

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de **PSICOLOGÍA**

“PROPUESTA DE TÉCNICA DEL ENFOQUE  
CENTRADO EN SOLUCIONES PARA MEJORAR  
EL CLIMA SOCIAL-FAMILIAR EN  
ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN  
EDUCATIVA PRIVADA”

Tesis para optar el título profesional de:

**Licenciada en Psicología**

**Autora:**

Nathaly Solange Novoa Asto

**Asesor:**

Mg. David Manuel Aranaga Zavaleta

<https://orcid.org/0000-0002-0652-0360>

Trujillo - Perú

**JURADO EVALUADOR**

Jurado 1 Presidente(a)	<b>Blanca Julissa Saravia Angulo</b>	<b>44098219</b>
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 2	<b>Kathia Gisela Olortegui Prado</b>	<b>45336401</b>
	Nombre y Apellidos	Nº DNI

Jurado 3	<b>Romy Díaz Fernández</b>	<b>18180326</b>
	Nombre y Apellidos	Nº DNI









## INFORME DE SIMILITUD



### Document Information

Analyzed document	TESIS_FINAL_NovoaAstoNathalySolange.docx (D146260338)
Submitted	2022-10-12 21:27:00
Submitted by	David Manuel Aranaga Zavaleta
Submitter email	david.aranaga@upn.edu.pe
Similarity	20%
Analysis address	david.aranaga.delnor@analysis.urkund.com

### Sources included in the report

<b>SA</b>	<b>Universidad Privada del Norte / tesis- final correcciones para turning.docx</b> Document tesis- final correcciones para turning.docx (D129110428) Submitted by: susan.galoso@upn.pe Receiver: susan.galoso.delnor@analysis.urkund.com		<b>1</b>
<b>SA</b>	<b>Universidad Privada del Norte / Tesis Revisada por Jurado_CynthiaEstrada.docx</b> Document Tesis Revisada por Jurado_CynthiaEstrada.docx (D137115360) Submitted by: lorena.frias@upn.pe Receiver: lorena.frias.delnor@analysis.urkund.com		<b>20</b>
<b>SA</b>	<b>DOCUMENTO ESPECIALIDAD UCB TERAPIAS BREVES Guery Zabala Gumucio.pdf</b> Document DOCUMENTO ESPECIALIDAD UCB TERAPIAS BREVES Guery Zabala Gumucio.pdf (D143837243)		<b>4</b>
<b>SA</b>	<b>Universidad Privada del Norte / tesis- Lucero Camizan Huamani (1) f.docx</b> Document tesis- Lucero Camizan Huamani (1) f.docx (D127480556) Submitted by: susan.galoso@upn.pe Receiver: susan.galoso.delnor@analysis.urkund.com		<b>13</b>
<b>SA</b>	<b>Universidad Privada del Norte / Tesis_CynthiaEstrada.docx</b> Document Tesis _CynthiaEstrada.docx (D137274080) Submitted by: lorena.frias@upn.pe Receiver: lorena.frias.delnor@analysis.urkund.com		<b>3</b>
<b>SA</b>	<b>Proyecto de tesis Pajuelo.pdf</b> Document Proyecto de tesis Pajuelo.pdf (D45234557)		<b>26</b>
<b>SA</b>	<b>PROYECTO bono y poma.pdf</b> Document PROYECTO bono y poma.pdf (D34173072)		<b>1</b>
<b>SA</b>	<b>TBCS y Trastorno de Ansiedad Social LUCIA ESTHER YUCRA SEA.docx</b> Document TBCS y Trastorno de Ansiedad Social LUCIA ESTHER YUCRA SEA.docx (D145173008)		<b>1</b>

## **DEDICATORIA**

A mis padres por haberme permitido lograr este objetivo de ser profesional.

A Steven, por todo su apoyo en todo momento.

## **AGRADECIMIENTO**

Agradezco a mis padres por todos los esfuerzos que hicieron por mí a lo largo de mi vida para lograr ser profesional.

A Steven por haberme apoyado y motivado durante la realización de trabajo de investigación.

