión física y psicológica de las emociones, así como con qué tipos de sociedad se vinculan con la expresión emocional alta o baja, y en qué dimensiones estas diferencias se relacionan con la angustia emocional.

La investigación etnográfica sobre la expresión emocional y física ha demostrado que existe una conexión cultural entre el subdesarrollo del lenguaje emocional y su expresión física, aunque el desarrollo hiperverbal también puede estar relacionado con la inhibición de la intensidad emocional, y la inhibición de la intensidad emocional está relacionada con los factores. Individualismo-colectivismo dimensional. La investigación antropológica señala que hay algunas culturas sencillas en las que el vocabulario o el léxico

se desarrolla muy deficientemente en ciertas emociones (por ejemplo, los tahitianos rara vez usan palabras y frases para expresar tristeza). Por otro lado, otras emociones el desarrollo excesivo significa que hablan un mucho y tienen un vocabulario rico y abundante, que es fácil de distinguir.

En algunas culturas, hay una falta de vocabulario emocional, ciertas emociones harán que se expresen de manera física y clara. Esto conducirá a una falta de expresión del lenguaje que no solo hace que se exprese en el cuerpo, pero también tiene baja intensidad emocional.

Desde la perspectiva de la expresión emocional, algunas culturas son más expresivas que otras. Está relacionado con la intensidad del lenguaje de expresión de las emociones. De manera similar, los hombres que socializan en la subcultura masculina a menudo exhiben mayores dificultades en la expresión verbal de emociones y un pensamiento más extrovertido. En una sociedad colectivista, es probable que ocurran con frecuencia defectos o dificultades para expresar o expresar emociones. Por el contrario, los individualistas sociales enfatizan y valoran la naturaleza interna de las emociones.

3. Factores de género

Uno de los factores más controvertidos en la investigación de la alexitimia es el género y / o los factores de género. La mayor prevalencia de alexitimia casi siempre se demuestra en hombres (8 de cada 10 casos), lo que se relaciona con la menor prevalencia en mujeres (2 de cada 10 casos). Con base en estos datos, es razonable determinar que la alexitimia es básicamente una irregularidad de la población masculina.

Son relativamente pocos los casos de alexitimia en la población femenina, lo que puede deberse a la existencia de los siguientes factores:

- Hay un cerebro único y / o más completo que interactúa entre hemisferios que el cerebro masculino porque tiene un cuerpo calloso más grande.
- Tiene una personalidad emocional, sentimental y emocional más rica, y una tendencia a expresar las emociones de manera muy natural; a menudo se usa de manera engañosa y manipuladora.
- Posee un estatus social mantenido por el apoyo brindado por otros y árbitros externos, y tiene estereotipos sociales y laborales basados en

la expresividad en las relaciones con los demás, mientras que los estereotipos masculinos son vistos como herramientas y están dominados por la acción y la búsqueda de poder. (pág. 32)

2.2.2. Aprendizaje

Para Teo (2012) define el aprendizaje como:

“Un cambio de comportamiento o la capacidad de compartir. Usamos el término “aprender” cuando alguien se vuelve capaz de hacer cosas que ha hecho antes. El aprendizaje requiere el desarrollo de nuevas acciones o la modificación de acciones existentes. En los métodos cognitivos que enfatizamos aquí, decimos que aprender es razonar, es decir, no lo estamos observando directamente, sino observando sus productos. Principalmente evaluamos el aprendizaje en función de la expresión oral, la escritura y el comportamiento de las personas. La idea de una nueva capacidad para comportarse de una manera específica se incluye en la definición porque las personas generalmente adquieren habilidades, conocimientos y creencias mientras aprenden sin revelarlas públicamente”.

“El segundo criterio inherente a esta definición es que persista el cambio de comportamiento (o la capacidad de cambiar). Este aspecto de la definición no incluye cambios de comportamiento temporales (por ejemplo, difamaciones debido a factores como drogas, alcohol o fatiga); son temporales porque cuando hacemos una pausa en la causa, el comportamiento vuelve al estado anterior al que ocurrió el factor” (pág. 14). Al mismo tiempo, debido al olvido, los cambios de comportamiento no tienen que durar mucho tiempo para ser clasificados como aprendidos. Cuánto tiempo debe durar el cambio para que se aprenda es un tema controvertido, pero casi todos los estudiosos admiten que es probable que un cambio que dure unos segundos no signifique aprendizaje.

“El tercer criterio es que el aprendizaje ocurre a través de la práctica u otras formas de experiencia (como observar a otros). Excluye los cambios de comportamiento que parecen estar determinados por la composición genética; por ejemplo, las transiciones de madurez de los niños (gatear, pararse). En cualquier caso, hay herencia y madurez, por un lado, y aprendizaje por otro. La diferencia entre ambos no está clara, porque quizás los organismos tienden a comportarse de una determinada manera, aunque el desarrollo real de comportamientos específicos depende de entornos sensibles” (Teo, pág. 3)

2.2.2.1. Condiciones de aprendizaje

Para aclarar las condiciones de la investigación, debemos responder a la pregunta: ¿Quién será el sujeto (participante)? ¿Qué se medirá (qué herramientas se utilizarán)? ¿Qué programa se utilizará?

Debido a que es importante delimitar con precisión las manifestaciones que estudiamos, hemos desarrollado sus definiciones conceptuales, pero también definiciones operativas, o sea, las operaciones, herramientas y técnicas que utilizamos para calcularlos. Por ejemplo, supongamos que precisamos teóricamente la autoeficacia como un conjunto de capacidad personal para aprender o realizar tareas, y en la definición operativa especificamos las herramientas y métodos que usamos para evaluarla en la investigación (alrededor de 30 temas y cuestionarios, algunos son progresivamente difícil de estimular).

Además de las definiciones operativas, también debemos seguir exactamente los procedimientos que seguimos. Idealmente, especificamos las condiciones para que otro investigador pueda repetir nuestra investigación en base a estas descripciones. El estudio de la exploración del aprendizaje utiliza diferentes paradigmas (modelos). Los siguientes párrafos explican los paradigmas de correlación, experimentales y cualitativos, y luego discutimos la investigación de campo y de laboratorio.

- **Investigación correlacional:** La investigación correlacional implica reconocer la relación entre variables. Los investigadores pueden asumir que la autoeficacia está relacionada positivamente con el aprendizaje, por lo que cuanto más mayores son los estudiantes, mejor aprenden. Para probar esta relación, los expertos medirán un grupo de su autoeficacia en la tarea y luego evaluarán su dominio. Finalmente, correlacionaré estadísticamente la autoeficacia y los puntajes de aprendizaje para indicar la dirección de la relación (positiva o negativa) y su fuerza (alta, media o baja).
- **Investigación experimental:** En la investigación experimental, los expertos cambian una o más variables (independientes) y determinan el impacto sobre otras variables (variables dependientes). Nuestros investigadores reunieron a dos grupos de estudiantes, modificaron sistemáticamente la autoeficacia de un grupo de participantes y evaluaron su aprendizaje. Si el primer grupo se

desempeña mejor, se concluirá que la autoeficacia afecta el aprendizaje. Al modificar variables de interés para determinar su impacto en los resultados, el investigador debe mantener constantes las demás variables en los dos grupos (por ejemplo, condiciones de aprendizaje), lo que puede tener sus propias consecuencias.

- **Investigación cualitativa:** En los últimos años, otro paradigma se ha vuelto cada vez más popular. Las teorías y métodos que utilizó obtuvieron diversas calificaciones, incluyendo observación cualitativa, etnográfica, participativa, fenomenología, constructivismo e interpretabilidad (Erikson, 1986). Estos métodos son diferentes, pero todos se caracterizan por una investigación profunda, descripción de eventos e interpretación del significado.
- **Investigación de campo y de laboratorio:** La investigación de laboratorio se ejecuta en un ambiente controlado, mientras que la investigación de campo se da donde los participantes viven, trabajan o estudian. En la primera mitad de este siglo, la mayor parte de la investigación psicológica en el laboratorio se basó en humanos y perros, gatos o ratones de bajo nivel. Hoy en día, la mayor parte de la investigación sobre el aprendizaje se realiza en el entorno de campo, especialmente en las escuelas. Cualquier paradigma (experimental, relevante y cuantitativo) es aplicable tanto al laboratorio como al campo. (pág. 6)

2.3 Bases filosóficas

2.3.1. Alexitimia

2.3.1.1. Definiciones de la alexitimia

Taylor, Bagby & Parker (1997) señalaron que “la alexitimia es una especie de trastorno del procesamiento emocional, que interfiere en el trabajo cognitivo de las personas que la padecen, lo que genera dificultades en la autorregulación de las emociones y la reorganización de sus propios procesos biológicos”.

Taylor (1984) mencionó que “la alexitimia es un fenómeno, sus principales características son la mala expresión emocional, el deterioro de la función cognitiva primaria, la percepción, la memoria, el pensamiento, etc. se ubican aquí, dependiendo de la estructura de personalidad del individuo”.

Sivak & Wiater (1998) señalaron que “la alexitimia representa un estilo cognitivo, que se caracteriza por la dificultad para expresar sentimientos en palabras

y poder distinguir entre ellos, y los individuos muestran una tendencia a actuar sobre eventos conflictivos”.

García (2004) señaló que “la alexitimia es una manifestación de la incapacidad de expresar las emociones con palabras y las características de la mente y el cuerpo definidas a partir de la formación médica”.

Escudero (2006) señaló que “la alexitimia se expresa por un defecto en el nivel de experiencia cognitiva frente a las emociones y sentimientos expresados por el entorno social y la propia persona”.

Sáez & Tiznado (2012) informaron que “la alexitimia es un cambio de personalidad que afecta a tres áreas principales: cognitiva, emocional y social. En cuanto a la cognición, el pensamiento operacional es obvio y la simbolización es difícil; en el dominio emocional, expresar un problema para expresar emociones, reconocer sensaciones físicas y conductas impulsivas; finalmente, en el dominio social, hay evidencia de que la empatía ha cambiado”. (pág. 7)

2.3.1.2. Modelos explicativos de la alexitimia

1. Teoría Neuropsicológica

Alonso (2011) mencionó que “esta teoría atribuía la alexitimia a la reducción de la transmisión límbico-neocortical o pérdida de conexiones interhemisféricas”.

Sivak & Wiater (1997) “plantean algunas hipótesis etiológicas que pueden explicar la alexitimia: primero, hay evidencia de que la degradación de la anatomía estructural o supresión neurobiológica influenciada por factores genéticos provoca la interrupción entre el sistema límbico y el neocórtex; segundo, hay evidencia de que se reduce la transmisión entre hemisferios; tercero, el trauma en el desarrollo de los niños conduce a evidencia de que es difícil expresar los sentimientos; cuarto, los factores socioculturales o dinámicos psicológicos” (pág. 7).

Santos (2010) mencionó que “la alexitimia puede ser causada por un mal funcionamiento en el proceso de comunicación entre los hemisferios cerebrales, o por la disminución de la capacidad funcional del hemisferio derecho, porque la alexitimia se manifiesta en el registro interno y expresión de emociones difíciles”.

2. Teoría Sociocultural

Es muy importante considerar los factores sociales, por ello Santos (2010) mencionó que este modelo se refiere a la alexitimia como producto de la influencia cultural y de diversos procesos de socialización.

Kirmayer & Robins (1993) informaron que “la cultura tiene una fuerte influencia en el desarrollo de la alexitimia, que puede expresarse de diversas formas, como la expresión física, la producción psicológica y la expresión del lenguaje emocional. Todos los mencionados están relacionados con la estructura de la personalidad”.

“Algunos teóricos creen que la alexitimia puede tener una mayor correlación con factores socioculturales, es decir, será el resultado del proceso de socialización probado por la sociedad industrial, que puede afectar la forma en que las personas se expresan” (Santos, 2010).

En 1987, Prince realizó varios estudios sobre la influencia del nivel socioeconómico, las dificultades de las relaciones culturales y sociales en la expresión emocional (citado de Santos, 2010).

Según Kirmayer en 1993, dijo que la forma en que entendemos las emociones y los sentimientos no es la misma en todas las culturas. Por esta razón, se puede explicar que la alexitimia se origina en la interacción social, la forma en que nos relacionamos con el entorno, más que en condiciones orgánicas o psicológicas (Sivak & Wiater, 1997).

3. Teoría de la desregulación de los afectos

Damasio (2003) indica que “los sentimientos y las emociones representan la parte más pura y estrecha de la palabra, y es la forma en que nuestro cuerpo puede expresarse; por lo tanto, los sentimientos son el resultado de un proceso de estado estacionario” (pág. 23).

Sumando el contenido anterior, Sáez & Tizano (2012) revelan que la teoría del trastorno afectivo comienza con la combinación de la biología, experiencia y comportamiento de cada persona, que se establece en la primera relación social.

“Stern creía en 1984 que las emociones se establecen desde el momento en que se establece el vínculo emocional entre el padre y el niño, en el que la madre tiene la mayor influencia a través de sus respuestas verbales y no

verbales a las intranquilidades y / o necesidades del niño estimulando las emociones” (citado en Sáez & Tizano, 2012).

Neimah creía en 1997 que el apego primario permite a los niños experimentar emociones, controlarlas, reconocerlas y expresarlas en las relaciones interpersonales. (pág. 11)

2.3.1.3. Clasificación de la alexitimia

Para Chicaiza (2017, citado por Sifneos, 1988) planteó la hipótesis de que existen dos tipos de alexitimia, primaria y secundaria.

a) Alexitimia primaria

“Es de origen biológico, y el defecto radica en defectos estructurales neuroanatómicos o defectos neurológicos, ambos heredados y dificultan la comunicación entre el neocórtex y el sistema límbico. Es una condición que acompaña al individuo a lo largo de su vida como rasgo de personalidad. Producto de anomalías congénitas, problemas de desarrollo biológico o daño cerebral. Además, Sifneos mencionó que cuando no hay suficiente comunicación entre el hemisferio izquierdo, que se encarga de expresar e interpretar un lenguaje claro, y el hemisferio derecho, que se encarga de regular las emociones y proporcionar el lenguaje, la especialización del hemisferio cerebral juega un papel importante. Sus aspectos rítmicos, como entonación, color, ritmo y melodía” (Pérez, Pérez, & Comí, 2010, pág. 582).

b) Alexitimia secundaria

“Tiene su origen en influencias psicológicas. Para hacer frente al trauma o las condiciones sociales y culturales, la alexitimia opta como mecanismo de defensa para eliminar las emociones dolorosas provocadas por la pérdida de familiares o enfermedades graves, que pueden estar relacionadas con la negación de una protección frente a situaciones extremas. Emociones dolorosas eventos traumáticos, en estos casos, la alexitimia puede desaparecer en un duelo o la enfermedad desaparece” (Pérez, Pérez, & Comí, 2010, pág. 582).

La alexitimia no está considerado como patología en el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-IV), en cambio, ha mostrado ser primordial a la hora de tratar determinar la existencia de una patología, por lo que ha sido aceptada investigación en la comunidad científica, además, se considera que la

alexitimia es un síntoma que existe en personas con múltiples diagnósticos clínicos, pues no todas los humanos muestran la misma fuerza de afecto, por lo que se ha discutido si la alexitimia debe ser examinado como una identidad. (Pérez, Pérez, & Comí, 2010, pág. 583)

2.3.1.4. Características de la alexitimia

Taylor, Bagby & Parker (1997) describieron 3 dificultades inherentes a la alexitimia, que se clasifican de la siguiente manera:

- **Dificultad para identificar y describir sentimientos**

Los pacientes con alexitimia no pueden distinguir el estado emocional que está ocurriendo, pero cuando intentan explicar sus sentimientos, la mayoría de las personas experimentan molestias físicas o cambios, como enrojecimiento, hormigueo en el estómago o aumento de la frecuencia cardíaca, suelen presentar pobreza, y no tienen mucho que elegir para cambiar el tema. Por lo general, los individuos con alexitimia malentienden la expresión física de las emociones e infieren que es la expresión física de la enfermedad. Por ejemplo, cuando lloran, piensan que es una lágrima en lugar de expresar tristeza o emoción, piensan que es un mal funcionamiento de la válvula cardíaca.

Thompson (2009) “infiere que parece que no existe una relación que permita a la imaginación construir situaciones emocionales de esta manera, por lo que la importancia de la imaginación para poder expresar emociones” (pág. 65).

- **Dificultad para expresar sentimientos**

“Mencionamos que la imaginación es la capacidad de construir imágenes mentales a partir de recuerdos en aspectos claramente definidos de la experiencia sensorial. Sin embargo, una nueva investigación muestra que la imaginación puede producir nuevas imágenes sin experiencia previa, por lo que además de la capacidad de regular tipos y tipos, la imaginación también puede imaginar nuestras emociones, deseos, necesidades y cómo satisfacerlos. La intensidad de nuestra expresión emocional y cómo imaginarnos a nosotros mismos en lugar de otra persona, también conocida como empatía” (Taylor, Bagby, & Parker, 1997).

- **Pensamiento orientado a aspectos externos**

“Debido a la dificultad para tratar de reconocer sus propios sentimientos, las personas con alexitimia prefieren orientar su percepción, memoria y procesamiento a aspectos externos a su ser (en el mundo que le rodea) despreocupándose de su existencia, pensamiento, conocimiento y razonamiento” (Chicaiza, 2017, pág. 28).

2.3.1.5. Perfil de la personalidad alexitimia

Fernández (2011) mencionó que “la alexitimia se ha consolidado en un concepto a través de las múltiples contribuciones etiológicas antes mencionadas. En un sentido más amplio, considerando los datos emocionales, cognitivos, psicomotores y físicos a continuación, las características personales más importantes, de la patología típica”.

- La técnica para examinar, determinar o explicar las propias sentimientos o emociones y con problema de describir.
- Vocabulario insuficiente de emociones o sentimientos.
- Problema para distinguir los sentimientos o emociones de los demás (trastorno de empatía)
- Falta de inteligencia abstracta, pensamiento muy específico.
- Pensar en detalles externos, no tiene nada que ver con tu mundo interior.
- La capacidad de fantasear, soñar e imaginar es limitada o ineficaz.
- Falta de reflexión e imaginación.
- Movimiento corporal mínimo y muy reducido, con apariencia rígida, áspera o desigualado.
- Aspira a usar acciones físicas para lidiar con problemas o conflictos.
- Hechos externos detallados.
- Lenguaje oral estereotipado, lento, falta de espontaneidad y diversidad.
- Problema para implantar relación interpersonal estrechas.
- Capacidad limitada para distinguir entre emociones y sensaciones corporales.
- Problema para implantar o conservar una motivación de comunicación propio.
- Suelen sostener relación rígida, subordinada y dependiente.
- Prefieren estar aislados sin sentirse solos.
- La impresión general de personas serias, aburridas o indiferentes.

- Plasman sus propias cualidades en los demás, pensando que los otros son aburridos o serios.
- Liberan emociones o sentimientos mediante el cuerpo, lo que puede conducir a una disfunción o daño de órganos corporales más sensibles.
- Experiencia dominada por vida mecanizada y proyectos a corto plazo.
- Un alto grado de conformidad social, que algunos autores denominan pseudo-normalidad.
- Sueño reducido REM. (pág. 30)

2.3.1.6. Rasgos de la alexitimia

Chicaiza (2017, citado por Retales, 1989) distinguió “la alexitimia en rasgos esenciales y accesorios como rasgos esenciales básica de apoyo a la patología, mientras que las características auxiliares se distinguieron por presentarse en la mayoría de los casos”.

1) Rasgos esenciales de la alexitimia

- **Disminución o ausencia de pensamiento simbólico:** las personas muestran apego por el mundo exterior y se vuelven meticulosos con los detalles que los rodean, por lo que no pueden interpretar sus emociones, sentimientos, luchas o motivaciones.
- **Incapacidad para fantasear:** Su facultad para producir fantasías como intermediario de sus deseos es limitada, lo que les impide predecir sus estímulos.
- **Dificultad para manifestar sentimientos a través de palabras:** este es el significado pleno de la alexitimia, incapacidad para expresar sus conflictos y sentimientos, y poco contacto con la realidad psicológica, lo que les obliga a expresar sus necesidades de forma física (Sivak & Wiater, 1997).

2) Rasgos accesorios de la alexitimia

- **Un alto grado de conformidad social:** Se cree que las personas con alexitimia muestran evidentes fenómenos normales en la sociedad, sin embargo, su comportamiento es rígido y enmarcado en la convección social, porque sus vidas se viven mecánicamente, como si estuvieran sobre adaptados.

- **Relaciones interpersonales estereotipadas:** La empatía deteriorada empeorará las relaciones interpersonales y conducirá a relaciones inmaduras, lo cual es perjudicial porque la alexitimia tiene más probabilidades de establecer una relación de dependencia o está más dispuesta a separarse para evadir el contacto con los otros.
- **La acción impulsiva es una forma de comunicación:** puede producir una expresión emocional intensificada, porque la acción impulsiva tiende a no profundizar en su conflicto y no puede controlarlo, lo que conduce a la violencia y conductas conflictivas.
- **Personalidad inmadura:** Se relaciona con la falta de expresión simbólica debido a la ineficiencia de la individualización. Los tipos de personalidad más comunes son: introversión, agresión y dependencia pasivas.
- **Resistencia a la psicoterapia tradicional:** debido a que no pueden distinguir entre sus sentimientos y sensaciones físicas y sus limitadas capacidades simbólicas, les resulta casi imposible reflexionar sobre su propia situación, que es un aspecto preciso de la psicoterapeuta activo (Sivak & Wiater, 1997).