## Tabla de contenido

JURADO CALIFICADOR	2
INFORME DE SIMILITUD	3
DEDICATORIA	4
AGRADECIMIENTO	5
TABLA DE CONTENIDO	6
ÍNDICE DE TABLAS	7
RESUMEN	8
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN	9
<b>1.1. Realidad problemática</b>	<b>9</b>
<b>1.2. Formulación del problema</b>	<b>17</b>
<b>1.3. Objetivos</b>	<b>18</b>
1.3.1. Objetivo general	18
1.3.2. Objetivos específicos	18
CAPÍTULO II: METODOLOGÍA	19
CAPÍTULO III: RESULTADOS	23
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	29
REFERENCIAS	34
ANEXOS	36

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 <i>Nivel de Clima Social familiar por dimensiones</i> .....	23
Tabla 2 <i>Aspectos teóricos del Enfoque de la Terapia Breve Centrada en Soluciones para la propuesta de la técnica de escalas, preguntas de afrontamiento y externalización</i> .....	24
Tabla 3 <i>Coefficiente de Aiken para la validez de contenido en coherencia, claridad y relevancia de las actividades metodológicas de las técnicas de escalas, preguntas de afrontamiento y externalización</i> .....	25
Tabla 4 <i>Esquema de la propuesta un diseño de las técnicas de escalas, preguntas de afrontamiento y externalización para generar un clima social familiar positivo</i> .....	26
Tabla 5 <i>Análisis reflexivo de la triangulación fáctica, teórica y propositiva</i> .....	27

## RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo diseñar una propuesta basada en la terapia breve centrada en soluciones para mejorar el clima social-familiar en estudiantes de una institución educativa privada de Trujillo. El diseño es de tipo descriptivo propositivo, y la muestra está conformada por 23 estudiantes. Dentro de los resultados se puede observar que el 70% de la muestra de estudio presenta un nivel medio en la escala de clima social familiar en la dimensión de estabilidad, y se pudo concluir que el uso del enfoque terapéutico y de las técnicas propuestas generará un clima social familiar positivo.

**PALABRAS CLAVES:** Enfoque centrado en soluciones, Clima social familiar, clima familiar, terapia sistémica breve.



## CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

### 1.1. Realidad problemática

Según el Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables (MIMP), actualmente en Perú, en los casos de violencia intrafamiliar entre 2019 y 2020, los casos de violencia psicológica se han reducido en un 1,29%, dentro de los otros tipos de casos de violencia. Esta problemática no es reciente, la violencia familiar se ha venido dando desde décadas pasadas. En el año 2013, la incidencia de la violencia psicológica disminuyó a un 3%, a partir de entonces, año tras año ha aumentado y disminuido entre un 2% y 3%. Estos datos estadísticos son un reflejo de los problemas referentes a la salud mental, en este caso, la violencia psicológica, que va en aumento hasta la fecha, según el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI).

Según el Observatorio Nacional de la Violencia contra las mujeres y los integrantes del Grupo Familiar, se espera la disminución del porcentaje sobre violencia familiar, ya que en los últimos 5 años ha ido disminuyendo entre el 1% y el 2%, en relación con la evidencia antes manifestada. Argumentando esto, surge la necesidad de realizar una investigación de diseño propositivo que busque mejorar el clima social familiar presente en los estudiantes de una institución educativa privada, que permita en dicha población la capacidad de mejorar el clima social familiar.

Así también se realizó una búsqueda de investigaciones referente al constructo que se investiga, donde a nivel internacional, Aramayo (2011) en su investigación que tuvo como objetivo analizar de manera amplia la dinámica que lleva a la agresión sexual, la efectividad del tratamiento y la aceptación del cliente a éste, consigue explorar nuevas formas de hacer terapia. Su diseño es cualitativo para enriquecer el campo de la investigación social. La muestra se llevó a cabo con un interno de un centro de

rehabilitación para adolescentes de 14 años de edad. Las técnicas que se utilizaron son: entrevista semi-estructuradas, genograma, y técnicas de intervención de terapia centrada en soluciones. En los hallazgos de este caso se comprobó la eficacia de la terapia breve centrada en soluciones ya que se alcanzó las metas propuestas.

De igual manera, a nivel internacional, Alvarado (2012) en su investigación que tuvo como objetivo presentar los resultados de una investigación que estudió la relación entre clima familiar y la respuesta empática de niños y niñas menores de 12 años. La cual se realizó en la Universidad de Costa Rica, con una muestra conformada por 444 niños y niñas de 10 a 12 años, estudiantes de tres escuelas del área de San José, en la cual su diseño es cuantitativo correlacional no experimental de tipo transversal. Y por último, los hallazgos muestran resultados estadísticamente significativos para la variable estilo autoritativo y sexo, como variables que mejor explican la respuesta empática de los niños y de las niñas de este estudio, a su vez, se confirma que las mujeres muestran mayor respuesta empática que los varones y además perciben su clima familiar más autoritativo que los varones.