“El autor menciona que la alexitimia es un trastorno afectivo, que puede tener causas neurológicas, o puede ser adquirido en el proceso de socialización. Los síntomas aparecen principalmente en los campos de la emoción, la cognición, la conducta, y básicamente se refieren a la aparición de importantes procesos cognitivos” (Chicaiza, 2017). Los síntomas, como la imaginación, los pensamientos y el lenguaje, aplanarán el área emocional debido a la incapacidad para manifestar e inspeccionar. Además, señala que en la alexitimia suelen aparecer comportamientos pasivos, tienden a aislarse, pudiendo incluso aparecer comportamientos agresivos y dependientes. Debido a las características distintivas de la inmadurez, la mayoría de ellos son fácilmente introvertidos y tienen un fuerte sentido social relaciones causando dificultades en la personalidad. (pág. 32)

2.3.1.7. El procesamiento de estímulos emocionales en la alexitimia

Ormaetxea (2010) conceptualiza la alexitimia como:

“Un trastorno emocional en el procesamiento de la información y la regulación emocionales, me parece interesante introducir la parte del procesamiento

de estímulos emocionales para las personas con alexitimia. Aunque de hecho en algunos trabajos sobre alexitimia, la información que desarrollé a continuación se incluye en la etiología de la alexitimia, encuentro que es más apropiado presentar las siguientes características como unicidad estructural en lugar de factores primitivos, porque en no creo que estos las obras son la causa o consecuencia de la enfermedad”.

Desde la perspectiva de la psicología emocional, la alexitimia se explica como un fenómeno cognitivo importante, que puede proporcionar información sobre la relación entre la emoción y la cognición. Diversos estudios que han verificado la mayoría de las premisas conceptuales a través de experimentos han demostrado que existen una serie de disfunciones en el proceso de la información emocional.

- 1) **Dificultad para procesar información emocional no verbal.** Este cambio es especialmente obvio cuando se reconoce la información emocional trasladada mediante expresiones faciales. Parker, Taylor & Bagby (1993) también observaron el mismo hecho, mostraron nueve fotos de nueve emociones diferentes y encontraron que esta tarea es más difícil para las personas con alexitimia.
- 2) **Difícil de distinguir diferentes estados emocionales.** (Taylor, Bagby, & Parker, 1997) utilizan tareas que utilizan descriptores de emociones verbales para mostrar que la alexitimia tiene mayor dificultad para distinguir diferentes estados emocionales.
- 3) **Defectos en el procesamiento del lenguaje de estímulos emocionales.** Lamberty y Holt (1995) “observaron cambios específicos en el desarrollo de las habilidades del lenguaje relacionados con la descripción de estados emocionales complejos en sujetos con alexitimia severa”. Asimismo, Núñez, Valdés, García & Marcos (1986) “aprecian una menor inteligencia verbal (medida por la subprueba de Wechler), aunque no es estadísticamente significativa en un grupo de alexitimia”.
- 4) **Patrones de atención específicos de la información emocional.** Empleando una variante del método experimental de Stroop, Martínez Sánchez & Marín 1997, se encontró que los sujetos con un alto grado de alexitimia tenían dificultad para afrontar los estímulos emocionales en la tarea, en comparación con los sujetos con un bajo grado de alexitimia. La selectividad de los estímulos que provocan la activación emocional es baja. Además, en otro

estudio se encontró que este efecto es particularmente prominente cuando se enfrentan a estímulos descriptivos emocionales.

- 5) **Procesamiento simbólico de información visual.** Montreuil & Jouvent (1989) desarrollaron una prueba basada en el modelo de “procesamiento distribuido en paralelo”, y en sus experimentos, los resultados mostraron que un grupo de personas con psicósomática y alexitimia no analizarían la información de forma simbólica de forma inmediata y lógica. Los autores interpretan estos resultados basándose en el supuesto de “resección combinada funcional”.
- 6) **Dificultades en la propiocepción visceral con manifestaciones fisiológicas relacionadas con la activación emocional.** Se ha demostrado que la falta de confianza de la alexitimia es capaz de estimar varios parámetros físicos relacionados con la excitación emocional, como la frecuencia cardíaca o el nivel de excitación general.
- 7) **Patrones específicos de activación cerebral en respuesta a estímulos emocionales.** Parker, Taylor & Bagby (1992) atribuyen el déficit en la interpretación de la información emocional relacionada con la alexitimia a la reducción de la actividad cerebral de transmisión derecha. Estos hallazgos serán consistentes con evidencia previa. (pág. 14)

2.3.1.8. Alexitimia y personalidad

Para Velasco (2000) “la investigación sobre la relación entre la alexitimia y algunas variables de personalidad es muy interesante. Se han realizado extensas investigaciones sobre este tema, y se ha encontrado que, a escala global, los sujetos con alta alexitimia son”:

- Tendencia a la somatización.
- Expectativas y modelos de atribución de puntos de control externos.
- Altos niveles de ansiedad, depresión cognitiva, física y deportiva.
- Actitud principalmente negativa hacia la expresión emocional y patrones específicos de pensamiento operativo.
- Menor autoconciencia de los aspectos internos y externos.
- El nivel de demanda social es bajo.
- Peor equilibrio emocional.

- Apoyo social menos objetivo y subjetivo y uso de estilos de afrontamiento evitativos.

Con el aumento del poder, está surgiendo una nueva tendencia en la investigación de la alexitimia: estudiar la relación entre la alexitimia y los modelos de personalidad basados en características. En esta serie de estudios intentaron establecer la relación entre la alexitimia y el modelo de tres factores de Eysenck, y comprobaron que se correlacionó positivamente con el neuroticismo, que se relaciona con los altos niveles de somatización e irritabilidad tanto en el neuroticismo como en la alexitimia. la evidencia empírica es consistente. Cabe señalar que, si bien el neuroticismo y la alexitimia se caracterizan por la presencia de síntomas físicos, los sujetos con alto neuroticismo tienden a expresar directamente emociones relacionadas con el estado subjetivo, a diferencia de los sujetos con un aumento generalizado de alexitimia. (Velasco, 2000).

Los autores anteriores también encontraron que la alexitimia se correlacionó negativamente con factores extrovertidos, mientras que la correlación psicótica se correlacionó positivamente y fue significativamente más baja. La correlación negativa entre alexitimia y extrovertidos es consistente con la opinión de que los introvertidos tienen dificultades para comunicar emociones y son considerados emocionalmente alienados por otros.

Por otro lado, Pandey & Mandal (1996) obtuvieron resultados muy similares en su estudio, aunque estos autores explicaron estos hallazgos en términos de activación emocional (excitación). En la investigación realizada, se encontró que los resultados son consistentes con los resultados obtenidos en el estudio utilizando el modelo de tres factores: la alexitimia se correlaciona moderadamente positivamente con el neuroticismo y de manera débilmente negativa con el neuroticismo.

Además, los resultados también muestran que existe una relación entre la alexitimia y la dimensión de apertura de la experiencia; como señalaron McCrae y Costa (1987), si entendemos la apertura como imaginación positiva, sensibilidad estética y atención a los sentimientos internos, la preferencia por diversidad, sed de conocimiento e independencia del juicio, más que como autorrevelación (autorrevelación).

En otro estudio de Bagby, Taylor & Parker (1994), obtuvieron un patrón de resultados muy similar, pero debe notarse que encontraron que la alexitimia estaba relacionada negativamente con un aspecto importante de la extroversión: el

sentimiento emocional positivo en consonancia con la opinión de que la alexitimia se caracteriza por una capacidad limitada para sentir emociones positivas. Una puntuación total alta para la alexitimia parece estar relacionada con una tendencia a experimentar o sentir angustia emocional más intensamente, una disminución en la experiencia emocional positiva, imaginación limitada y poca importancia para la vida emocional. (pág. 16)

2.3.2. Aprendizaje

2.3.2.1. Definición

Como señalo Schunk (2012) en su libro:

“Aprender implica construir y modificar nuestro conocimiento, así como nuestras habilidades, estrategias, creencias, actitudes y conductas. Las personas aprenden habilidades cognoscitivas, lingüísticas, motoras y sociales, las cuales pueden adoptar muchas formas. A un nivel sencillo, ¿los niños aprenden a resolver $2 + 2 = ?$, a reconocer la letra p en la palabra papá, a amarrarse las agujetas y a jugar con otros niños. A un nivel más complejo, los estudiantes aprenden a resolver problemas con divisiones largas, a redactar trabajos escolares, a andar en bicicleta y a trabajar en cooperación para un proyecto de grupo.”

El tema de este libro es cómo ocurre el aprendizaje humano, los factores involucrados y los principios de aprendizaje se aplican a varios entornos educativos. La importancia del aprendizaje animal aquí no es alta, por no decir que esté subestimada, porque hemos aprendido mucho de la investigación con animales. En cambio, la enseñanza humanitaria es importante y distintas a la enseñanza animal, ya que la primera es complicada, veloz y mayormente implica el habla.

Como afirma Schunk (2012, citado por Russ):

“Las teorías difieren en muchos aspectos, incluyendo sus supuestos generales y los principios que las guían, muchas se apoyan en bases comunes. Este texto se enfoca en las perspectivas cognoscitivas del aprendizaje, que plantean que éste involucra cambios en la cognición de los aprendices (sus pensamientos, creencias, habilidades y aspectos similares). Estas teorías difieren en su forma de predecir lo que ocurre durante el aprendizaje (en el proceso de aprendizaje) y en los aspectos del aprendizaje que enfatizan. Así, algunas teorías se orientan más hacia el aprendizaje básico y otras hacia el aprendizaje aplicado (y, dentro de éste, se enfocan en diferentes áreas de contenido); algunas destacan el papel que desempeña el

desarrollo, otras están fuertemente vinculadas con la instrucción y otras hacen hincapié en la motivación.”

Este capítulo quiere proporcionarle un entorno a fin de comprender el tema y proporcionará información de fondo, que se convertirá en la base de análisis actualmente, lo que le ayudará a prepararse para un estudio en profundidad. Luego de cursar este episodio, Después de estudiar este capítulo, el lector debería poder realizar las siguientes operaciones:

- Definir aprendizajes y reconocer confusión de una apariencia no aprendida y aprendida.
- Diferenciar entre la lógica, la experiencia, y aclarar sus fundamentos.
- Explique cómo el trabajo de Wundt y Ebbinghaus y los estructuralistas y funcionalistas ayudaron a establecer la psicología como ciencia.
- Explicar fundamentalmente la singularidad de los distintos modelos de estudios.
- Examinar la apariencia importante de distintos procedimientos de valoración de la enseñanza.
- Implantar distintos reglamentos de enseñanza comunes a las teorías de la enseñanza.
- Aclarar cómo la teoría de la enseñanza y el método pedagógico se complementan y mejoran entre sí.
- Explicar cómo las teorías conductuales y cognitivas difieren en varios aspectos de la investigación del aprendizaje. (pág. 3)

2.3.2.2. Teoría y filosofía del aprendizaje

Schunk (2012) nos indica que “Desde un punto de vista filosófico, el aprendizaje podría analizarse bajo el título de epistemología, que se refiere al estudio del origen, la naturaleza, los límites y los métodos del conocimiento. ¿Cómo adquirimos conocimientos? ¿Cómo podemos aprender algo nuevo? ¿Cuál es la fuente de conocimiento? La complejidad del aprendizaje humano está ejemplificada en el siguiente párrafo de la obra Menón de Platón (¿427? -347? a. C.)”:

- “Lo sé, Meno, de qué estás hablando... Crees que un hombre no puede preguntar lo que sabe, ni siquiera lo que ignora, porque si sabe, no tiene por qué preguntar lo que ya sabe. Si no, no puede hacerlo porque no conoce el tema que debe ser investigado” (pág. 16)

Todas las posiciones sobre el origen del conocimiento y su relación con el medio son la racionalidad y el pragmatismo, ambos existentes en la teoría aprendizaje actual.

- 1) **La racionalidad:** significa que el conocimiento es originado en la razón es que no hay intervención sensitiva. La desigualdad entre espíritu y lo material ocupa un lugar importante en la visión racionalista de la cognición humanitaria, que remontándose a Platón se distingue la inteligencia obtenida a través de la percepción y el conocimiento adquirido a través de los sentidos. Platón cree que los objetos como (como casas, árboles) se confiesa a los individuos a través de los sentidos, aunque los individuos obtienen pensamientos razonando o pensando sobre lo que saben. La gente forma ideas sobre el mundo y aprende (descubre) estas ideas a través de la reflexión. La razón es la inteligencia más alta, porque la gente puede aprender ideas abstractas a través de ella. Solo reflexionando sobre los pensamientos de las casas y los árboles podemos conocer de lo real natural.
- 2) **Pragmatismo.** Al contrario del racionalismo, el pragmatismo cree que exclusivamente la semejanza de lo cognitivo es la veteranía. Este puesto vino de los descendientes de Platón, Aristóteles (384-322 a. C.). Aristóteles no tiene una distinción clara entre pensamiento y materia. El exterior es la sostenibilidad de los recuerdos humanos, y el cerebro interpreta estas impresiones como válidas (consistentes, inmutables). El reglamento de la calidad no se puede encontrar a través de las imágenes sensoriales, a través de la racionalidad, porque la inteligencia alcanza datos del entorno. A diferencia de Platón, Aristóteles creía que el pensamiento no existe independientemente del mundo exterior, porque este es la fuente de todo conocimiento. (pág. 6)

2.3.2.3. Conducción de la investigación

Schunk (2012) especifica que “las condiciones de investigación, debemos responder preguntas como las siguientes: ¿Quiénes participarán?, ¿en dónde se realizará el estudio?, ¿qué procedimiento se empleará? y ¿cuáles son las variables y los resultados por evaluar?”

“Definiendo con precisión el fenómeno que nos proponemos estudiar. Necesitamos también proporcionar definiciones conceptuales de los fenómenos, así como definirlos operacionalmente, o en términos de las operaciones, los instrumentos

y los procedimientos que utilizaremos para medirlos. Por ejemplo, conceptualmente podríamos definir la autoeficacia como el conjunto de las capacidades personales para aprender o desempeñar una tarea, tal como uno la percibe, en tanto que operacionalmente podríamos definirla especificando la forma en que la mediremos en nuestro estudio (por ejemplo, con una calificación en un cuestionario de 30 reactivos). Además de definir operacionalmente los fenómenos por estudiar, también debemos precisar el procedimiento que seguiremos para hacerlo. Lo ideal sería que especifiquemos las condiciones de manera tan precisa que otro investigador, al leer la descripción, pueda repetir nuestro estudio.” (Schunk, 2012, pág. 11)

El estudio de la exploración del aprendizaje utiliza varios tipos de paradigmas (modelos). Los siguientes párrafos describen paradigmas relevantes, experimentales y cualitativos, y luego discuten la investigación de campo y de laboratorio..

- **Investigación relacionada:** explorar la relación entre variables. Por ejemplo, un investigador podría asumir que la autoeficacia y el rendimiento están correlacionados positivamente (correlacionados), de modo que cuanto mayor sea el grado de autoeficacia que caracteriza a los estudiantes, mayor será su rendimiento. Para probar esta relación, los investigadores pueden evaluar la percepción de la eficacia de los estudiantes que tienen dificultades para dar solución a un problema matemático, luego estimar su capacidad real para resolver problemas matemáticos. Próximamente establecer la conexión (verdadera, falsa) y su energía (alta, media, baja), los investigadores pueden contar las puntuaciones de autoeficacia y logros.
- **En estudios experimentales,** el indagador dirige cambios y resuelve su influencia sobre otras variables (independientes). El indagador empírico puede conformar equipos de alumnos, agregar sistemáticamente la autoeficacia entre un grupo de estudiantes, pero no el siguiente equipo, puede examinar el desempeño de los dos. El equipo número 1 se desempeñó mejor por lo que los investigadores pueden determinar que la percepción de la eficacia afecta el logro. Cuando el indagador cambia los resultados para resolver su impacto en el tanteo, así se mantiene permanente otras variables que afectan otros tanteos, se podría decir que las índoles de la enseñanza.
 - Podría decirse que: **“La investigación cualitativa,** se caracteriza por estudios intensivos, descripciones de acontecimientos e

interpretación de significados. Las denomina cualitativos, etnográficos, de observación participante, fenomenológicos, constructivistas e interpretativos” (Erickson, 1986).

- ***La investigación de laboratorio se lleva a cabo en un ambiente controlado***, mientras que la investigación de campo se realiza donde los participantes viven, laboran y van a su institución. En el siglo XX, la gran mayoría de los estudios sobre la enseñanza se realizó con animales en el laboratorio. Hoy en día, la mayoría de las investigaciones sobre el aprendizaje se realizan en persona y en el lugar. Una de las guías de estudios anteriores (empírico, de correlación y específico) se permite sobreponer en la fábrica o despacho. (pág. 14)

2.3.2.4. Evaluación del aprendizaje

Schunk (2012) define cual:

“El aprendizaje es inferido, es decir, que no lo observamos de manera directa sino a través de sus productos y resultados. Los investigadores y profesionales que trabajan con estudiantes podrían creer que éstos han aprendido, pero la única forma en que podrían saberlo es evaluando los productos y los resultados del aprendizaje.”

Podría decirse que la valoración evaluación incluye “un intento formal de determinar el estatus de los estudiantes con respecto a las variables educativas de interés” (Popham, 2008, pág. 6).

Según (2012, citado por Shaul & Ganson, 2005) “En la escuela la variable educativa de mayor interés suele ser el aprovechamiento en áreas como lectura, escritura, matemáticas, ciencias y estudios sociales. Aunque el aprovechamiento de los estudiantes siempre ha sido fundamental, la Ley para que ningún niño se quede atrás de 2001, del gobierno federal estadounidense, le restó importancia a ese aspecto.”

Schunk (2012, citado por Popham 2008) señalo que “la ley incluye muchas cláusulas y algunas de las más significativas son los requisitos para la evaluación anual de la lectura y las matemáticas para los estudiantes de tercero a octavos grados, y nuevamente en bachillerato, y la obligación de los sistemas escolares de demostrar

mejoras en los estudiantes que presentan un progreso anual adecuado en estas asignaturas.” (pág. 14)

2.3.2.4.1. Observación directa

Schunk (2012), nos dice que la observación directa:

“Consiste en observar ejemplos de comportamiento de los estudiantes para evaluar si ha ocurrido o no el aprendizaje. Los docentes utilizan la observación directa con frecuencia. Un profesor de química quiere que los estudiantes aprendan procedimientos de laboratorio, así que los observa en este contexto para determinar si están o no aplicando los procedimientos adecuados. Un instructor de educación física observa a los alumnos mientras botan una pelota de basquetbol para evaluar su aprendizaje de estabilidad. Un profesor de primaria calcula el grado en que sus educandos han aprendido las reglas que se deben seguir en el aula con base en su conducta durante la clase.”

Si los resultados de la observación son claros y hay pocas inferencias del observador, entonces la observación directa es un indicador eficaz del aprendizaje. La observación directa es más eficaz cuando la conducta es deseada y luego se contempla al estudiante para determinar si el comportamiento cumple con el estándar.

“Un problema con la observación directa es que solo se enfoca en cosas observables, pasando por alto los procesos cognitivos y emocionales que forman la base del comportamiento. Por ejemplo, un profesor de química sabe que los estudiantes han aprendido los procedimientos de laboratorio, pero no sabe qué piensan los estudiantes mientras realizan los procedimientos, ni qué tan seguros están de su desempeño.” (pág. 15)

2.3.2.4.2. Exámenes escritos

Podría decirse que Schunk (2012)

“El aprendizaje se evalúa a partir de los exámenes escritos de los alumnos mediante pruebas, cuestionarios, tareas, trabajos finales e informes. Con base en el nivel de dominio indicado por las respuestas, los profesores deciden si tuvo o no lugar un aprendizaje adecuado, o si se requiere instrucción adicional porque los educandos no comprendieron plenamente el material.”

Por ejemplo, sospecha que un maestro está proyectando una conformidad sobre la geografía de Hawái. Primero, suponga que el estudiante sabe muy poco sobre el tema. Si el maestro toma una razón anticipado al comienzo de la enseñanza y el desempeño del estudiante es deficiente, los resultados respaldarán sus creencias. Si luego de la unidad didáctica, el docente evalúa nuevamente al alumno y observa una mejora en el desempeño, el resultado lo llevará a concluir que el alumno ha adquirido algunos conocimientos.

“Su relativa facilidad de uso y su capacidad para cubrir múltiples materiales hacen que la prueba escrita sea un indicador ideal de aprendizaje. Suponemos que la prueba escrita refleja el aprendizaje, pero incluso si se aprenden muchos factores, afectará el desempeño del estudiante. Este tipo de exámenes requieren que creamos que durante el proceso de solicitud, los estudiantes harán todo lo posible para responder preguntas, y no hay factores extraños en el trabajo (por ejemplo, fatiga, enfermedad, trampas), estos factores pueden hacer que el examen escrito no represente lo que han aprendido. . Debemos intentar identificar factores externos que pueden afectar el desempeño y dificultar la evaluación del aprendizaje”. (pág. 16)

2.3.2.4.3. Exámenes orales

Schunk (2012) nos indica que:

“Los exámenes orales son parte integral de la cultura escolar. Los docentes piden a los alumnos que respondan preguntas y evalúan su aprendizaje con base en sus respuestas. Los estudiantes también plantean preguntas durante las lecciones, y si éstas indican falta de comprensión, constituyen una señal de que no ha ocurrido el aprendizaje adecuado.”

“Al igual que con la prueba escrita, asumimos que la prueba oral es un reflejo efectivo del conocimiento del estudiante, pero esto no siempre es correcto. Además, la expresión oral es una tarea. Debido a la falta de conocimiento de la terminología y las dificultades en el público o el idioma, los alumnos pueden encontrar el problema de convertir lo que han aprendido en palabras. El maestro puede explicar las palabras de los estudiantes, pero esto puede no reflejar con precisión la naturaleza de su pensamiento.”. (pág. 16)

2.3.2.5. ¿Cómo ocurre el aprendizaje?