Por otro lado, a nivel nacional, Ruiz y Carranza (2018) en su investigación que tuvo como objetivo analizar la relación entre la inteligencia emocional y el clima familiar, la cual se realizó en la Universidad Peruana Unión, con una muestra de 127 adolescentes del distrito de San Juan de Lurigancho, en Lima, Perú, en la cual se realizó un estudio transversal-correlacional. Como resultado, se encontraron diferencias de género en empatía ( $t = 3.445$ ;  $p < .01$ ) y habilidades sociales ( $t = 2.711$ ;  $p < .01$ ) –donde las mujeres presentaron puntuaciones más altas que los hombres–, pero no en la puntuación total de la inteligencia emocional.

En cuanto a la conceptualización de la variable fáctica de Clima social familiar, a través de investigaciones realizadas se pudo estimar las definiciones orientadas a dicha variable, en donde encontramos que, según Moos (en García, 2005) el clima social familiar es “una atmósfera psicológica donde se describe las características psicológicas e institucionales de un determinado grupo humano situado sobre un ambiente”. Concordando con Zimmer, Gembeck y Locke (2007) que definen que: “el clima familiar está constituido por el ambiente percibido e interpretado por los miembros que integran la familia, y ha mostrado ejercer una influencia significativa tanto como en la conducta, como en el desarrollo social, físico, afectivo e intelectual de los integrantes”.

El clima social familiar evaluado con el instrumento escogido fue definido por Moos y Trickett, quienes narran que el clima social familiar se encuentra formada por tres dimensiones fundamentales, que se dividen en diez sub escalas, que se puntualizan a continuación: dimensión de relaciones, dimensión de desarrollo y dimensión de estabilidad. Dimensión de relaciones, esta dimensión se encarga de medir tanto el grado de la comunicación como de las interacciones conflictivas que se dan en el interior de la familia, por lo tanto, se encuentra conformada por las siguientes sub escalas:

- Cohesión, que da a conocer el nivel en que los integrantes de un grupo familiar establecen relaciones de unión y colaboración entre sí.
- Expresividad, que indica el nivel en que se tolera a los integrantes de un grupo familiar expresarse con libertad, manifestando con facilidad sus sentimientos, opiniones y valoraciones.
- Conflicto, que se tipifica como el nivel en que se manifiesta sin restricción la ira y la agresión generando relaciones de tensión y crisis entre los integrantes de la familia.

Dimensión de desarrollo, esta segunda dimensión se encarga de evaluar la relevancia que adquieren en el interior de las familias determinados eventos que favorecen o retraen el desarrollo personal de sus integrantes, la cual está conformada por las siguientes sub escalas:

- Autonomía, la cual explica el nivel en el que los integrantes de una familia manifiestan seguridad, independencia y la capacidad de decidir por sí mismas.
- Área de actuación, la cual mide el grado en el que las actividades (educativas o laborales) forman parte de la estructura competitiva.
- Área intelectual – cultural, la cual indica el grado de motivación que evidencian hacia el ejercicio de tipo político – intelectual, cultural y social.
- Área social –Recreativo, la cual define el grado de participación que se tiene sobre las diversas actividades de pasatiempo.
- Área de moralidad- religiosidad, la cual refleja la relevancia que se le otorga en el seno familiar a las actividades éticas-religiosas.

Dimensión de estabilidad, en esta dimensión se evalúa la estructura, organización de la familia. Se mide el grado de control que normalmente ejercen algunos miembros de la familia sobre otros. Por tanto, se conforman por las siguientes sub escalas:

- Organización, la cual se encarga de medir el grado de importancia que se evidencia en el hogar referente a la organización jerárquica para planificar las actividades y delegar responsabilidades.

- Control, la cual mide la forma en el que el rumbo de la vida familiar se rige a normas y protocolos establecidos.

Con referencia a la conceptualización de las variables propositivas Escalas, preguntas de afrontamiento y externalización, estas son unas de las técnicas centradas en soluciones que son empleadas en la terapia breve centrada en soluciones. Entre ellas están las preguntas de escala, las cuales sirven para obtener la medida cuantitativa del problema así como los avances en el tratamiento por ejemplo cada semana, y que seguramente es la herramienta más versátil y la más usada en el Instituto de efectividad clínica y sanitaria (IECS), también están las preguntas de afrontamiento, las cuales sirven para conversar sobre los recursos de la persona en situaciones negativas, incluso de extrema adversidad, por último está la externalización, la cual es una práctica procedente del campo de la terapias narrativas, de manera centrada en soluciones.