Según Schunk (2012) nos dice que el aprendizaje ocurre cuando:

“Las teorías conductuales y cognoscitivas concuerdan en que las diferencias entre los aprendices y en el entorno pueden afectar el aprendizaje, pero disienten en la importancia relativa que conceden a estos dos factores. Las teorías conductuales destacan el papel que desempeña el ambiente, específicamente la disposición y la presentación de los estímulos, así como la manera en que se refuerzan las respuestas. Las teorías conductuales asignan menos importancia a las diferencias del aprendiz que las teorías cognoscitivas. Dos variables del estudiante que considera el conductismo son: el historial de reforzamiento (el grado al que el individuo ha sido reforzado en el pasado por desempeñar la misma tarea o una similar) y el estadio de desarrollo en que se encuentra (lo que el individuo puede hacer dado su nivel actual de desarrollo). Así, las limitaciones cognoscitivas dificultarán el aprendizaje de habilidades complejas y las discapacidades físicas podrían impedir la adquisición de conductas motoras”.

La teoría cognitiva reconoce la influencia de las condiciones ambientales en el aprendizaje. La explicación y demostración del concepto por parte del profesor proporciona información para el alumno. Los estudiantes practican habilidades, combinadas con la retroalimentación correctiva necesaria, para promover el aprendizaje.

Podría decirse que “Las teorías cognoscitivas plantean que los factores instruccionales por sí mismos no explican plenamente el aprendizaje de los alumnos. Lo que los estudiantes hagan con la información cómo la reciben, repasan, transforman, codifican, almacenan y recuperan es sumamente importante. La manera en que los aprendices procesan la información determina qué aprenden, cuándo y cómo, así como el uso que darán al aprendizaje.” (Pintrich, Kozma y McKeachie, 1986)

“La teoría cognitiva enfatiza el papel de los proyectos, convicciones, posiciones y virtudes de los alumnos. El cual sospechan de su talento para instruirse y pueden no ser capaces de completar tareas o tareas correctamente sin pasión, lo que dificulta la enseñanza. Proyecto como “¿para qué es fundamental?” o “¿qué tal lo estaré haciendo?” por lo que afectan el aprendizaje, los educadores deben tener en cuenta el progreso de proyecto de los estudiantes al planificar los cursos.” (pág. 23)

2.3.2.6. Neurociencia del aprendizaje

Según Schunk (2012) nos indica que la neurociencia del aprendizaje:

“Se enfoca en el sistema nervioso central (SNC), que está compuesto por el cerebro y la médula espinal. La mayor parte del capítulo se refiere a las funciones del cerebro más que a las de la médula espinal. El sistema nervioso autónomo (SNA), que regula los actos involuntarios (como la respiración y las secreciones), se menciona cuando es relevante.”

El papel del cerebro en el aprendizaje y el comportamiento no es un tema nuevo, pero su significación para los maestros solo ha aumentado recientemente. Aunque los educadores siempre han estado interesados en el cerebro porque están interesados en aprender y porque el cerebro ocurre en este órgano, la mayoría de las investigaciones sobre el cerebro han estudiado la disfunción que presenta. Hasta cierto punto, los efectos del estudio del cerebro son fundamentales para la enseñanza, porque los maestros tienen alumnos discapacitados. En cambio, dado que la pluralidad de los estudiantes no tienen disfunción cerebral, los resultados de este tipo de estudio no se consideran adecuados para estudiantes típicos.

Como señaló Emma en el diálogo al comienzo de este capítulo, la interpretación del SNC es necesariamente complicada. Hay muchas estructuras involucradas, muchos términos técnicos y el modo de operación del SNC es complicado. El material de este capítulo se presenta lo más claramente posible, pero ciertos detalles técnicos son necesarios para mantener la precisión de la información.

Los lectores que busquen descripciones más técnicas de cómo la estructura y función del SNC se relacionan con el aprendizaje, la motivación y el desarrollo deben consultar en otro lugar.

El lector debería poder hacer lo siguiente:

- “Explicar el ordenamiento y utilidad nerviosos de las neuritas, celdas y dendritas.
- Distinguir las competencias fundamentales de las principales áreas del cerebro.
- Reconocer determinadas funciones del cerebro ubicadas en los hemisferios derecho e izquierdo.
- Distinguir el uso de diferentes técnicas de investigación del cerebro.

- Explicar cómo se produce el aprendizaje desde la perspectiva de la neurociencia, incluidas las funciones de integración y redes de memoria.
- Analizar la formación de conexiones neuronales y la interacción entre ellas en el proceso de adquisición y uso del lenguaje.
- Analizar los cambios fundamentales y los períodos críticos del desarrollo del cerebro en función de la madurez y la experiencia.
- Explicar el papel del cerebro en la regulación de la motivación y las emociones.
- Analizar algunos de los efectos de la investigación del cerebro en la orientación y mejora de la enseñanza y el aprendizaje.” (Schunk, 2012, pág. 31)

2.3.2.7. Aprendizaje en la sociedad del conocimiento

Lopez & Matesanz, (2009), nos indica que:

“La educación tiene planteadas exigencias múltiples, crecientes, complejas y hasta contradictorias. Se requiere transmitir, masiva y eficazmente, un volumen cada vez mayor de conocimientos, que genera y requiere la sociedad cognitiva. Se exige ofrecer criterios y orientaciones para no perderse entre cantidades ingentes de informaciones, más o menos superficiales y efímeras, que invaden los espacios públicos y privados. Se necesitan valores, objetivos y metas que guíen y mantengan el rumbo en proyectos de desarrollo personal e inclusión social. La educación debe proporcionar las cartas náuticas en un mundo complejo y en permanente agitación, pero también la brújula para poder navegar por él y el ancla para detenerse, cobrar fuerzas, anticipar y valorar rutas a seguir.”

En una asociación de la cognición, la enseñanza no se limita a un ámbito específico, como los colegios, el aprendizaje es necesario bajo cualquier circunstancia. Por otro lado, la enseñanza no logra limitarse a una etapa de tiempo en la fase de vida de un individuo. Ya no es posible depender de los ingresos por conocimientos obtenidos durante la etapa de crecimiento. Los cambios constantes en todos las categorías han traído nuevas necesidades profesionales y nuevas necesidades personales de estudiar de por vida. La enseñanza universitaria debe cultivar personas que aprendan durante toda la vida.

Según Delors, (1996): “En la sociedad del conocimiento, cada persona ha de asimilar una base de conocimientos rigurosos y estrategias eficaces; tiene que saber qué pensar y cómo actuar ante las situaciones relevantes a lo largo de la vida; hacerlo desde criterios razonables y susceptibles de crítica; ser sensible a las exigencias cambiantes de los contextos; desarrollar el pensamiento reflexivo, crítico y creativo.” Como gran desafío de la era actual, el aprendizaje necesario en una sociedad del conocimiento debe basarse en los siguientes pilares:

1. Aprende a conocer
2. Aprende a querer y sentir,
3. Aprenda hacerlo,
4. Aprenda a vivir juntos,
5. Aprende a ser
6. Aprenda a comprender, desear y sentir. (García, 2006).

- **Aprende a conocer:** la cognición es una determinación con un contenido semántico amplio. Se refiere al sentido común que los individuos tienen sobre el universo y al sentido común que usamos en la vida diaria; el conocimiento de la materia de diferentes campos de la naturaleza y la realidad social y cultural constituye diferentes ciencias y conocimientos; conocer la propia identidad personal; afine conocimiento en sí o conocimiento metacognitivo. Conocer la necesidad de absorber información, memorizar y operar, ejecutar procesos, ejecutar procedimientos o estrategias para aprovechar al máximo los conocimientos conocidos, aprender constantemente más información, resolver problemas y tomar decisiones. Sin embargo, en los programas formativos de desarrollo de la personalidad y social, la comprensión también requiere motivación, esfuerzo, compromiso y perseverancia. Aprender conocimientos es un requisito para responder a las exigencias reales y profesionales de la sociedad cognitiva; sin embargo, también es una condición necesaria para que una persona se desarrolle de manera integral, ejercite sus capacidades, disfrute del conocimiento y dé sentido a la vida.
- **Aprende a querer y sentir:** El aprendizaje constante necesario para reconocer a la sociedad requiere un compromiso activo con programas de entrenamiento personal que requieren perseverancia, trabajo duro y

resignación. Más del 80% de la población adulta cree que el estudio es clave, pero menos del 25% ha desarrollado y participado en planes de formación individuales. La decisión, el trabajo y el deber son fundamentales para la realización de ideas de desarrollo de la personalidad y colectivo. Esperar, querer y amar tu trabajo es una condición necesaria para obtener buenos resultados. La motivación puede ser más externa, como el deseo de reconocimiento, prestigio social, recompensas monetarias, etc....; o el deseo interno de comprender, hacer un buen trabajo y mejorar.

- **Aprenda hacerlo:** Tradicionalmente, los currículos escolares se han centrado en la difusión del conocimiento, y aunque no sea exclusivo, se ha prestado poca atención a los procedimientos, prácticas y formas de hacer las cosas. Sin embargo, la tecnología patentada presenta requisitos especiales para la sociedad actual. Ya no se trata de especialización, preparación para tareas definidas y estabilización del trabajo en el tiempo. Hoy en día, es necesario aprender continuamente a adaptarse a un entorno en constante cambio. En la nueva economía, el trabajo está en proceso de lo que podemos llamar “desmaterialización”.
- **Aprender a vivir juntos:** Aprender a convivir en los diferentes y simultáneos espacios de nuestra vida: la familia, la escuela, el trabajo, la sociedad y la cultura son quizás los más urgentes e importantes. En la sociedad de la globalización y la información, nos convertimos en observadores impotentes de quienes crean y mantienen el conflicto y la violencia. El patrón de violencia en las familias, las escuelas, las empresas y los medios de comunicación está alcanzando niveles alarmantes. A principios del siglo XXI, el derecho a la paz se declaró prioritario y condición básica para el desarrollo y el bienestar de las personas y la sociedad. El descubrimiento, reconocimiento y respeto de la otra parte coincide con la determinación de la propia identidad personal.
- **Aprende a ser:** De cara al siglo XXI, el desafío de la educación es no dejar que la nueva generación viva en una sociedad determinada. Pero proporcionar a todos las habilidades y estándares para que puedan rodear el universo cambista y mostrar una actitud solidaria y responsable. La función básica de la educación es más importante que nunca, proporciona a todas las personas libertad de entendimiento, emoción, fantasía e imaginación,

permitiéndoles dar sentido a sus vidas y conseguir el más alto nivel de felicidad.

- **Aprenda a comprender, desear y sentir:** la gente sabe mucho sobre el mundo natural y social cultural (matemáticas, física, química, biología, historia, sociología, economía, etc.), al menos esto es extraño. Por un lado, se comprenden a sí mismos, sus pensamientos y sentimientos, motivos y emociones, por otro lado, están muy interesados en ellos. El conocimiento, la teoría en el cerebro humano no es solo un problema teórico, sino que también tiene una trascendencia práctica extraordinaria, especialmente en aquellas profesiones relacionadas con los demás y su comportamiento (las más importantes en nuestro conocimiento y servicio a la sociedad), por ello, sus juicios, emociones e incentivos. Docentes, psicólogos, educadores, sociólogos, antropólogos, trabajadores sociales, etc. (pág. 6)

2.3.2.8. Principio del aprendizaje

Espejo & Sarmiento, (2017) nos dice que

“En relación con los principios del aprendizaje antes mencionados, las investigaciones de Susan Ambrose y sus colegas – tal como se describen en su libro de 2010 *How learning works* - son una fuente importante de elementos que pueden ser aplicados de manera práctica en la preparación y en el desarrollo de un curso. Lo que sigue es una exposición de estos principios de acuerdo con lo que señala Ambrose.”

Primero, es importante reflexionar estos principios para reconocer la enseñanza:

- a) Es un transcurso de crecimiento que se cruza con otros recursos de desarrollo en la vida estudiantil.
- b) Los alumnos que entrar a nuestro salón de clases no solo tienen destrezas, e inteligencia, también experimento comunitario y sentimental si no afectan sus valores, sus percepciones de sí mismos y de los demás, y cómo participan.

Estos inicios están relacionados entre sí de forma holística y, aunque cada principio se propone de forma aislada, se expresan claramente en disposiciones verdaderos de enseñanza y son primordialmente indivisibles.

Dicho esto, los principios son los siguientes:

- **Principio 1:** *Los conocimientos previos de los alumnos ayudan o dificultan el aprendizaje*

Este principio muestra lo fundamental que es comprender el aprendizaje previo del estudiante, ya que esto mejorará o dificultará el aprendizaje del estudiante. El conocimiento previo afecta a los alumnos a depurar y explicar el material nuevo que se está estudiando. Si la calidad y precisión del conocimiento existente es alta y se activa en el momento adecuado, ayudará al nuevo proceso de la enseñanza. Por otro lado, si es impreciso, se establece incorrectamente o se activa de forma inadecuada, puede interferir con nuevos aprendizajes.

- **Principio 2:** *La manera en que los alumnos planifican su inteligencia afectará la forma en que saben y usan el conocimiento que han aprendido.*

Este principio despierta la concentración de las personas sobre la estructura de relaciones que establecen los alumnos entre diferentes componentes del conocimiento. Es importante combinar nuevos componentes para formar relaciones significativas y necesarias, que permitirán a los estudiantes restaurar estos componentes deben aplicar cuando sea necesario.

- **Principio 3:** *El ánimo de los alumnos resuelve, orienta y sustenta el aprendizaje que debe realizar.*

Es un modelo que en el momento un alumno está animado para estudiar un determinado contenido, mostrará la fuerza y durabilidad necesarias para dominar el contenido. Esto significa que los estudiantes comprenden la importancia del tema en sus carreras y se benefician de los resultados de aprendizaje que obtienen los profesores en sus cursos. Esto también significa que los estudiantes se sienten plenamente apoyados por el profesor y que las actividades propuestas son coherentes y ajustadas según el grado de estos efectos de enseñanza.

- **Principio 4:** *Para dominar una materia, el alumno debe procrear medios cognitivos, de actitud y procedimentales, integrarlos y saber cuándo aplicar lo aprendido.*

Este principio tiene un significado básico en el método de competencia de la universidad central: la capacidad se entiende que es un comportamiento complicado que se asocia la cognición, actitud o procedimientos. El propósito

aquí es eludir reflexionar estas figuras de forma sellada y resaltar la importancia de combinarlos e integrarlos para desarrollar propiedades de fluidos. Los docentes deben promover la aplicación de estos diferentes recursos (cognición, actitud y recursos procedimentales-movilizables de nuestro modelo curricular) en las actividades docentes implementadas en el currículo.

- **Principio 5:** *La práctica orientada a objetivos y la retroalimentación concentrada pueden mejorar la calidad del aprendizaje de los alumnos.*

Este principio nos enseña lo fundamental de que los estudiantes comprendan los efectos de enseñanza propuestos por los cursos propuestos (objetivos), y el maestro ha diseñado un sistema progresivo para lograr estos objetivos, incluido un proceso de retroalimentación que puede monitorear los procesos. Tenga en cuenta que esto implica una evaluación, incluidos estándares claros y una entrega de información oportuna y eficaz.

- **Principio 6:** *El nivel actual de desarrollo del estudiante está relacionado con el entorno social, emocional e intelectual de la clase, lo que afecta el aprendizaje.*

Lo fundamental es examinar el concepto de atmósfera en el aula. Esta es una tarea importante (y también un desafío) para los docentes: establecer espacios de aprendizaje, que deben estar motivados intelectualmente y ser desafiantes, pueden cultivar la personalidad en la sociedad y pueden motivar a las personas y emocionalmente. Respetar a las personas para que los estudiantes estén encerrados en una sociedad que suscita el aprendizaje. Las motivaciones y necesidades de los alumnos, incluidas sus historias, antecedentes e intereses, se consideran seres humanos y se han convertido en aspectos muy importantes que los profesores deben considerar. Existe evidencia de que la atmósfera de clase que creamos tiene un impacto en nuestros estudiantes. Una atmósfera negativa obstaculizará el aprendizaje y el aprendizaje, pero una atmósfera positiva promoverá el aprendizaje y el aprendizaje.

- **Principio 7:** *Para convertirse en aprendices autodirigidos, los alumnos tienen que instruirse a vigilar y adaptar sus métodos de enseñanza.*

“Además de enfocarse en la enseñanza de los alumnos, es fundamental que los docentes consideren que hoy deben desarrollar sus habilidades de aprendizaje. El aprendizaje a lo largo de la vida es el resultado de cambios

constantes que han llevado al surgimiento de nuestra actual sociedad del conocimiento, que clama por quienes tienen la capacidad de aprender por sí mismos. Por tanto, la autonomía del alumno en el aprendizaje es un ideal que debemos perseguir como profesores. Produce ejemplos de metacognición. En estos ejemplos, los alumnos pueden utilizar diferentes estrategias de autorregulación, tiempo, energía y recursos de aprendizaje.” (pág. 13)

2.4 Definición de términos básicos

- **Alexitimia primaria:** puede ser provocada por factores genéticos, en cuyo caso se manifiesta desde la infancia; o bien por enfermedades neurológicas (como la esclerosis múltiple o la enfermedad de Parkinson) o por ictus, traumatismos o encéfalo.
- **Alexitimia secundaria:** se debe a orígenes traumáticas que ocurrieron en definidos instantes evolutivos o cuando el individuo sufrió un trauma severo en la vida adulta.
- **Alexitimia:** como se señaló, la falta de expresión o sentimiento incluye dificultad para sentir, reconocer y expresar emociones en las propias relaciones y en otras. En general, es una enfermedad que no puede expresar ni detectar las propias emociones.
- **Aprendizaje:** Para Piaget, el aprendizaje es un proceso en el que el sujeto utiliza la experiencia, manipula objetos, interactúa con las personas, genera o construye conocimiento y revisa activamente su modelo cognitivo del mundo que lo constituye.
- **Área social:** Magnífica nuestra experiencia como humanos. Incluyendo familia, pareja, amigos y comunidad. La interacción con los demás es parte de nuestra vida diaria y aprender a convivir es una parte importante de nuestra felicidad.
- **Capacidad:** en términos generales, se refiere a la capacidad de un individuo para poseer derechos, obtener obligaciones y ejercer derechos por su cuenta. Se define tradicionalmente como el “atributo” de una persona (como nombre, dirección, estado, etc.).
- **Cognitivismo:** Esta es una tendencia en psicología que se especializa en cognición (procesos de pensamiento relacionados con el conocimiento). Por tanto, la psicología cognitiva estudia los mecanismos que conducen a la elaboración del conocimiento.

- **Conductismo:** Esta es una corriente de psicología que se enfoca en el derecho común que determina el comportamiento de humanos y animales. De ahí se originó el conductismo tradicional, que pone la psicología interior sobre el comportamiento observable, es decir, pone la meta en lo subjetivo.
- **Empatía:** es la capacidad de comprender y compartir los sentimientos y experiencias de los demás. Es imaginarse a sí mismo en la piel de otra persona.
- **Expresión oral:** es nuestra comunicación a través del lenguaje, especialmente todo aquello que implica que debemos hablar. Es completamente opuesto a la expresión física. A través de sus canales de comunicación no verbal, es decir, la apariencia, los gestos y la postura, pueden comunicar cosas, etc.
- **Habilidad motora:** es la capacidad que se aprende por aprendizaje de realizar movimientos con excelente técnica, en forma óptima y en cualquier situación. Sus componentes son: destreza (discriminación de los movimientos); patrones motores filogenéticos (propio de cada especie)
- **Motivación:** es un estado interno que activa, guía y mantiene el comportamiento de una persona hacia una meta o propósito específico, es este impulso el que impulsa a las personas a realizar ciertas acciones y persistir en completar estas acciones.
- **Neuro aprendizaje:** Por definición, se trata de un proceso continuo que permite identificar a las personas, comprender la diversidad de sus habilidades, visualizar sus recursos y así gestionar el máximo desarrollo del potencial de esa persona.
- **Pensamiento operacional:** es la capacidad de pensar simbólicamente y comprender contenido abstracto de manera significativa, sin necesidad de objetos físicos, o incluso imaginación basada en experiencias pasadas de tales objetos.
- **Pensamiento:** es la capacidad de las personas para formar ideas y representaciones de la realidad en sus cabezas, y están interconectadas.
- **Personalidad:** lo que distingue a una persona de otra son las diferencias individuales. Por tanto, personalidad es un término que describe y permite una explicación teórica de un conjunto de características que posee un individuo que lo convierte en su característica y lo distingue de los demás.

- **Racionalidad:** se refiere a la forma en que un individuo toma la mejor decisión entre varias opciones posibles, la posibilidad de su elección implica limitaciones y consecuencias.
- **Sentimiento:** un estado emocional causado por emociones hacia personas, animales, objetos o situaciones. Del mismo modo, el sentimiento también se refiere al sentimiento y al hecho de sentir.
- **Trastorno cognitivo:** son cambios en una o más funciones cognitivas que incluyen procesar y memorizar información, incluidos los dominios de percepción, atención, lenguaje o memoria. Los cambios cognitivos más comunes incluyen delirio, amnesia, demencia, enfermedad de Alzheimer y enfermedad de Parkinson.

2.5 Hipótesis de investigación

2.5.1 Hipótesis general

La alexitimia influye significativamente en el aprendizaje de los alumnos de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión-Huacho, durante el ciclo académico 2014-I.

2.5.2 Hipótesis específicas

- La dificultad para identificar los sentimientos influye significativamente en el aprendizaje de los alumnos de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión-Huacho, durante el ciclo académico 2014-I.
- La dificultad para expresar los sentimientos influye significativamente en el aprendizaje de los alumnos de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión-Huacho, durante el ciclo académico 2014-I.
- El pensamiento orientado a aspectos externos influye significativamente en el aprendizaje de los alumnos de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión-Huacho, durante el ciclo académico 2014-I.

2.6 Operacionalización de las variables

VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS
ALEXITIMIA	• Dificultad para identificar los sentimientos.	• Problemas para identificar y discriminar sus propios sentimientos. • Dificultad para distinguir en otra persona una emoción.	Ítems
	• Dificultad para expresar los sentimientos.	• Incapaz para expresar sus sentimientos a través del lenguaje. • Incapacidad para describir los afectos sentidos.	Ítems
	• Pensamiento orientado a aspectos externos.	• En su expresión existen limitadas referencias abstractas y simbólicas. • Preocupación por detalles y acontecimientos externos.	Ítems
APRENDIZAJE	• Aprende a conocer	• Comprende la disciplina de diferentes campos de la realidad cultural natural y social.	Ítems
	• Aprende a querer y sentir	• Crea un plan de entrenamiento personal para participar.	Ítems
	• Aprende hacer	• Transmite una adaptabilidad a los contextos.	Ítems
	• Aprende a vivir juntos	• Está relacionado con la diferencia y simultaneidad de nuestras vidas.	Ítems
	• Aprende hacer	• Comprende el mundo en constante cambio que lo rodea, muestra	Ítems

	<ul style="list-style-type: none"> • Aprende a comprender, desear y sentir 	<ul style="list-style-type: none"> • Se comprende a sí mismo, sus pensamientos y emociones. 	Ítems
--	---	--	-------

CAPÍTULO III METODOLOGÍA

3.1 Diseño metodológico

Para el presente estudio utilizamos el diseño no experimental de tipo transeccional o transversal. Ya que el plan o estrategia concebida para dar respuestas a las preguntas de investigación, no se manipulo ninguna variable, se trabajó con un solo grupo, y se recolectaron los datos a analizar en un solo momento.

El nivel o alcance en el desarrollo del conocimiento del presente estudio es el descriptivo, ya que no existe mucha información y estudios acerca de la alexitimia.

3.2 Población y muestra

3.2.1 Población

La población en estudio, la conforman todos los alumnos de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión en el distrito de Huacho, matriculados en ciclo académico 2014. Los mismos que suman 1522.

3.2.2 Muestra

Se seleccionó una muestra probabilística aleatoria y sistemática, lo que implica primero hallar un número Késimo, y luego elegir un número de arranque.

$K = Pt/Tm = 1522/13\% = 1522/200 = 7,6 = 8$ (redondeando).....este es el número Késimo, ahora elegimos el número de arranque en el primer intervalo de 8 sujetos.

1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15,16,17,18,19,20,21,22,23,24,25,26,27,28,29,30,31,32,33,34,35,36,37,38.....1500,1501,1502,1503,1504,1505,1506,1507,1508,1509,1510,1511,1512,1513,1514,1515,1516,1517,1518,1519,1520,1521,1522.

3.3 Técnicas de recolección de datos

Para la investigación de campo se utilizó la técnica de la observación y para la recolección de los datos, se aplicó la escala de alexitimia de Toronto (TAS-20) previa planificación y coordinación con los docentes de la Facultad de Educación, lo que me permitió estudiar a las dos variables cualitativas de manera cuantitativa, es decir desde el enfoque mixto.

El instrumento utilizado consta de 20 ítems con 5 alternativas nominales, que los alumnos deberán marcar de acuerdo con su estado o situación que vivencian con respecto a sus emociones, a sus percepciones y conocimientos de la realidad.

3.4 Técnicas para el procesamiento de la información

Este estudio utiliza el sistema estadístico SPSS versión 23. Y emplea los estadísticos descriptivos: medidas de tendencia central, medidas de dispersión y curtosis.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS

4.1 Análisis de resultados

Tabla 1

A menudo estoy confuso con las emociones de que estoy sintiendo

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Siempre	35	17,5	17,5	17,5
	Casi siempre	60	30,0	30,0	47,5
	A veces	35	17,5	17,5	65,0
	Casi nunca	40	20,0	20,0	85,0
	Nunca	30	15,0	15,0	100,0
	Total	200	100,0	100,0	

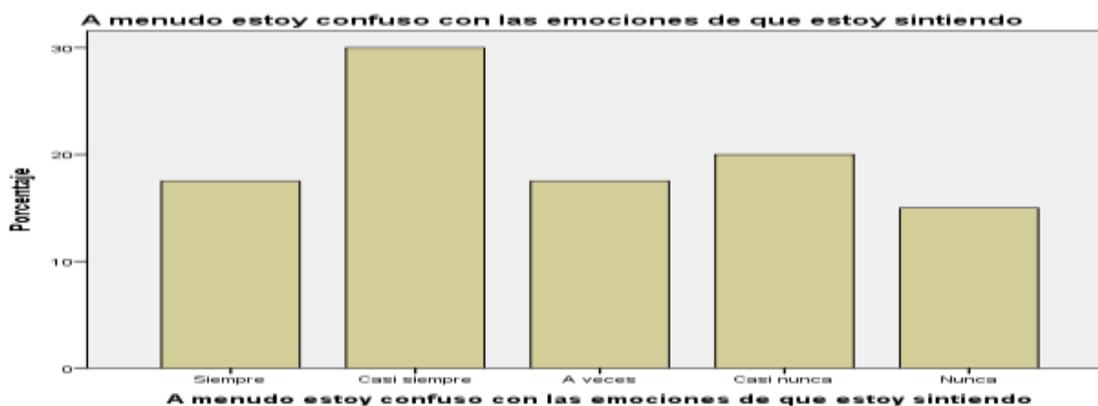


Figura 1: A menudo estoy confuso con las emociones de que estoy sintiendo

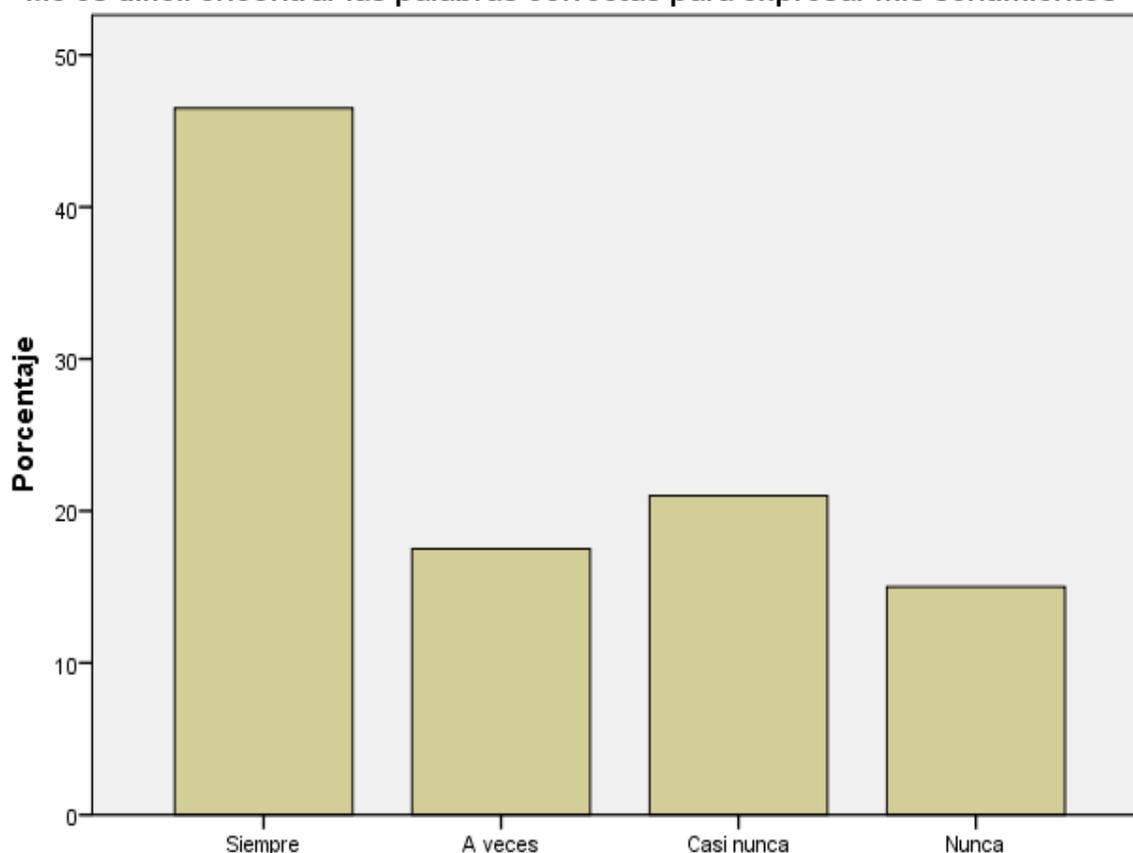
Interpretación: se encuestó a 200 alumnos los cuales el 17,5% indican que siempre están confuso con las emociones de que están sintiendo, el 30,0% indican que casi siempre están confuso con las emociones de que están sintiendo, el 17,5% indican que a veces están confuso con las emociones de que están sintiendo, el 20,0% indican que casi nunca están confuso con las emociones de que están sintiendo y el 15,0% indican que nunca están confuso con las emociones de que están sintiendo.

Tabla 2

Me es difícil encontrar las palabras correctas para expresar mis sentimientos

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Siempre	93	46,5	46,5	46,5
	A veces	35	17,5	17,5	64,0
	Casi nunca	42	21,0	21,0	85,0
	Nunca	30	15,0	15,0	100,0
	Total	200	100,0	100,0	

Me es difícil encontrar las palabras correctas para expresar mis sentimientos



Me es difícil encontrar las palabras correctas para expresar mis sentimientos

Figura 2: Me es difícil encontrar las palabras correctas para expresar mis sentimientos

Interpretación: se encuestó a 200 alumnos los cuales el 46,5% indican que siempre le es difícil encontrar las palabras correctas para expresar sus sentimientos, el 17,5% indican que a veces le es difícil encontrar las palabras correctas para expresar sus sentimientos, el 21,0% indican que casi nunca le es difícil encontrar las palabras correctas para expresar sus sentimientos y el 15,0% indican que nunca le es difícil encontrar las palabras correctas para expresar sus sentimientos.

Tabla 3

Tengo sensaciones físicas que incluso ni los doctores entienden

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Casi nunca	200	100,0	100,0	100,0

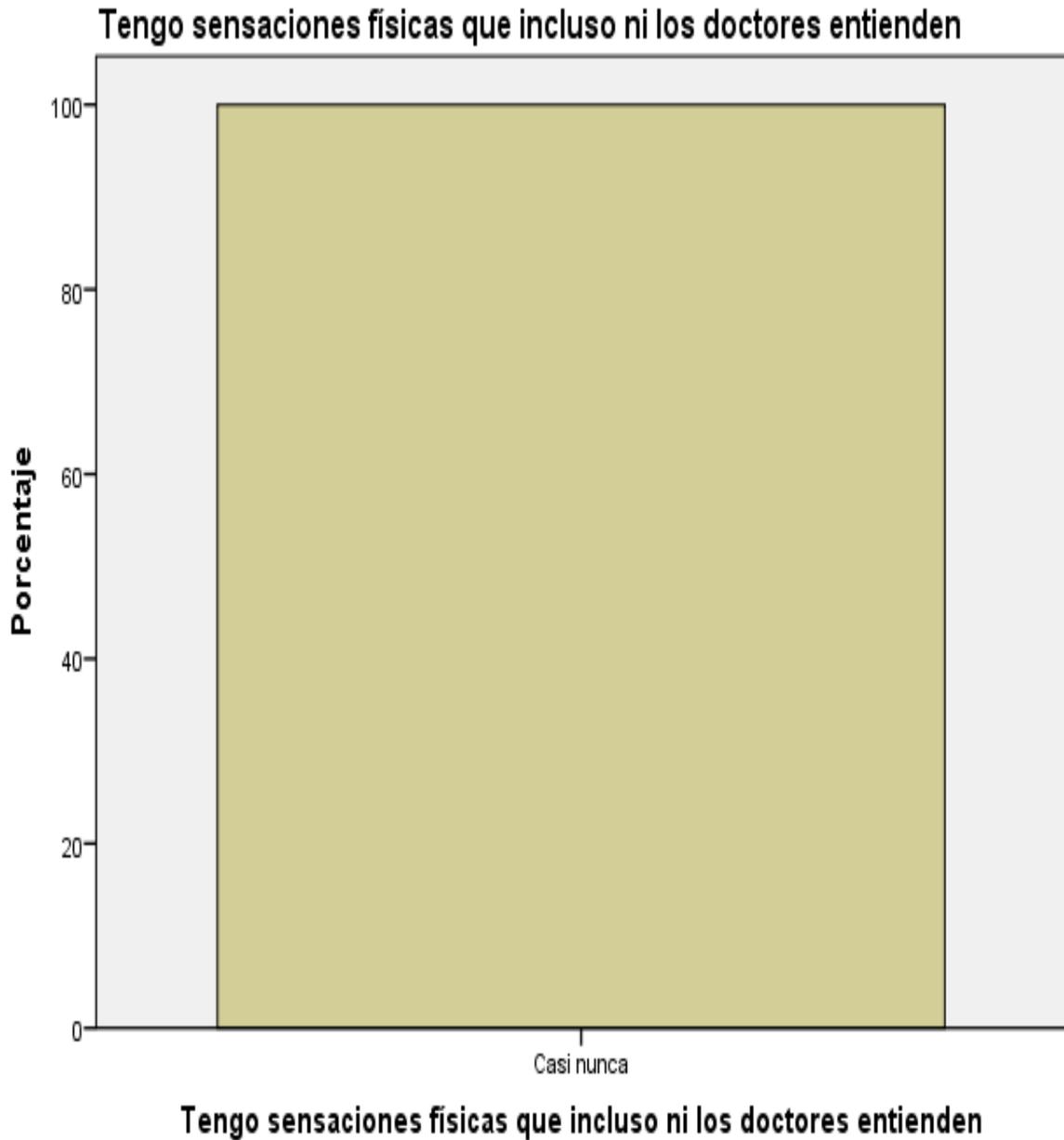


Figura 3: Tengo sensaciones físicas que incluso ni los doctores entienden

Interpretación: se encuestó a 200 alumnos los cuales el 100,0% indican que casi nunca tienen sensaciones físicas que incluso ni los doctores entienden.

Tabla 4

Soy capaz de expresar mis sentimientos fácilmente

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Casi siempre	132	66,0	66,0	66,0
	A veces	55	27,5	27,5	93,5
	Nunca	13	6,5	6,5	100,0
	Total	200	100,0	100,0	

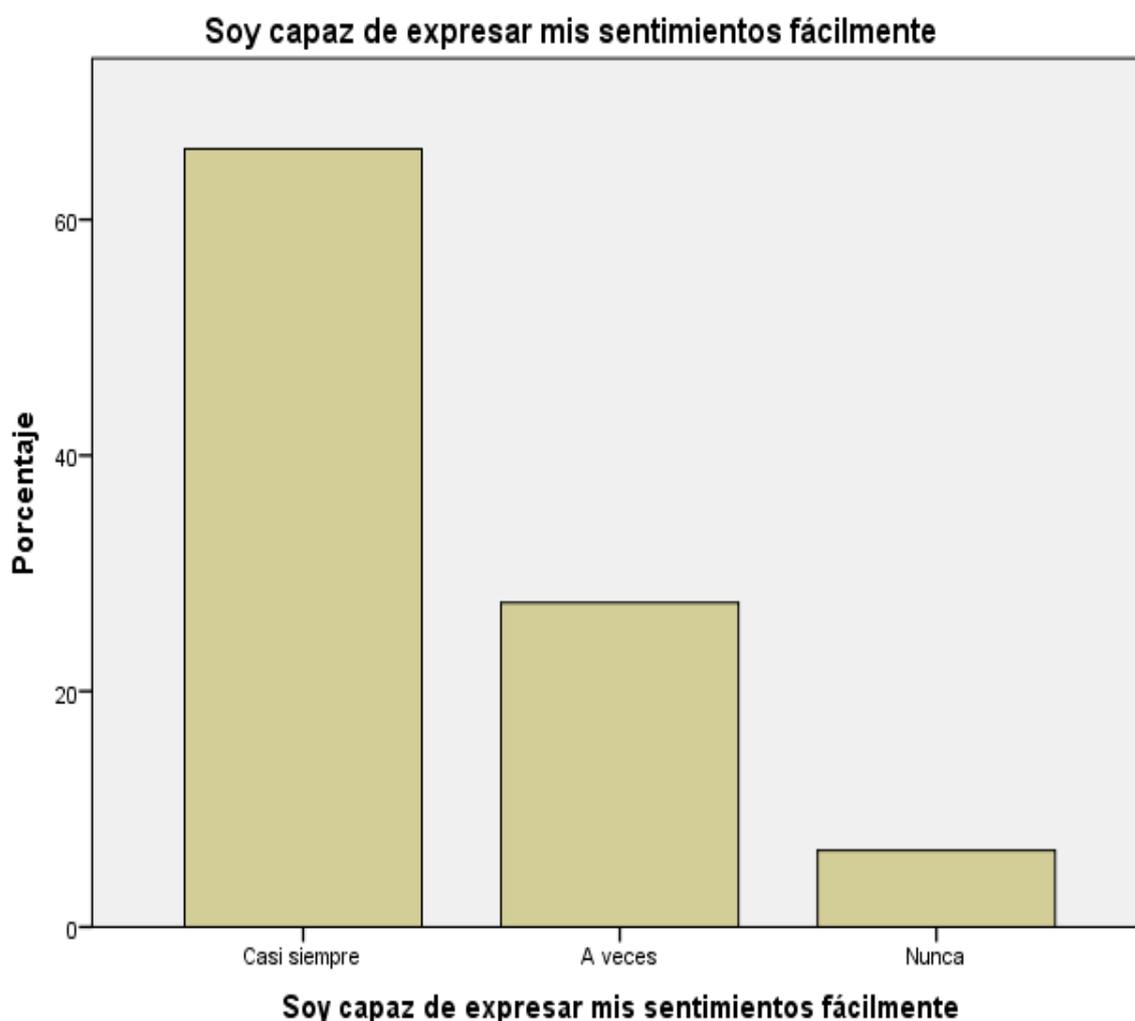


Figura 4: Soy capaz de expresar mis sentimientos fácilmente

Interpretación: se encuestó a 200 alumnos los cuales el 66,0% indican que casi siempre son capaces de expresar sus sentimientos fácilmente, el 27,5% indican que a veces son capaces de expresar sus sentimientos fácilmente y el 6,5% indican que nunca son capaces de expresar sus sentimientos fácilmente.

Tabla 5

Prefiero pensar bien acerca de un problema en vez de solo mencionarlo

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Siempre	25	12,5	12,5	12,5
	A veces	149	74,5	74,5	87,0
	Nunca	26	13,0	13,0	100,0
	Total	200	100,0	100,0	

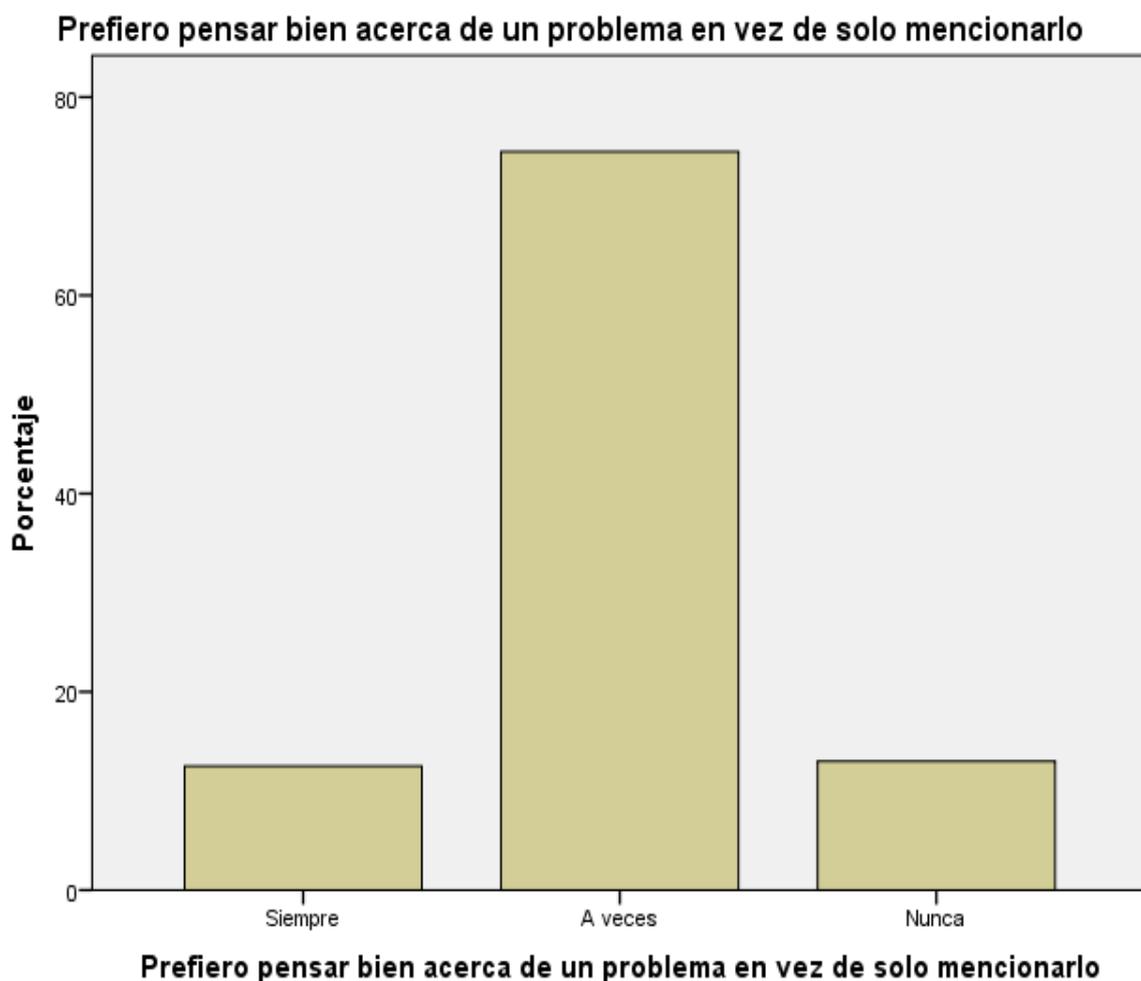


Figura 5: Prefiero pensar bien acerca de un problema en vez de solo mencionarlo

Interpretación: se encuestó a 200 alumnos los cuales el 12,5% indican que siempre prefieren pensar bien acerca de un problema en vez de solo mencionarlo, el 74,5% indican que a veces prefieren pensar bien acerca de un problema en vez de solo mencionarlo y el 13,0% indican que nunca prefieren pensar bien acerca de un problema en vez de solo mencionarlo.