Por otra parte, en cuanto a la variable teórica, la Terapia Breve Centrada en Soluciones (TBCS) es diferente en muchas maneras a enfoques de tratamiento. Este es un modelo basado en capacidades y recursos que minimiza el énfasis en fallas y problemas pasados, mientras se enfoca en las fortalezas de las personas y sus experiencias de éxito anteriores o futuras. Se enfoca en trabajar desde la comprensión de las personas de sus preocupaciones / situaciones y lo que quieren que sea diferente. Es decir, es un modelo de terapia que busca solucionar los problemas de la manera más rápida, eficiente y menos dolorosa, busca atacar el problema que determine el paciente como el causante de su conflicto "aquí y ahora".

Asimismo, la Terapia Breve Centrada en las Soluciones (TBCS) nació a comienzos de los años setenta en la ciudad norteamericana de Milwaukee, cuando un grupo de trabajadores sociales instaló un espejo unidireccional y empezó a experimentar

con las ideas del M.R.I. de Palo Alto. A este equipo inicial, que incluía a Insoo Kim Berg, Jim Derks, Elam Nunnally, Marilyn LaCourt y Eve Lipchik, se unió Steve de Shazer, que durante un tiempo había formado parte del equipo del MRI y volvió a Milwaukee para casarse con Insoo Kim Berg. El grupo empezó a reunirse en la casa de ambos, haciendo terapia gratuitamente para experimentar con nuevas ideas, siempre con el afán de contestar a la pregunta “¿Qué es lo que funciona en la terapia breve?”. El enfoque se utiliza en terapia y asesoramiento individual, familiar y de pareja, en el trabajo con grupos y con instituciones, y se aplica prácticamente a todo el espectro de problemas clínicos, desde la depresión hasta la esquizofrenia, pasando por los trastornos de alimentación, el manejo de enfermedades físicas como la violencia en pareja, las lesiones de espalda, el abuso de sustancias o los pacientes somatomorfos.

Los principios básicos de la TBCS, según Mark Beyebach, son:

- El cliente (casi) siempre tiene razón.
- Comprende un problema está bien. Ayudar a solucionarlo, aún mejor.
- No dejes para mañana lo que puedes hacer hoy.
- En caso de duda, elige lo más simple.
- Todo es relación.
- Lo que no mata engorda: el principio de utilización.
- Es más respetuoso, y más eficaz, ver a consultantes como aliados, no como adversarios: la muerte de la resistencia.
- Aprovecha al máximo los recursos de los consultantes.

- Aprovecha al máximo la matriz relacional y la red social de los consultantes.
- Vísteme despacio, que tengo prisa.
- No es posible cambiar a los consultantes, se cambian ellos mismos.
- Los principios están para saltárselos.

La terapia centrada en soluciones es uno de los enfoques más populares y ampliamente usados en el mundo. Debido a que está basada en la resiliencia y en las propias soluciones y excepciones de los clientes a sus propios problemas, es aplicable a la mayoría de las dificultades que enfrentan los clientes, y como tal ha sido aplicada a casi todos los problemas vistos por los clínicos (Lee y Oshlag, 2007).

El Terapeuta Centrado en Soluciones ayuda a que el paciente pueda identificar los momentos en su vida actual en que está más cerca de dicho futuro deseado y examinar qué es diferente en tales ocasiones. Al tomar conciencia de estos pequeños logros y ayudarles a repetir las cosas que pueden lograr cuando el problema no existe o cuando no es tan grave, los terapeutas ayudan al paciente a dirigirse hacia el futuro preferido que han identificado. (Venegas Chalen, 2009).

En la terapia breve centrada en soluciones existen una variedad de técnicas y para esta investigación se han seleccionado tres de ellas las cuales son:

Las preguntas de escala, invitan a nuestros interlocutores a situar algún atributo o características en un rango numérico, habitualmente entre 1 y 10 (escalas de avance) o entre 0 y 10 (escalas de confianza, disposición o capacidad). Las preguntas de escala son, ante todo, una forma de seguir hablando de recursos, mejoras y objetivos. Además, permiten descomponer o deconstruir una respuesta categórica y hacerla más manejable.

También están las preguntas de afrontamiento, las cuales consisten en empatizar con las dificultades de nuestros consultantes y preguntarles cómo sobrellevan la situación difícil en la que se encuentran; como, pese a todo, consiguen seguir adelante (asistiendo a clase, impartiendo las clases, apoyando al hijo, etc.) sin “tirar la toalla” (abandonar los estudios, solicitar una baja, rendirse con el hijo, etc). La estrategia básica es mantenerse por detrás de nuestros interlocutores, siendo respetuosos con su pesimismo y evitando la trampa de querer convencerlos de que la situación es mejor de lo que parece. Se trata de aceptar lo negativo de la situación y aprovechar esa misma circunstancia para identificar y subrayar sus recursos «escondidos».