Tabla 6

Cuando estoy mal no se si estoy triste, asustado o enfadado

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Siempre	46	23,0	23,0	23,0
	Casi siempre	36	18,0	18,0	41,0
	A veces	99	49,5	49,5	90,5
	Nunca	19	9,5	9,5	100,0
	Total	200	100,0	100,0	

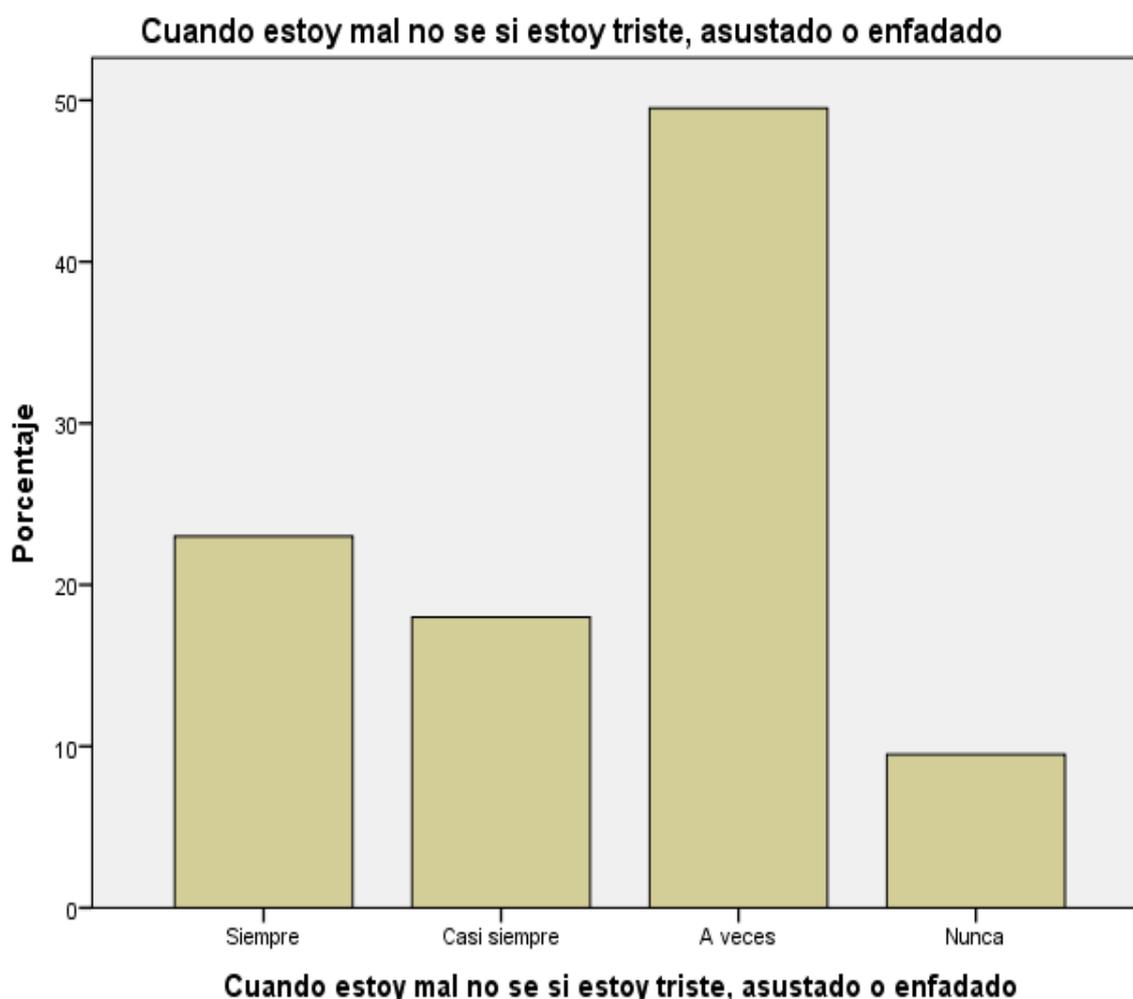


Figura 6: Cuando estoy mal no se si estoy triste, asustado o enfadado

Interpretación: se encuestó a 200 alumnos los cuales el 23,0% indican que cuando siempre están mal sienten que están triste, asustado o enfadado, el 18,0% indican que cuando casi siempre están mal sienten que están triste, asustado o enfadado, el 49,5% indican cuando a veces están mal sienten que están triste, asustado o enfadado y el 9,5% indican que cuando nunca están mal sienten que están triste, asustado o enfadado.

Tabla 7

A menudo estoy confundido con las sensaciones de mi cuerpo

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Siempre	150	75,0	75,0	75,0
	Nunca	50	25,0	25,0	100,0
	Total	200	100,0	100,0	

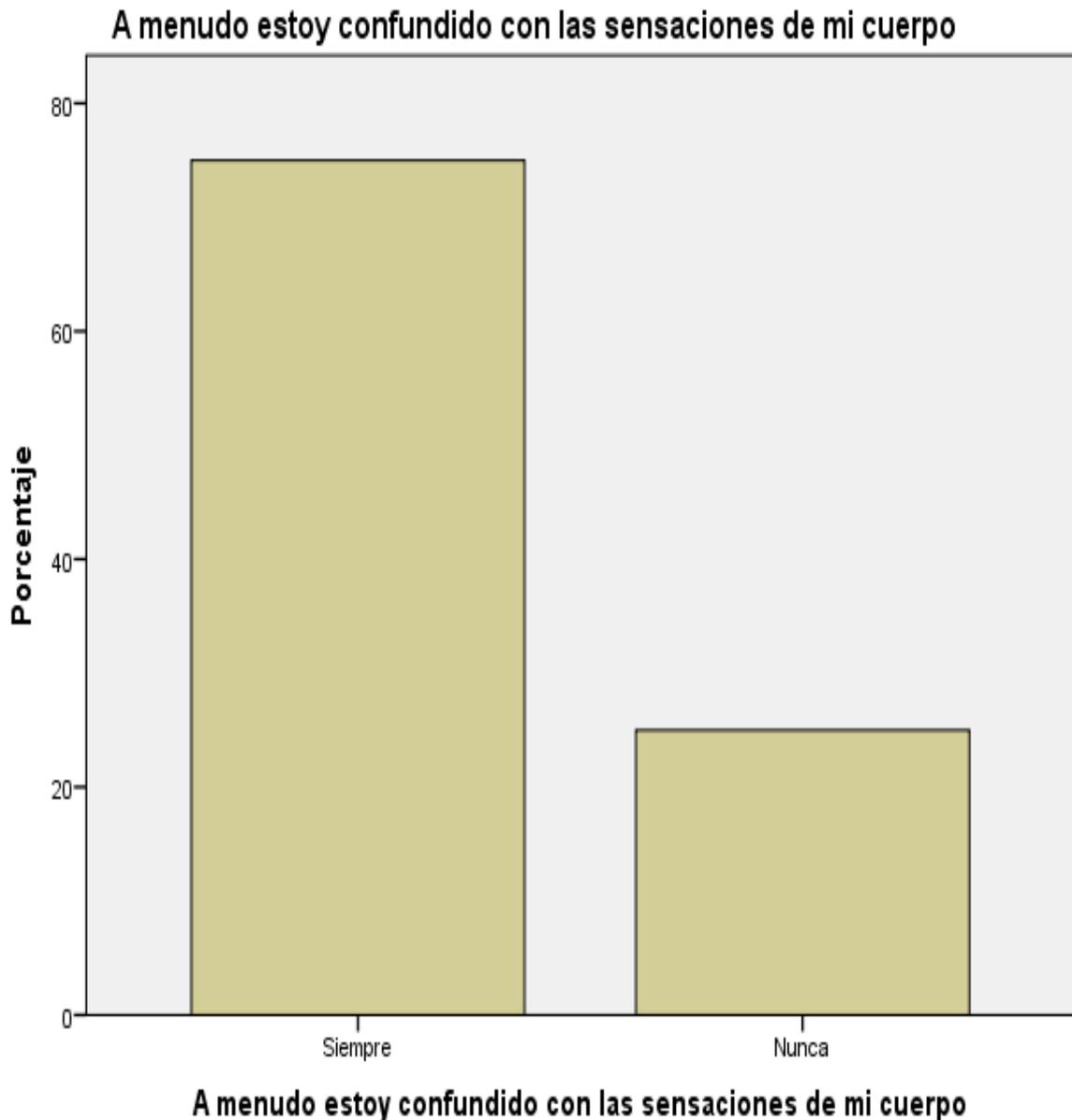


Figura 7: A menudo estoy confundido con las sensaciones de mi cuerpo

Interpretación: se encuestó a 200 alumnos los cuales el 75,0% indican que siempre están confundido con las sensaciones de su cuerpo y el 25,0% indican que nunca están confundido con las sensaciones de su cuerpo.

Tabla 8

Prefiero dejar que las cosas sucedan solas, sin preguntarme por qué suceden de ese modo

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Siempre	12	6,0	6,0	6,0
	A veces	45	22,5	22,5	28,5
	Nunca	143	71,5	71,5	100,0
	Total	200	100,0	100,0	

Prefiero dejar que las cosas sucedan solas, sin preguntarme por qué suceden de ese modo.

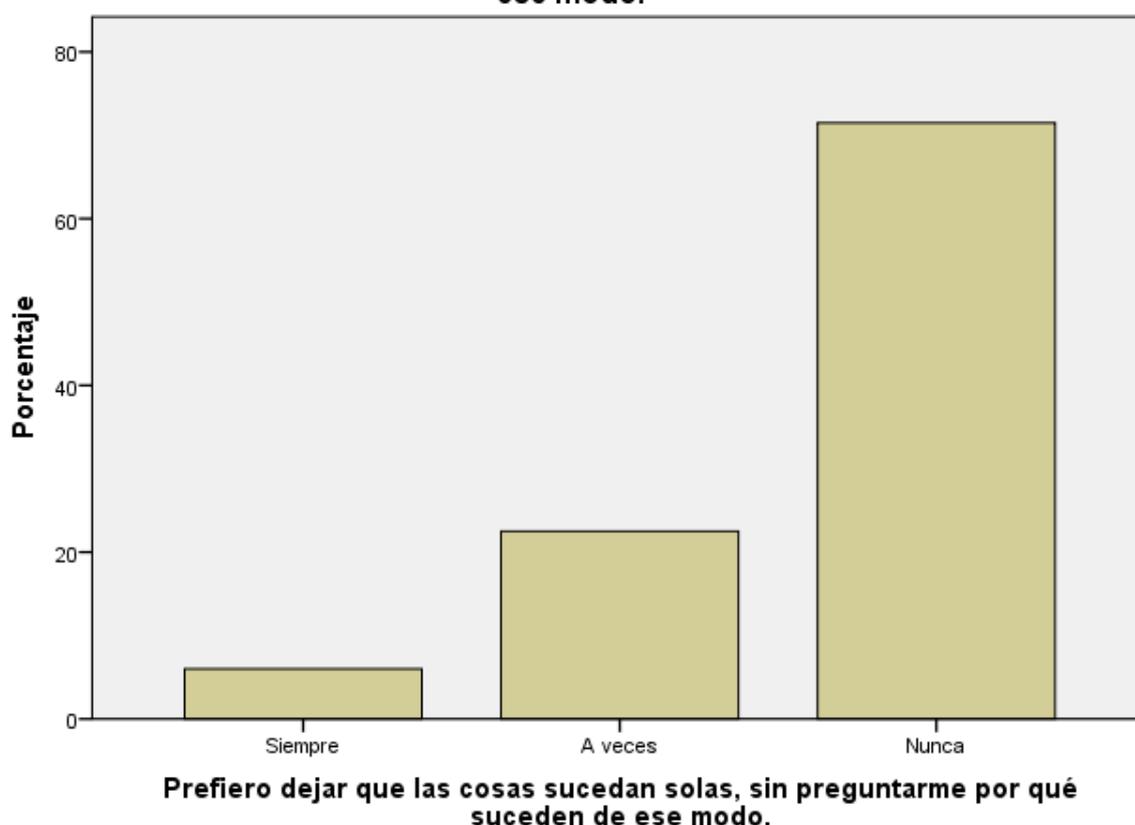


Figura 8: Prefiero dejar que las cosas sucedan solas, sin preguntarme por qué suceden de ese modo

Interpretación: se encuestó a 200 alumnos los cuales el 6,0% indican que siempre prefieren dejar que las cosas sucedan solas, sin preguntarse por qué suceden de ese modo, el 22,5% indican que a veces prefieren dejar que las cosas sucedan solas, sin preguntarse por qué suceden de ese modo y el 71,5% indican que nunca prefieren dejar que las cosas sucedan solas, sin preguntarse por qué suceden de ese modo.

Tabla 9

Tengo sentimientos que casi no puedo identificar

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Casi siempre	122	61,0	61,0	61,0
	A veces	30	15,0	15,0	76,0
	Nunca	48	24,0	24,0	100,0
	Total	200	100,0	100,0	

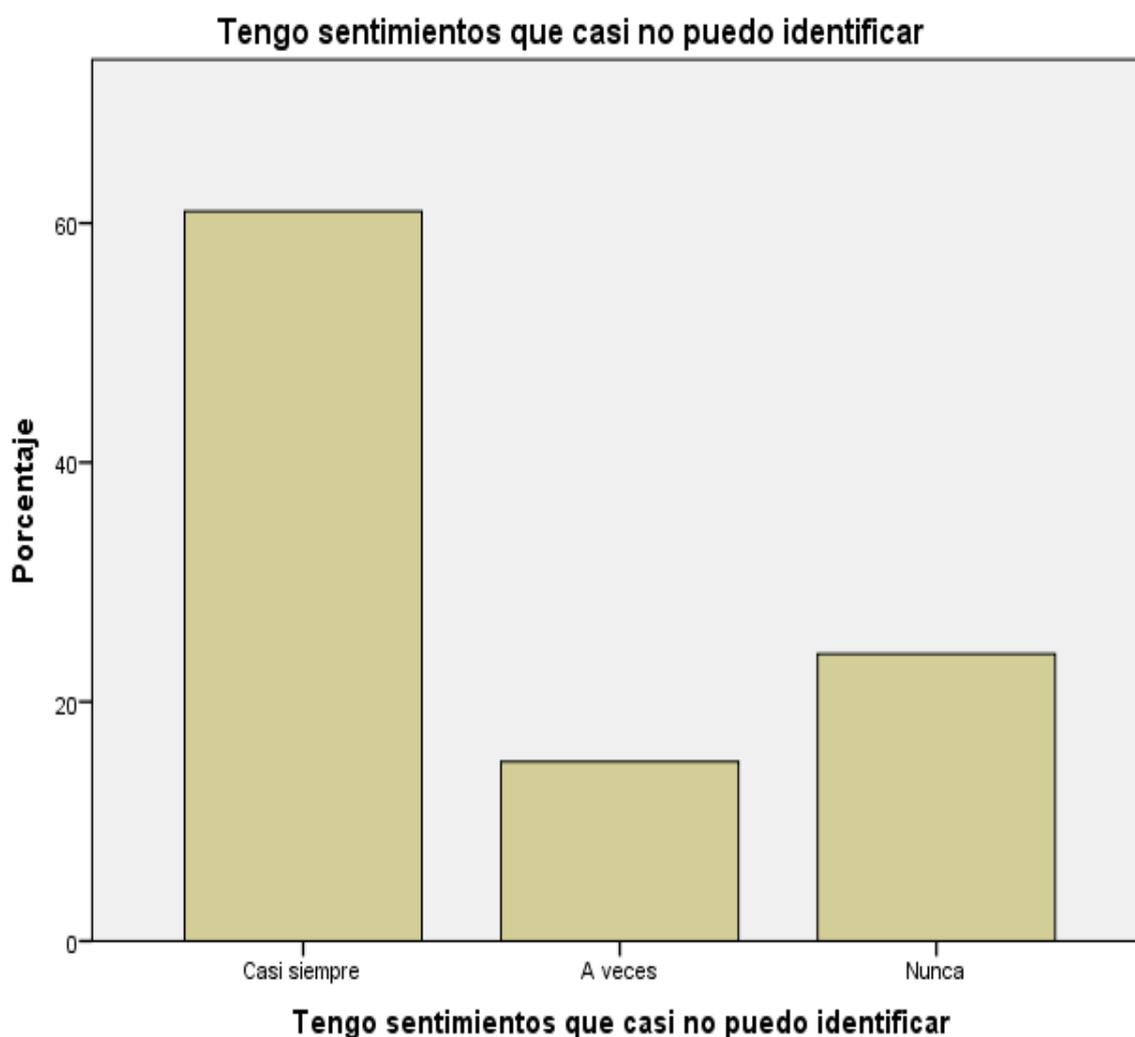


Figura 9: Tengo sentimientos que casi no puedo identificar

Interpretación: se encuestó a 200 alumnos los cuales el 61,0% indican que casi siempre tienen sentimientos que casi no puede identificar, el 15,0% indican que a veces tienen sentimientos que casi no puede identificar y el 24,0% indican que nunca tienen sentimientos que casi no puede identificar.

Tabla 10

Estar en contacto con las emociones es muy importante

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Siempre	200	100,0	100,0	100,0

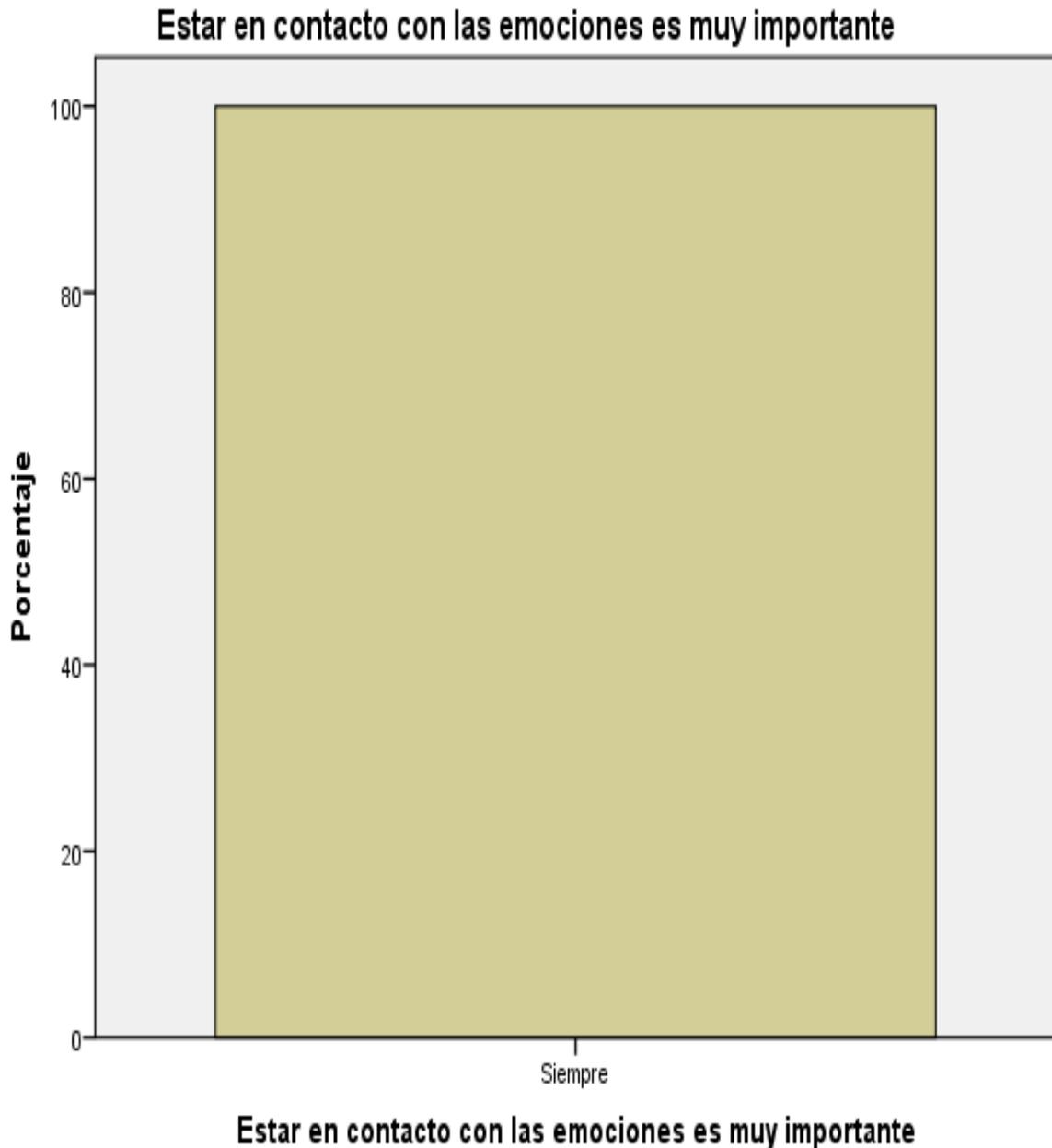


Figura 10: Estar en contacto con las emociones es muy importante

Interpretación: se encuestó a 200 alumnos los cuales el 100,0% indican que siempre estar en contacto con las emociones es muy importante.

Tabla 11

Me es difícil expresar lo que siento acerca de las personas

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Siempre	41	20,5	20,5	20,5
	A veces	96	48,0	48,0	68,5
	Nunca	63	31,5	31,5	100,0
	Total	200	100,0	100,0	

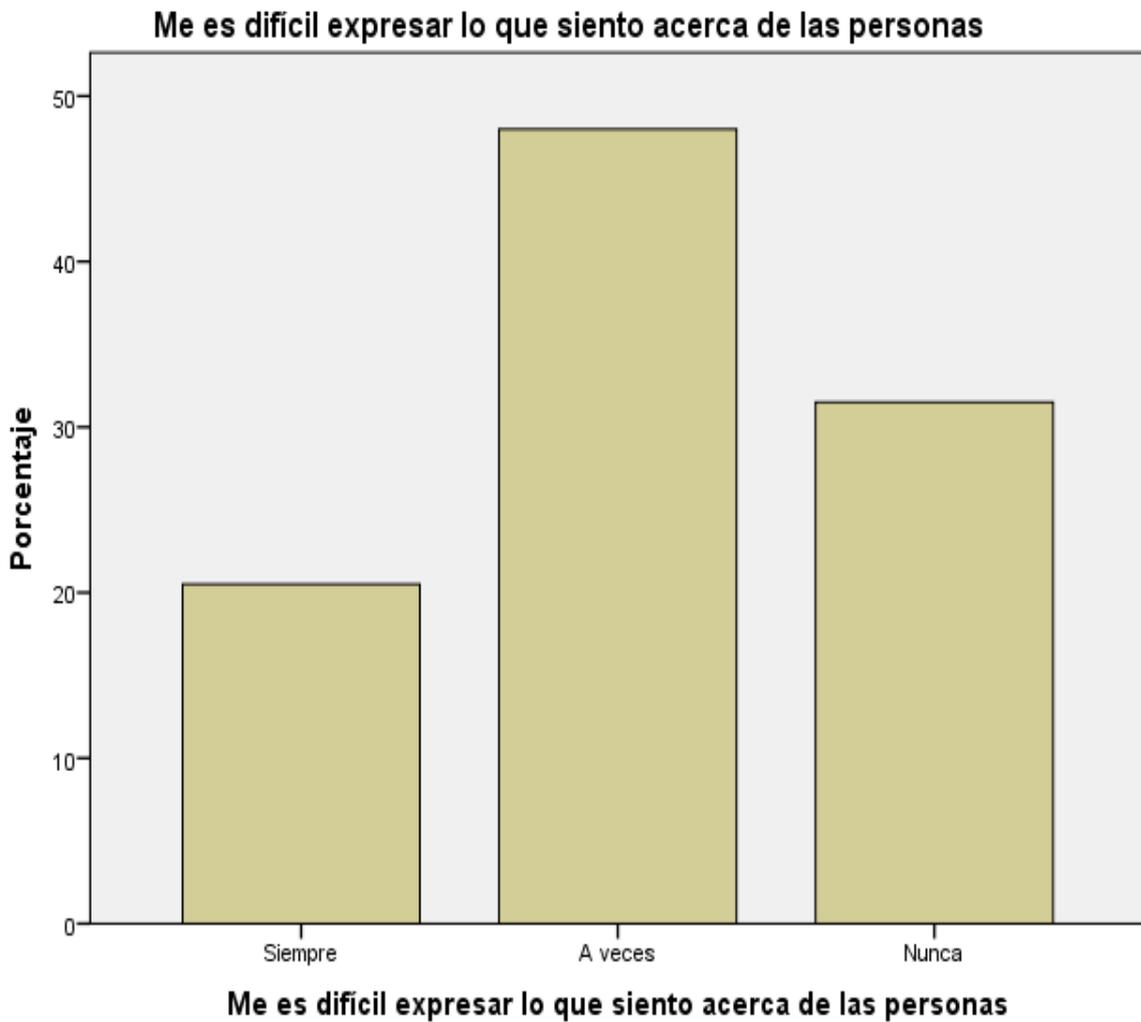


Figura 11: Me es difícil expresar lo que siento acerca de las personas

Interpretación: se encuestó a 200 alumnos los cuales el 20,5% indican que siempre le es difícil expresar lo que siente acerca de las personas, el 48,0% indican que a veces le es difícil expresar lo que siente acerca de las personas y el 31,5% indican que nunca le es difícil expresar lo que siente acerca de las personas.

Tabla 12

La gente me dice que exprese más mis sentimientos

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Siempre	68	34,0	34,0	34,0
	Casi nunca	87	43,5	43,5	77,5
	Nunca	45	22,5	22,5	100,0
	Total	200	100,0	100,0	

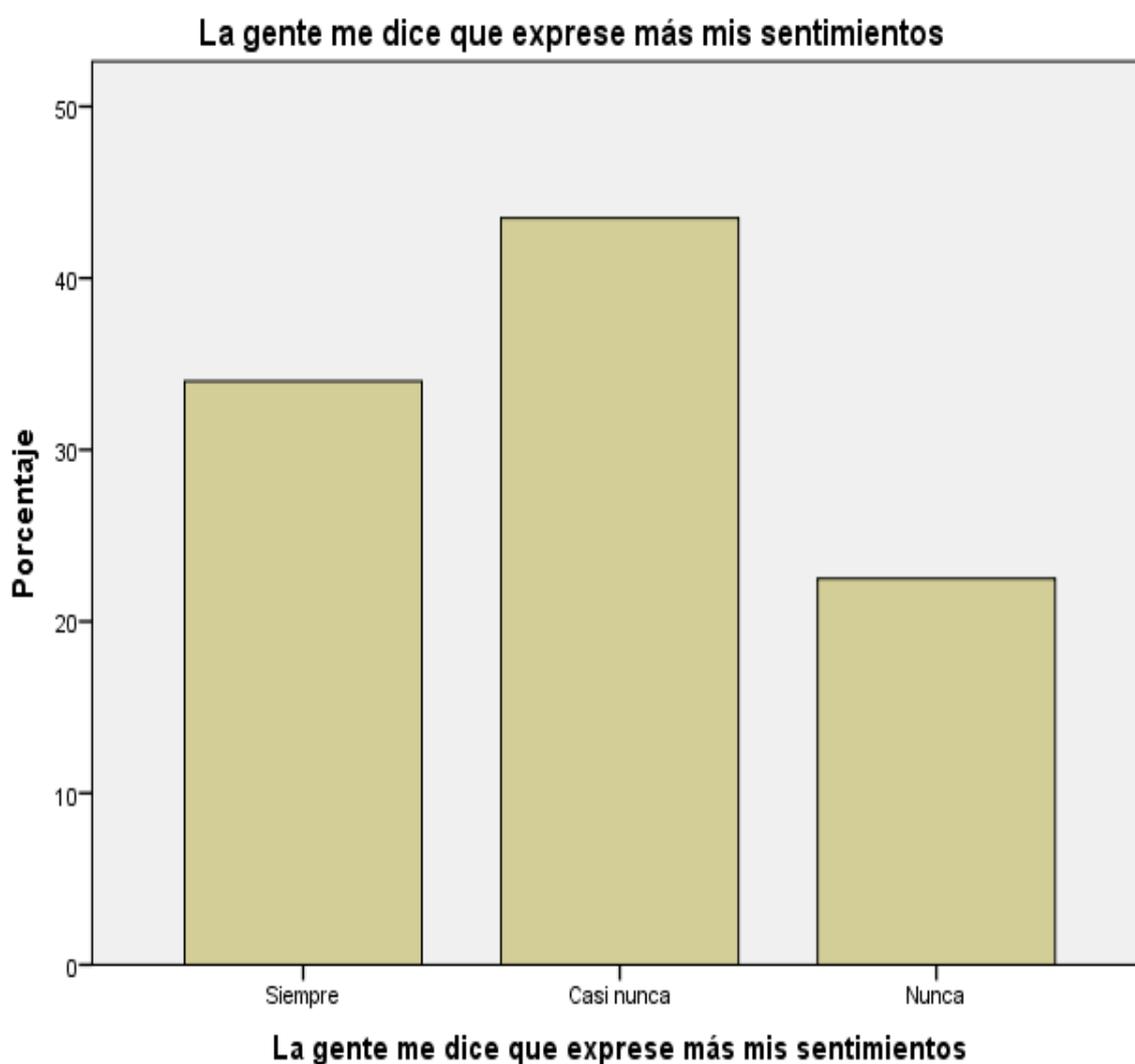


Figura 12: La gente me dice que exprese más mis sentimientos

Interpretación: se encuestó a 200 alumnos los cuales el 34,0% indican que siempre la gente le dice que exprese más sus sentimientos, el 43,5% indican que casi siempre la gente le dice que exprese más sus sentimientos y el 22,5% indican que nunca la gente le dice que exprese más sus sentimientos.

Tabla 13

No sé qué pasa dentro de mi

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Siempre	149	74,5	74,5	74,5
	Nunca	51	25,5	25,5	100,0
	Total	200	100,0	100,0	

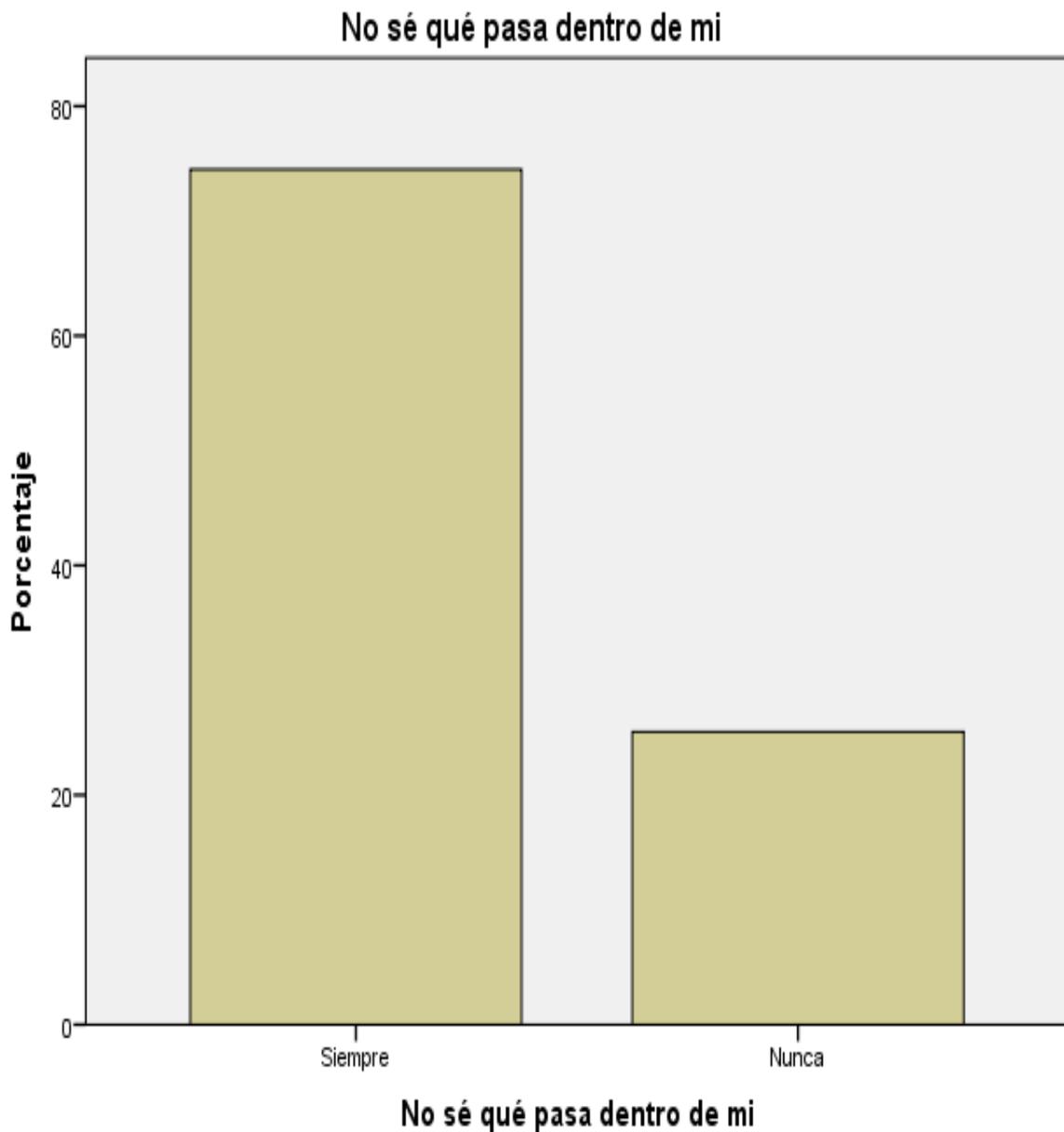


Figura 13: No sé qué pasa dentro de mi

Interpretación: se encuestó a 200 alumnos los cuales el 74,5% indican que siempre sabe lo que pasa dentro de él y el 23,5% indican que nunca sabe lo que pasa dentro de él.

Tabla 14

A menudo no sé por qué estoy enfadado

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Siempre	12	6,0	6,0	6,0
	A veces	45	22,5	22,5	28,5
	Nunca	143	71,5	71,5	100,0
	Total	200	100,0	100,0	

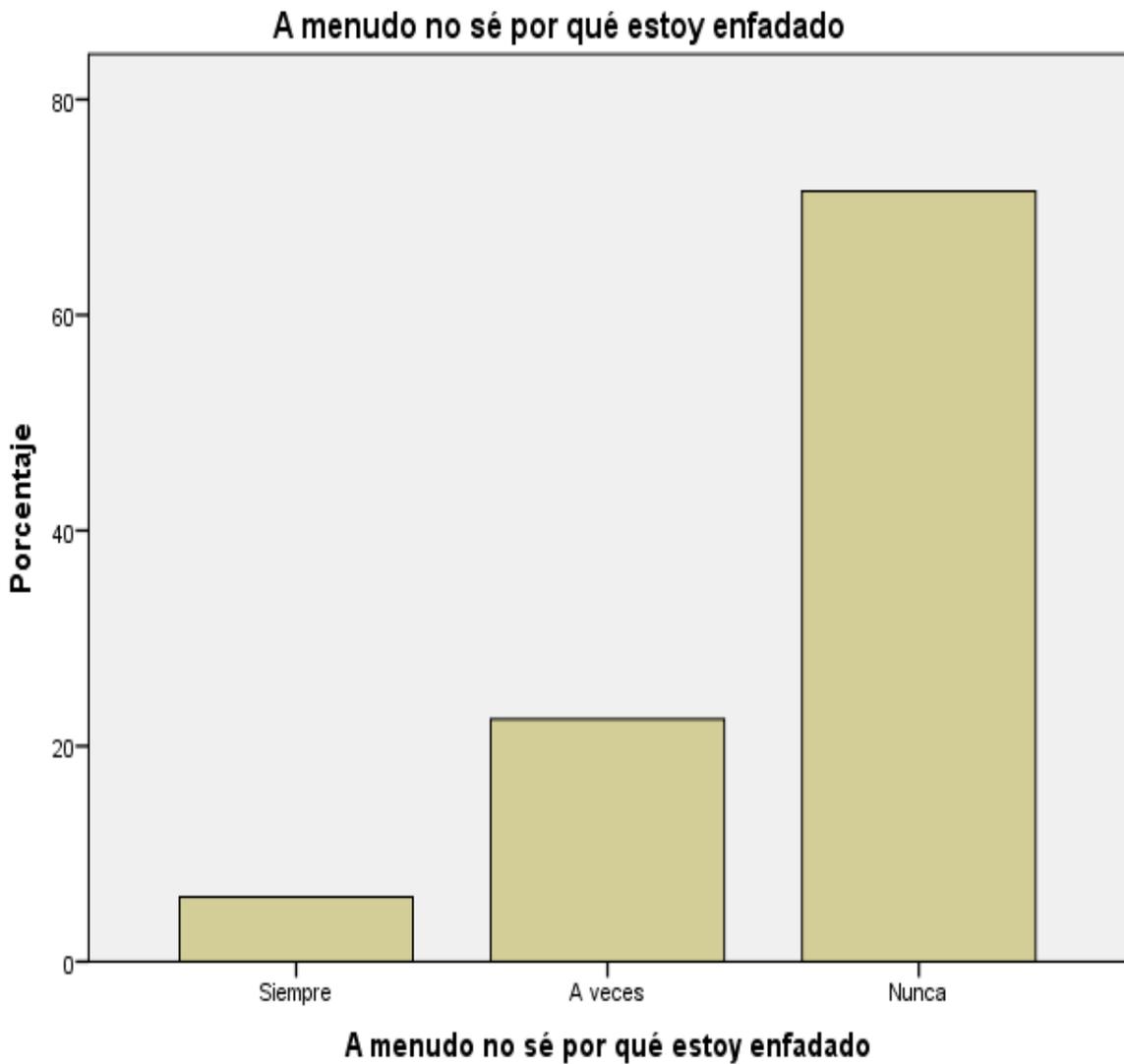


Figura 14: A menudo no sé por qué estoy enfadado

Interpretación: se encuestó a 200 alumnos los cuales el 6,0% indican que siempre saben por qué están enfadado, el 22,5% indican que a veces saben por qué están enfadado y el 71,5% indican que nunca saben por qué están enfadado.

Tabla 15

Prefiero hablar con la gente de sus actividades diarias mejor que de sus sentimientos

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Siempre	17	8,5	8,5	8,5
	Nunca	183	91,5	91,5	100,0
	Total	200	100,0	100,0	

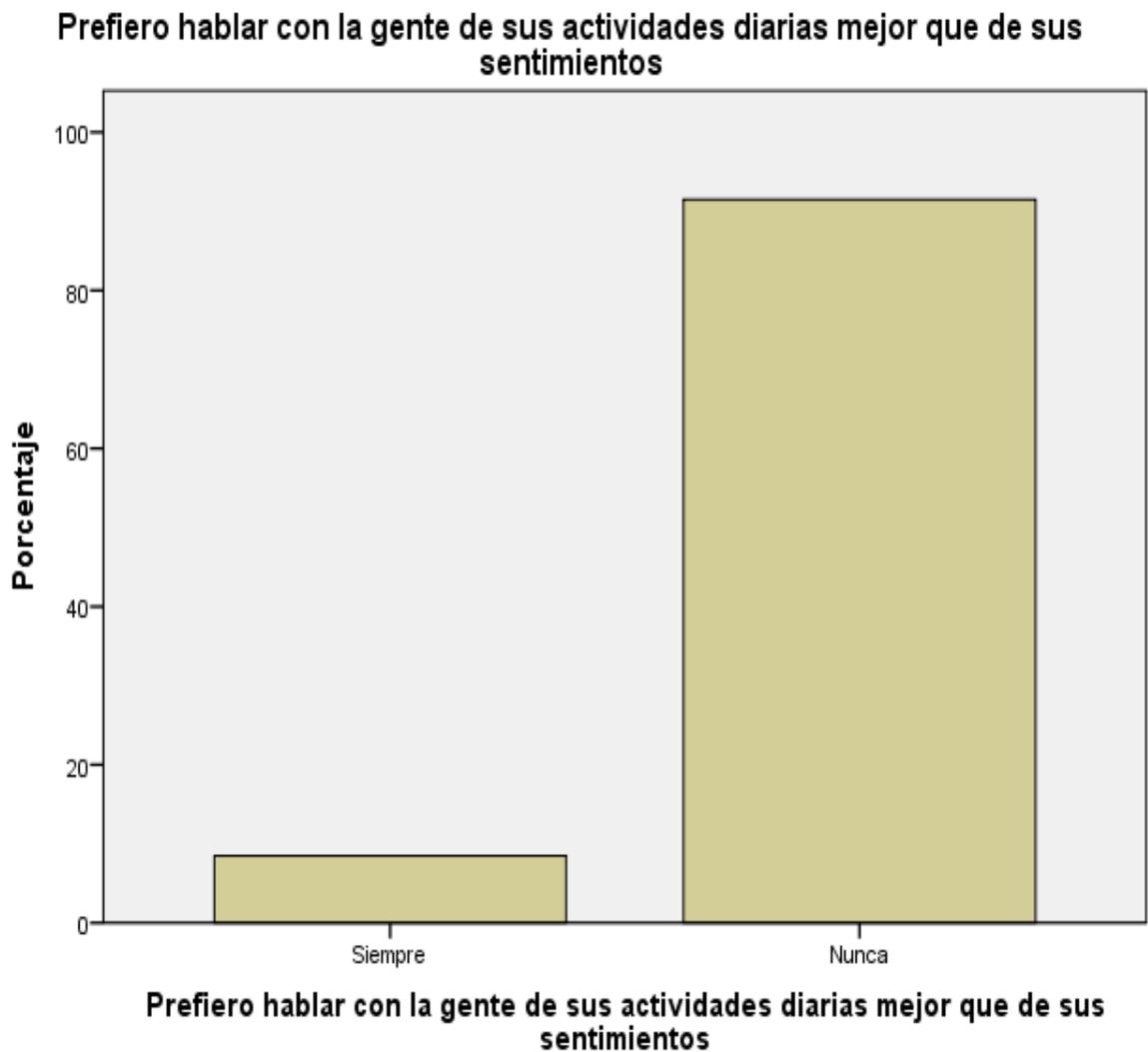


Figura 15: Prefiero hablar con la gente de sus actividades diarias mejor que de sus sentimientos

Interpretación: se encuestó a 200 alumnos los cuales el 8,5% indican que siempre prefieren hablar con la gente de sus actividades diarias en vez de sus sentimientos, en cambio el 91,5% indican que mejor prefieren hablar de sus sentimientos con la gente que de sus actividades diarias.

Tabla 16

Prefiero ver espectáculos simples, pero entretenidos, que dramas psicológicos

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Siempre	122	61,0	61,0	61,0
	A veces	48	24,0	24,0	85,0
	Nunca	30	15,0	15,0	100,0
	Total	200	100,0	100,0	

Prefiero ver espectáculos simples, pero entretenidos, que dramas psicológicos.

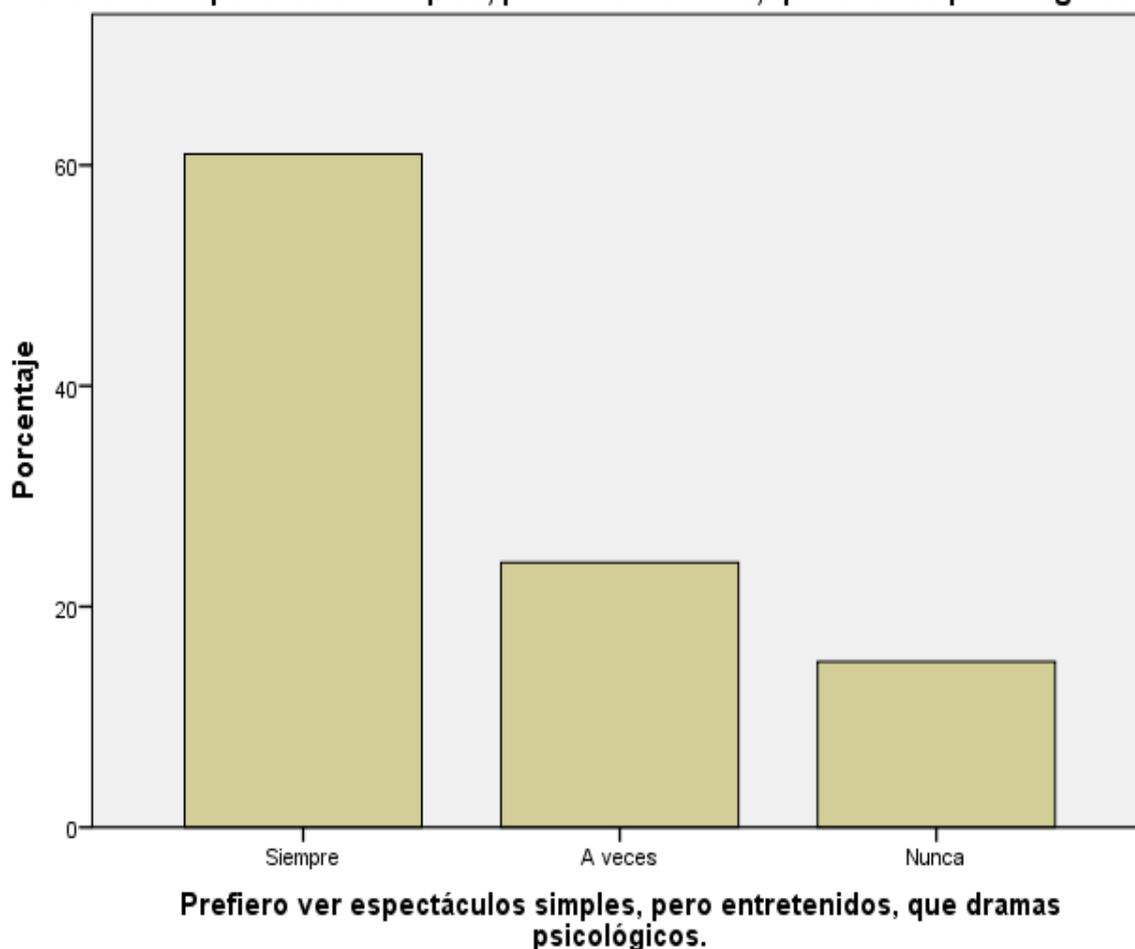


Figura 16: Prefiero ver espectáculos simples, pero entretenidos, que dramas psicológicos

Interpretación: se encuestó a 200 alumnos los cuales el 61,0% indican que siempre prefieren ver espectáculos simples, pero entretenidos, que dramas psicológicos, el 24,0% indican que a veces prefieren ver espectáculos simples, pero entretenidos, que dramas psicológicos y el 15,0% indican que nunca prefieren ver espectáculos simples, pero entretenidos, que dramas psicológicos.

Tabla 17

Me es difícil revelar mis sentimientos más profundos, incluso a mis amigos más íntimos

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Siempre	93	46,5	46,5	46,5
	A veces	107	53,5	53,5	100,0
	Total	200	100,0	100,0	

Me es difícil revelar mis sentimientos más profundos, incluso a mis amigos más íntimos

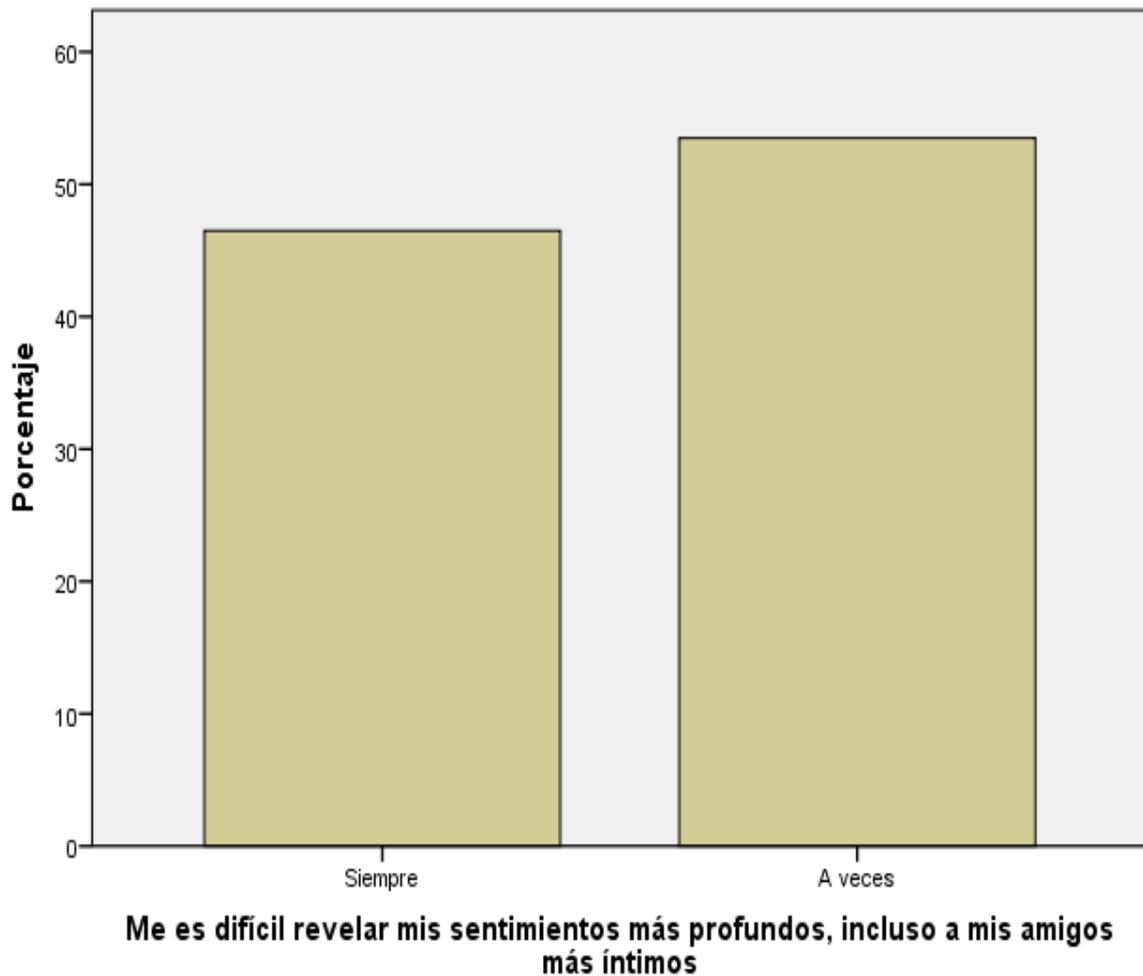


Figura 17: Me es difícil revelar mis sentimientos más profundos, incluso a mis amigos más íntimos

Interpretación: se encuestó a 200 alumnos los cuales el 46,5% indican que siempre le es difícil revelar sus sentimientos más profundos, incluso a sus amigos más íntimos y el 53,5% indican que a veces le es difícil revelar sus sentimientos más profundos, incluso a sus amigos más íntimos.

Tabla 18

Puedo sentirme cercano a alguien, incluso en momentos de silencio

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Casi siempre	150	75,0	75,0	75,0
	A veces	15	7,5	7,5	82,5
	Casi nunca	35	17,5	17,5	100,0
	Total	200	100,0	100,0	

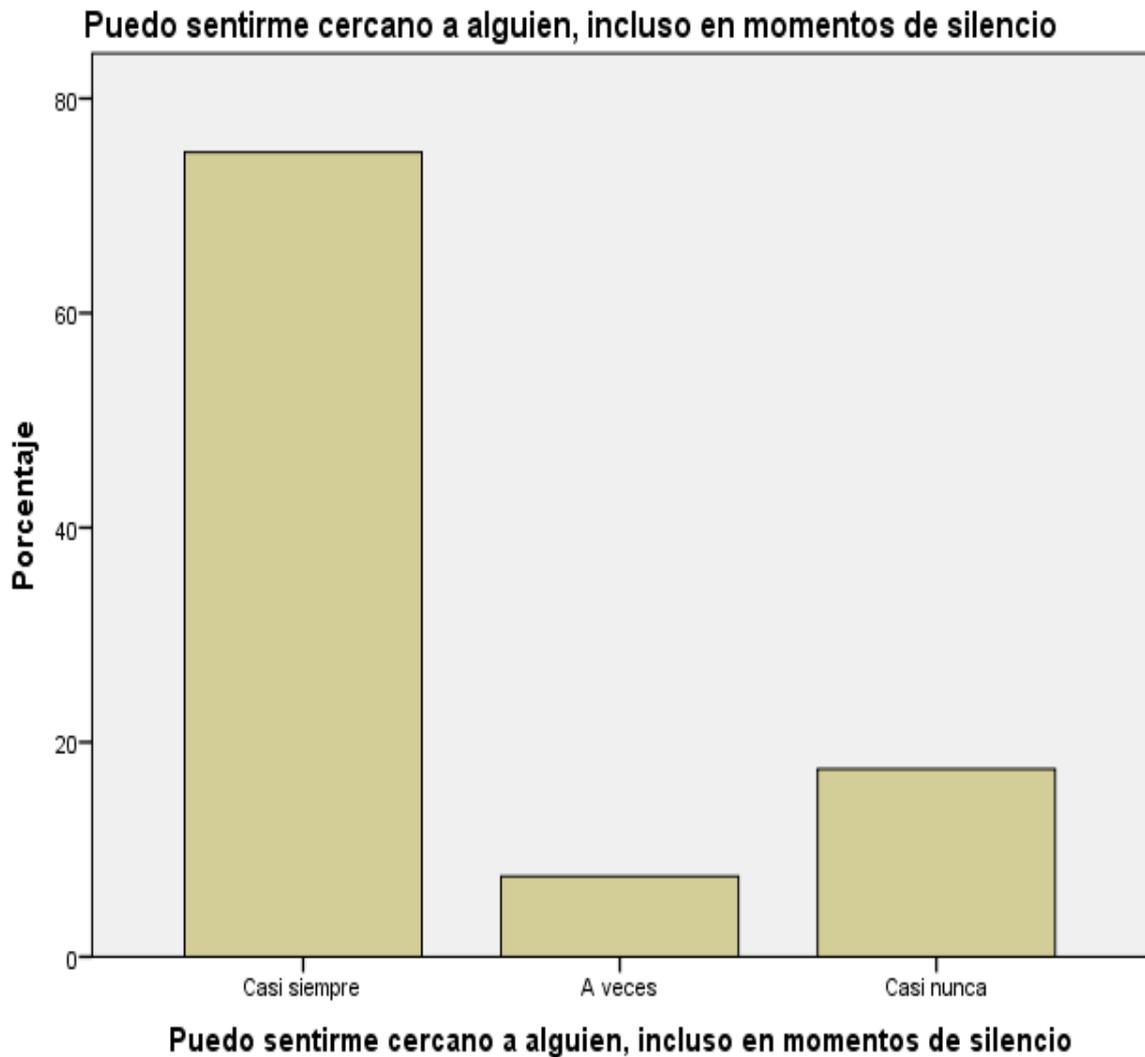


Figura 18: Puedo sentirme cercano a alguien, incluso en momentos de silencio

Interpretación: se encuestó a 200 alumnos los cuales el 75,0% indican que casi siempre pueden sentirse cercano a alguien, incluso en momentos de silencio, el 7,5% indican que a veces pueden sentirse cercano a alguien, incluso en momentos de silencio y el 17,5% indican que casi nunca pueden sentirse cercano a alguien, incluso en momentos de silencio.

Tabla 19

Encuentro útil examinar mis sentimientos para resolver problemas personales

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Casi siempre	150	75,0	75,0	75,0
	A veces	15	7,5	7,5	82,5
	Casi nunca	35	17,5	17,5	100,0
	Total	200	100,0	100,0	

Encuentro útil examinar mis sentimientos para resolver problemas personales

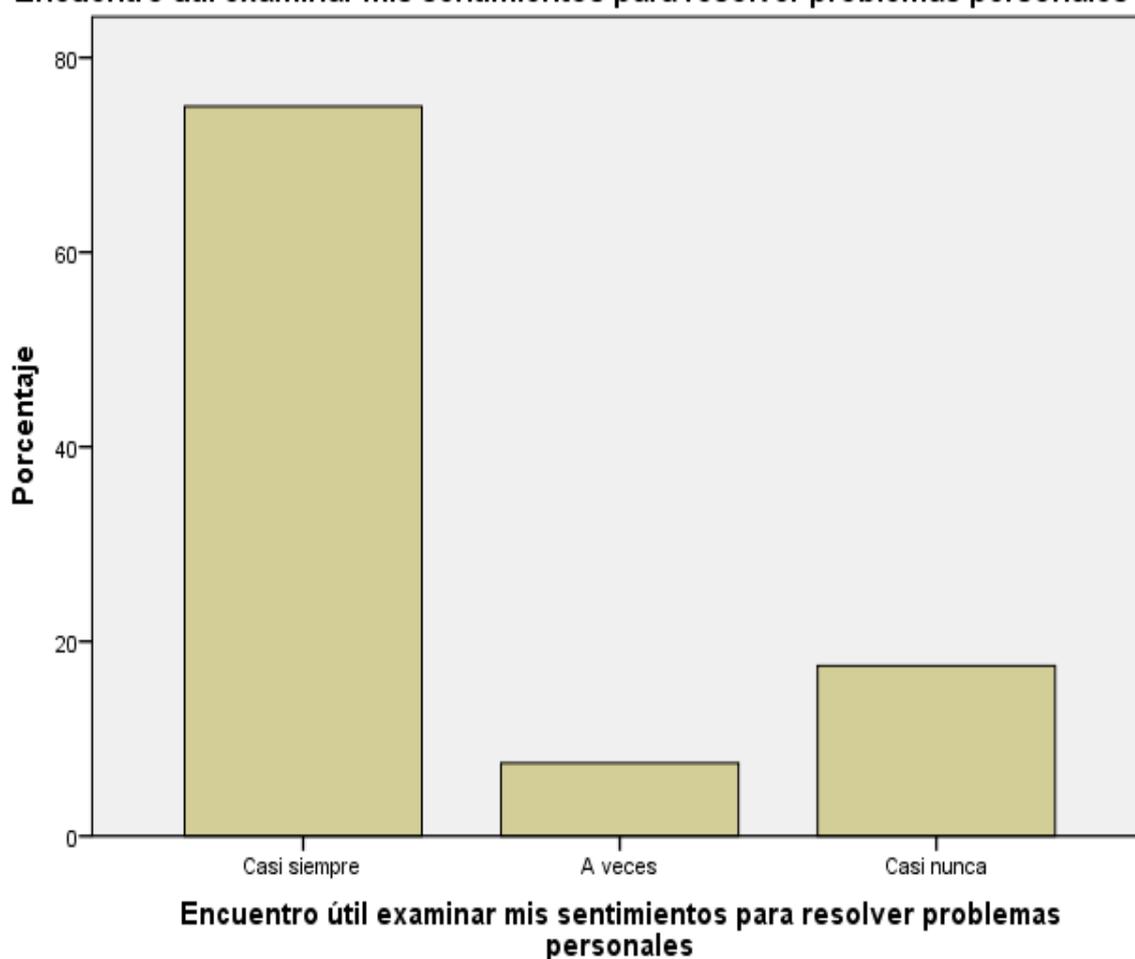


Figura 19: Encuentro útil examinar mis sentimientos para resolver problemas personales

Interpretación: se encuestó a 200 alumnos los cuales el 75,0% indican que casi siempre encuentran útil examinar sus sentimientos para resolver problemas personales, el 7,5% indican que a veces encuentran útil examinar sus sentimientos para resolver problemas personales y el 17,5% indican que casi nunca encuentran útil examinar sus sentimientos para resolver problemas personales.

Tabla 20

Buscar significados ocultos a películas o juegos disminuye el placer de disfrutarlos

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Casi siempre	96	48,0	48,0	48,0
	Casi nunca	86	43,0	43,0	91,0
	Nunca	18	9,0	9,0	100,0
	Total	200	100,0	100,0	

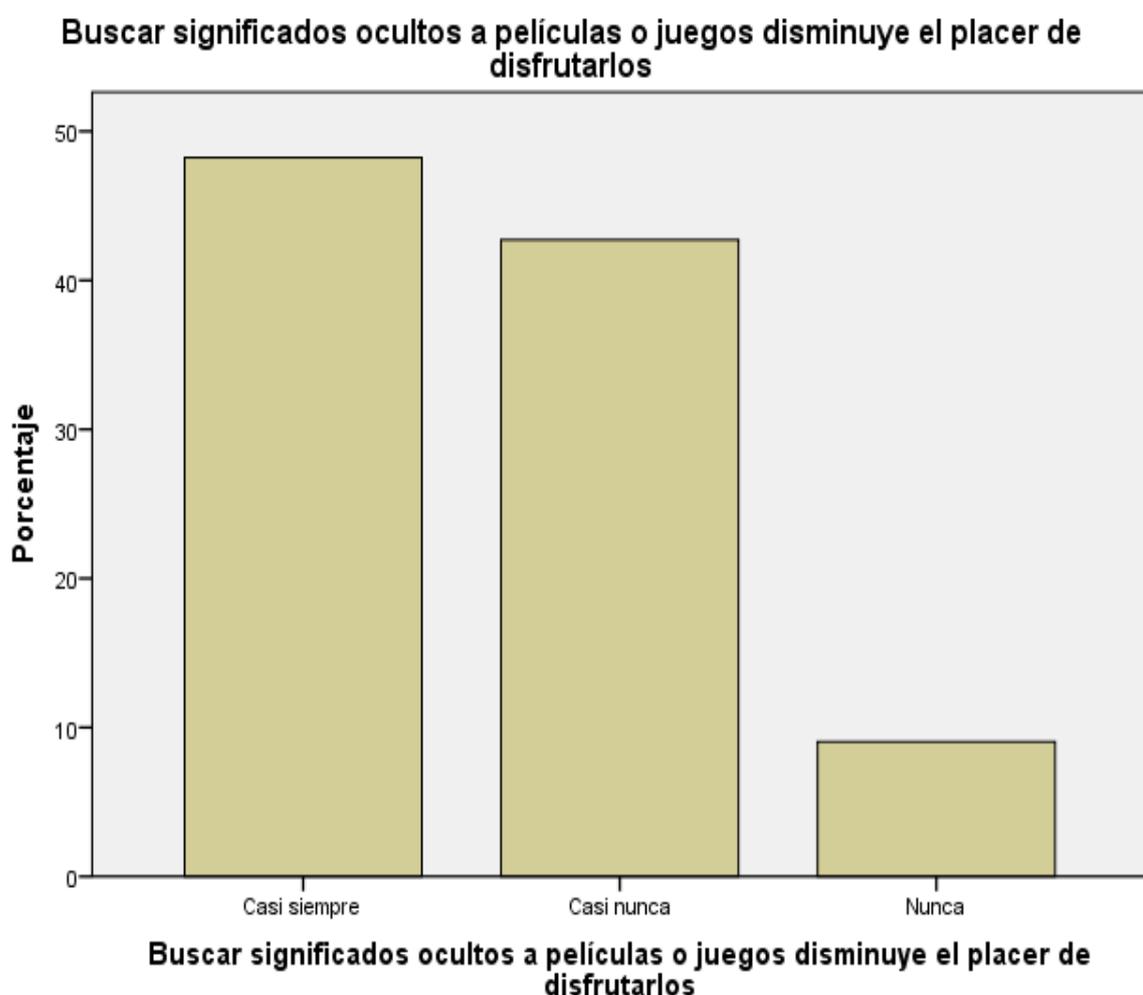


Figura 20: Buscar significados ocultos a películas o juegos disminuye el placer de disfrutarlos

Interpretación: se encuestó a 200 alumnos los cuales el 48,0% indican que casi siempre buscar significados ocultos a películas o juegos disminuye el placer de disfrutarlos, el 43,0% indican que casi nunca buscar significados ocultos a películas o juegos disminuye el placer de disfrutarlos y el 9,0% indican que nunca buscar significados ocultos a películas o juegos disminuye el placer de disfrutarlos.

4.2 Contrastación de hipótesis

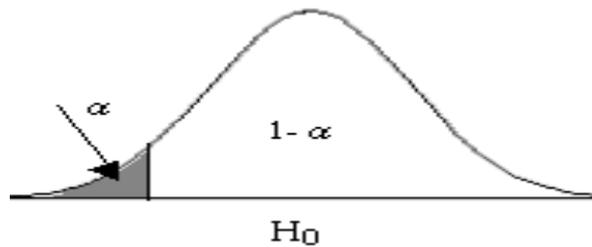
Paso 1:

H₀: La alexitimia no influye significativamente en el aprendizaje de los alumnos de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión-Huacho, durante el ciclo académico 2014-I.

H₁: La alexitimia influye significativamente en el aprendizaje de los alumnos de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión-Huacho, durante el ciclo académico 2014-I.

Paso 2: $\alpha=5\%$

Paso 3:



$$Z_c = -1,64$$

$$Z_p = -2,0$$

Paso 4:

Decisión: Se rechaza H_0

Conclusión: Se pudo comprobar que la alexitimia influye significativamente en el aprendizaje de los alumnos de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión-Huacho, durante el ciclo académico 2014-I.

CAPÍTULO V

DISCUSIÓN

5.1 Discusión de resultados

A partir de los hallazgos encontrados, aceptamos la hipótesis general que establece; la alexitimia influye significativamente en el aprendizaje de los alumnos de la facultad de educación de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión-Huacho, durante el ciclo académico 2014-I.

Estos resultados guardan relación con lo que sostiene Santos (2010), quien en su estudio concluye que: La alexitimia se define como trastornos afectivos y cognitivos. De esta forma, uno de los objetivos de este trabajo es explorar más los aspectos cognitivos de este trastorno. Por otro lado, entre las características esenciales de la alexitimia, solo una es un factor cognitivo, es decir, la reducción o ausencia del pensamiento simbólico. También guardan relación con el estudio de Chicaiza (2017), quien llegó a la conclusión: La alexitimia está relacionada con la depresión de las personas privadas de libertad en la sala de seguridad masculina más alta del Centro Regional de Rehabilitación Social Sierra Centro Norte. Los datos muestran que el mayor número de PPL evaluados tienen alexitimia clara y reflejan depresión. síntomas, la incidencia de depresión mayor es muy alta, por lo que cuanto mayor es el grado de alexitimia, mayor es el grado de participación en los síntomas de la depresión.

Pero en lo que concierne a los estudios de Espinoza (2019) así como de Chicano, Pando & Espino (2019), existen evidencia de que existe una correlación directa moderada entre la alexitimia y las dimensiones de la personalidad (0.397) y estadísticamente significativa ($p = 0.000$ menor que 0.01), por lo que podemos concluir que existe una correlación directa significativa entre la alexitimia y la relación de las dimensiones de la personalidad.

CAPÍTULO VI

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1 Conclusiones

La alexitimia ha afectado mucho en el aprendizaje de los alumnos de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión-Huacho, ya que es una especie de trastorno del procesamiento emocional, que interfiere en el trabajo cognitivo de los alumnos que la padecen, lo que genera dificultades en la autorregulación de las emociones y la reorganización de sus propios procesos biológicos.

Respecto a la dificultad para identificar los sentimientos se evidencio que los alumnos de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión presentan problemas para diferenciar emociones una de otra, no solo propias sino también de los demás, es por eso que de los 200 alumnos encuestados el 30,0% indican que casi siempre están confusos con las emociones que están sintiendo.

Dado que la dificultad para expresar emociones ha afectado significativamente el aprendizaje de los alumnos de la Facultad de Educación a la hora de explicar sus sentimientos, suelen describirlos con palabras que no guardan relación lógica y al darse cuenta de ello suelen optar por cambiar de tema de conversación, lo que significa que las personas a menudo malinterpretan la expresión física de sus emociones, infieren que es una expresión física, por ejemplo, cuando lloran, piensan que es un defecto en el conducto lagrimal en lugar de una expresión de tristeza, o cuando sienten pasión, piensan que es un problema cardiaco.

El pensamiento orientado a aspectos externos influye significativamente en el aprendizaje de los alumnos de la Facultad de Educación, ya que prefieren orientar su percepción, memoria y procesamiento a aspectos externos a su ser (en el mundo

que le rodea) despreocupándose de su existencia, pensamiento, conocimiento y razonamiento.

6.2 Recomendaciones

Se recomienda que las autoridades de las instituciones académicas propongan investigaciones para determinar el nivel de alexitimia en estudiantes que tienen dificultades personales en sus relaciones interpersonales y de aprendizaje y con variables estrechamente asociadas a la alexitimia.

Llevar a cabo investigaciones sobre alexitimia de alto nivel para investigadores y psicólogos educativos, ampliando la gama de factores sociodemográficos y culturales de los participantes para comprender el impacto de estos factores en la población de estudiantes universitarios.

Para los investigadores en psicología, ampliar sus estudios para incluir a la población universitaria, especialmente en profesiones donde las relaciones interpersonales y los factores emocionales son elementos cruciales para una adecuada práctica profesional, y de esta forma poder determinar el posible impacto de la alexitimia en la práctica de la docencia profesional.

Los psicólogos educativos realizan estudios que relacionan la alexitimia con variables de carácter emocional como la dependencia emocional, la inteligencia emocional en diversas poblaciones no clínicas con el fin de establecer la conexión, asociación o correlación de estas variables según existan elementos teóricos y empíricos sobre ellas.

REFERENCIAS

7.1 Fuentes documentales

- Chicaiza, E. (2017). *Alexitimia y depresión en personas privadas de libertad*. Ambato-Ecuador: Universidad técnica de Ambato .
- Chicana, G., & Pando, C. (2019). *Alexitimia y Dimensiones de Personalidad en Estudiantes del 5to Grado de Secundaria de la Institución Educativa José Faustino Sánchez Carrión, Lima-Sur, 2019*. Lima: Universidad Peruana los Andes.
- Escudero, J. (2006). *Alexitimia y vulnerabilidad a trastornos alimentarios en adolescentes gallegos de 12-16 años*. España: Tesis de Maestría, Universidad de Burgo.
- Espejo, R., & Sarmiento, R. (2017). *Metodologías activas para el aprendizaje*. Santiago: Dirección de calidad educativa vicerrectoría académica.
- Espinoza, F. (2019). *Construcción de una Escala de tendencia a la alexitimia en estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas del distrito de Comas, 2018*. Lima: Universidad César Vallejo.
- Fernández, A. (2011). La alexitimia y su trascendencia clínica y social. *Revista Salud Mental, 34 (6)*, 481-490.
- Fernández, J., & Yáñez, S. (1994). Alexitimia: Concepto, Evaluación y Tratamiento. *Psicothema. Vol 6, n.º 3*, 357-366.
- Fernando, C. (2013). *Prevalencia de alexitimia en estudiantes de una Universidad Nacional* . Lima: Universidad Nacional Federico Villarreal .
- Gallardo López, J., & Gallardo Vázquez, P. (2018). Teorías sobre el juego y su importancia como recurso educativo para el desarrollo integral infantil. *Revista Educativa Hekademos, 24, Año XI*, 41-51.
- García, E. (2006). *Las competencias del profesor en la sociedad del conocimiento*. En R. Mejía (Coord.). *Educación, Globalización y Desarrollo Humano*. Santo Domingo, RD: Buho.
- García, M., & Zeledón, C. (2008). *Comportamiento de alexitimia en los pacientes crónicos que asisten al Centro de Salud Perla María Norori en el periodo comprendido entre marzo-septiembre 2007*. Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua-Leon.
- García, R. (2004). La alexitimia: entre la angustia y el goce. *Enseñanza e Investigación en Psicología, vol. 9, núm. 2,*, 403-414.
- González Vázquez, M. E., & Rodríguez Cobos, M. J. (2018). *Las actividades lúdicas como estrategias metodológicas en la Educación Inicial*. Milagro-Ecuador: Universidad Estatal de Milagro.

- Lopez, C., & Matesanz del Barrio, M. (2009). *Las plataformas de aprendizaje. Del mito a la realidad*. Madrid: Biblioteca Nueva.
- Moral, J., & Ramos, S. (2015). *Alexitimia como predictor directo y mediado por la depresión en la violencia de pareja*. Mexico: Universidad Autónoma de Nuevo León.
- Ormaetxea, O. (2010). *La alexitimia*. Master en Psicología Clínica y de la Salud.
- Palma, G. (2019). *Estudio de las propiedades psicométricas del cuestionario de alexitimia de Bermond-Vorst BVAQ en población mexicana*. Mexico: Benemérita Universidad Autónoma de Puebla.
- Pérez, I., Pérez, J., & Comí, M. (2010). Alexitimia y síndrome de Asperger. *Revista de Neurología*; 50 (Supl 3), 582-590. Obtenido de <http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/44832/1/573424.pdf>
- Popham, J. (2008). *Evaluación en el aula: lo que los maestros necesitan saber (5a ed.)*. Boston: Allyn y Tocino.
- Sáez, C., & Tiznado, G. (2012). *Validación de la Escala de Alexitimia de Toronto Versión Española. (TAS – 20)*. Chile: Tesis de Licenciatura, Universidad del Bío-Bío.
- Santos, M. (2010). *Alexitimia y esquemas cognitivos*. Universidad del Aconcagua.
- Schunk, D. (2012). *Teorías del aprendizaje: Una perspectiva educativa*. México: PEARSON.
- Sivak, R., & Wiater, A. (1997). *Alexitimia, la dificultad para verbalizar afectos*. Buenos Aires: Paidós.
- Taylor, G., Bagby, R., & Parker, J. (1997). *Trastornos de la regulación del afecto: alexitimia en enfermedad médica y psiquiátrica*. Prensa de la Universidad de Cambridge.
- Teo. (2012). *Introducción del aprendizaje*.
- Thompson, J. (2009). *Emocionalmente tonto: una descripción general de la alexitimia*. Londres.
- Vázquez, C. (2009). *Alexitimia y autolesiones en un grupo de escolares de lima metropolitana*. Lima: Pontificia Universidad Católica del Perú.

7.2 Fuentes bibliográficas

- Chicaiza, E. (2017). *Alexitimia y depresión en personas privadas de libertad*. Ambato-Ecuador: Universidad técnica de Ambato.
- Chicana, G., & Pando, C. (2019). *Alexitimia y Dimensiones de Personalidad en Estudiantes del 5to Grado de Secundaria de la Institución Educativa José Faustino Sánchez Carrión, Lima-Sur, 2019*. Lima: Universidad Peruana los Andes.

- Escudero, J. (2006). *Alexitimia y vulnerabilidad a trastornos alimentarios en adolescentes gallegos de 12-16 años*. España: Tesis de Maestría, Universidad de Burgo.
- Espejo, R., & Sarmiento, R. (2017). *Metodologías activas para el aprendizaje*. Santiago: Dirección de calidad educativa vicerrectoría académica.
- Espinoza, F. (2019). *Construcción de una Escala de tendencia a la alexitimia en estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas del distrito de Comas, 2018*. Lima: Universidad César Vallejo.
- Fernández, A. (2011). La alexitimia y su trascendencia clínica y social. *Revista Salud Mental, 34 (6)*, 481-490.
- Fernández, J., & Yáñez, S. (1994). Alexitimia: Concepto, Evaluación y Tratamiento. *Psicothema. Vol 6, n.º 3*, 357-366.
- Fernando, C. (2013). *Prevalencia de alexitimia en estudiantes de una Universidad Nacional*. Lima: Universidad Nacional Federico Villarreal .
- Gallardo López, J., & Gallardo Vázquez, P. (2018). Teorías sobre el juego y su importancia como recurso educativo para el desarrollo integral infantil. *Revista Educativa Hekademos, 24, Año XI*, 41-51.
- García, E. (2006). *Las competencias del profesor en la sociedad del conocimiento. En R. Mejía (Coord.). Educación, Globalización y Desarrollo Humano*. Santo Domingo, RD: Buho.
- García, M., & Zeledón, C. (2008). *Comportamiento de alexitimia en los pacientes crónicos que asisten al Centro de Salud Perla María Norori en el periodo comprendido entre marzo-septiembre 2007*. Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua-León.
- García, R. (2004). La alexitimia: entre la angustia y el goce. *Enseñanza e Investigación en Psicología, vol. 9, núm. 2,*, 403-414.
- González Vázquez, M. E., & Rodríguez Cobos, M. J. (2018). *Las actividades lúdicas como estrategias metodológicas en la Educación Inicial*. Milagro-Ecuador: Universidad Estatal de Milagro.
- Lopez, C., & Matesanz del Barrio, M. (2009). *Las plataformas de aprendizaje. Del mito a la realidad*. Madrid: Biblioteca Nueva.
- Moral, J., & Ramos, S. (2015). *Alexitimia como predictor directo y mediado por la depresión en la violencia de pareja*. Mexico: Universidad Autónoma de Nuevo León.
- Ormaetxea, O. (2010). *La alexitimia*. Master en Psicología Clínica y de la Salud.
- Palma, G. (2019). *Estudio de las propiedades psicométricas del cuestionario de alexitimia de Bermond-Vorst BVAQ en población mexicana*. Mexico: Benemérita Universidad Autónoma de Puebla.

- Pérez, I., Pérez, J., & Comí, M. (2010). Alexitimia y síndrome de Asperger. *Revista de Neurología*; 50 (Supl 3), 582-590. Obtenido de <http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/44832/1/573424.pdf>
- Popham, J. (2008). *Evaluación en el aula: lo que los maestros necesitan saber (5a ed.)*. Boston: Allyn y Tocino.
- Sáez, C., & Tiznado, G. (2012). *Validación de la Escala de Alexitimia de Toronto Versión Española. (TAS – 20)*. Chile: Tesis de Licenciatura, Universidad del Bío-Bío.
- Santos, M. (2010). *Alexitimia y esquemas cognitivos* . Universidad del Aconcagua .
- Schunk, D. (2012). *Teorías del aprendizaje: Una perspectiva educativa*. México: PEARSON.
- Sivak, R., & Wiater, A. (1997). *Alexitimia, la dificultad para verbalizar afectos*. Buenos Aires: Paidós.
- Taylor, G., Bagby, R., & Parker, J. (1997). *Trastornos de la regulación del afecto: alexitimia en enfermedad médica y psiquiátrica*. Prensa de la Universidad de Cambridge.
- Teo. (2012). Introducción del aprendizaje.
- Thompson, J. (2009). *Emocionalmente tonto: una descripción general de la alexitimia*. Londres.
- Vázquez , C. (2009). *Alexitimia y autolesiones en un grupo de escolares de lima metropolitana* . Lima: Pontificia Universidad Católica del Perú.

ANEXOS

Anexo 1: Instrumento de recolección de datos

UNIVERSIDAD NACIONAL JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN



FACULTAD DE EDUCACIÓN
ESCALA DE ALEXITIMIA DE TORONTO

(TAS-20)

Instrucciones: señale con una X el grado en que estas características se adjuntan a tu modo de ser habitual. Debe tener en cuenta que no existen respuestas correctas o incorrectas. se trata de conocer el modo en que usted reacciona y se comporta normalmente.

1: Siempre	2: Casi siempre	3: A veces	4: Casi nunca	5: Nunca
-------------------	------------------------	-------------------	----------------------	-----------------

Nº	ITEMS	1	2	3	4	5
1	A menudo estoy confuso con las emociones que estoy sintiendo					
2	Me es difícil encontrar las palabras correctas para expresar mis sentimientos					
3	Tengo sensaciones físicas que incluso ni los doctores entienden					
4	Soy capaz de expresar mis sentimientos fácilmente					
5	Prefiero pensar bien acerca de un problema en vez de solo mencionarlo					
6	Cuando estoy mal no se si estoy triste, asustado o enfadado					
7	A menudo estoy confundido con las sensaciones de mi cuerpo					
8	Prefiero dejar que las cosas sucedan solas, sin preguntarme por qué suceden de ese modo.					
9	Tengo sentimientos que casi no puedo identificar					

10	Estar en contacto con las emociones es muy importante					
11	Me es difícil expresar lo que siento acerca de las personas					
12	La gente me dice que exprese más mis sentimientos					
13	No sé qué pasa dentro de mi					
14	A menudo no sé por qué estoy enfadado					
15	Prefiero hablar con la gente de sus actividades diarias mejor que de sus sentimientos					
16	Prefiero ver espectáculos simples, pero entretenidos, que dramas psicológicos.					
17	Me es difícil revelar mis sentimientos más profundos, incluso a mis amigos más íntimos					
18	Puedo sentirme cercano a alguien, incluso en momentos de silencio					
19	Encuentro útil examinar mis sentimientos para resolver problemas personales					
20	Buscar significados ocultos a películas o juegos disminuye el placer de disfrutarlos					

MATRIZ DE CONSISTENCIA

Título: Alexitimia en el aprendizaje de los alumnos de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión-Huacho, durante el ciclo académico 2014-I.				
PROBLEMA	OBJETIVO	MARCO TEÓRICO	HIPÓTESIS	METODOLOGÍA
<p>Problema general ¿De qué manera influye la alexitimia en el aprendizaje de los alumnos de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión-Huacho, durante el ciclo académico 2014-I?</p> <p>Problemas específicos</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo influye la dificultad para identificar los sentimientos en el aprendizaje de los alumnos de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión-Huacho, durante el ciclo académico 2014-I? 	<p>Objetivo general Determinar la influencia que ejerce la alexitimia en el aprendizaje de los alumnos de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión-Huacho, durante el ciclo académico 2014-I.</p> <p>Objetivos específicos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conocer la influencia que ejerce la dificultad para identificar los sentimientos en el aprendizaje de los alumnos de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión-Huacho, 	<p>Alexitimia</p> <ul style="list-style-type: none"> - Definición de la alexitimia - Modelos explicativos de la alexitimia - Clasificación de la alexitimia - Características de la alexitimia - Perfil de la personalidad alexitimia - Rasgos de la alexitimia - El procesamiento de estímulos emocionales en la alexitimia - Alexitimia y personalidad 	<p>Hipótesis general La alexitimia influye significativamente en el aprendizaje de los alumnos de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión-Huacho, durante el ciclo académico 2014-I.</p> <p>Hipótesis específicas</p> <ul style="list-style-type: none"> • La dificultad para identificar los sentimientos influye significativamente en el aprendizaje de los alumnos de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión-Huacho, 	<p>Diseño metodológico Para el presente estudio utilizamos el diseño no experimental de tipo transeccional o transversal. Ya que el plan o estrategia concebida para dar respuestas a las preguntas de investigación, no se manipulo ninguna variable, se trabajó con un solo grupo, y se recolectaron los datos a analizar en un solo momento. El nivel o alcance en el desarrollo del conocimiento del presente estudio es el descriptivo, ya que no existe mucha información y estudios acerca de la alexitimia.</p> <p>Población La población en estudio, la conforman todos los alumnos de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión en el distrito de Huacho, matriculados en ciclo académico 2014. Los mismos que suman 1522.</p> <p>Muestra</p>

<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo influye la dificultad para expresar los sentimientos en el aprendizaje de los alumnos de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión-Huacho, durante el ciclo académico 2014-I? • ¿Cómo influye el pensamiento extremadamente orientado en el aprendizaje de los alumnos de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión-Huacho, durante el ciclo académico 2014-I? 	<p>durante el ciclo académico 2014-I.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Establecer la influencia que ejerce la dificultad para expresar los sentimientos en el aprendizaje de los alumnos de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión-Huacho, durante el ciclo académico 2014-I. • Conocer la influencia que ejerce el pensamiento extremadamente orientado en el aprendizaje de los alumnos de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión-Huacho, durante el ciclo académico 2014-I. 	<p>Aprendizaje</p> <ul style="list-style-type: none"> - Definición - Teoría y filosofía del aprendizaje - Conducción de la investigación - Evaluación del aprendizaje - Observación directa - Exámenes orales - ¿Cómo ocurre el aprendizaje? - Neurología del aprendizaje - Aprendizajes en la sociedad del conocimiento - Principios del aprendizaje 	<p>durante el ciclo académico 2014-I.</p> <ul style="list-style-type: none"> • La dificultad para expresar los sentimientos influye significativamente en el aprendizaje de los alumnos de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión-Huacho, durante el ciclo académico 2014-I. • El pensamiento extremadamente orientado influye significativamente en el aprendizaje de los alumnos de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión-Huacho, durante el ciclo académico 2014-I. 	<p>Se seleccionó una muestra probabilística aleatoria y sistemática, lo que implica primero hallar un número Késimo, y luego elegir un número de arranque.</p> <p>Muestra $K = \frac{Pt}{Tm} = \frac{1522}{13\% \cdot 200} = 7,6 = 8$ (redondeando).....este es el número Késimo, ahora elegimos el número de arranque en el primer intervalo de 8 sujetos.</p> <p>Técnicas de recolección de datos Para la investigación de campo se utilizó la técnica de la observación y para la recolección de los datos, se aplicó la escala de alexitimia de Toronto (TAS-20) previa planificación y coordinación con los docentes de la Facultad de Educación, lo que me permitió estudiar a las dos variables cualitativas de manera cuantitativa, es decir desde el enfoque mixto.</p> <p>Técnicas para el procesamiento de la información Este estudio utiliza el sistema estadístico SPSS versión 23. Y emplea los estadísticos descriptivos: medidas de tendencia central, medidas de dispersión y curtosis.</p>
---	--	--	---	--

Dr. NEL FERNANDO ENCARNACION VALENTIN
ASESOR

Dr. MANUEL ANGEL MENDOZA CRUZ
PRESIDENTE

Dra. VICTORIA FLOR CARRILLO TORRES
SECRETARIO

Mg. ERNESTO ANDRES MAGUIÑA ARNAO]
VOCAL