Las preguntas de afrontamiento proporcionan así una oportunidad de transmitir empatía y apoyo a nuestros interlocutores, ajustándonos mejor a su postura pesimista al no minimizar ni restar importancia a su situación. Por lo demás, la línea de trabajo es la misma que seguimos para construir los cambios pretratamiento: empezamos buscando cosas pequeñas y concretas, descritas de forma interaccional, pasando luego a anclar los recursos de los consultantes atribuyendo control. Ejemplos de preguntas de afrontamiento que elicitan posibles excepciones serían: ¿Cómo, a pesar de todo esto, consigues seguir adelante?, ¿Cómo has logrado no tirar lo toalla en esta asignatura?, ¿Qué cosas sigues haciendo por ti/por tus hijos/por tus alumnos pese a estas circunstancias tan complicadas?, ¿En qué ves que no has perdido la vocación de docente, pese a todo?

Por otro lado, está la externalización del problema, en algunos casos a veces la conversación se satura de problemas porque la persona con la que hablamos no solo está desmoralizada por la situación, sino que atribuye los problemas a su propia manera de ser o a su personalidad, en casos así puede ser útil la externalización del problema (White y Epston, 1990), es decir, convertirlo en una especie de personaje externo que se dedica a



fastidiar a la persona. Externalizar el problema es una forma sencilla y elegante de crear distancia entre la persona que lo padece y el problema en sí mismo. Esto permite desculpabilizar a la persona, en la medida en que se atribuyen sus fracasos al personaje externo, a la vez que aumenta su responsabilidad, puesto que será ella quien luche contra el problema externalizado (White y Epston, 1990).

La presente investigación es justificada de manera teórica con el fin de contribuir en un clima social familiar positivo empleando la terapia breve centrada en soluciones, dado a su comprobada eficiencia para tratar la problemática previamente mencionada.

De manera metodológica, se justifica, puesto que, a través del estudio realizado a los alumnos de una institución educativa privada de la ciudad de Trujillo, se realizará la propuesta haciendo uso de las técnicas “escalas, preguntas de afrontamiento y externalización” para generar un clima social familiar positivo.

Finalmente, se justifica de manera práctica, debido a que el desarrollo de la presente investigación busca ayudar a solucionar la problemática previamente mencionada, fomentando un clima social familiar positivo presentes en estudiantes de una institución educativa privada de la ciudad de Trujillo.

## **1.2. Formulación del problema**

¿Cómo una propuesta de las técnicas basadas en la terapia breve centrada en soluciones puede mejorar el clima social-familiar en estudiantes de una institución educativa privada de la ciudad de Trujillo?

### 1.3. Objetivos

#### 1.3.1. Objetivo general

Diseñar una propuesta basada en la terapia breve centrada en soluciones para mejorar el clima social-familiar en estudiantes de una institución educativa privada de Trujillo.

#### 1.3.2. Objetivos específicos

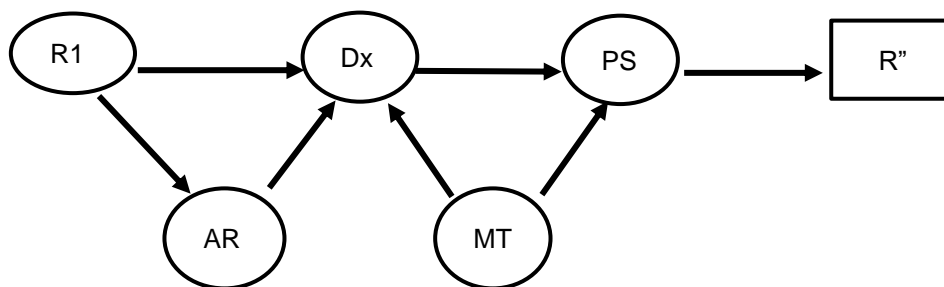
- Determinar el nivel del clima social familiar en los estudiantes de una institución educativa privada de Trujillo.
- Identificar los aspectos teóricos de la terapia breve centrada en soluciones que se puedan considerar para la propuesta de las técnicas basadas en el Enfoque centrado en Soluciones en los estudiantes de una institución educativa privada de la ciudad de Trujillo.
- Determinar la validez de contenido a través del método de criterio de expertos de la propuesta de las técnicas escalas, preguntas de afrontamiento y externalización para generar un clima social familiar positivo en los estudiantes de una institución educativa privada de la ciudad de Trujillo.
- Proponer técnica escalas, preguntas de afrontamiento y externalización para un clima social familiar positivo en los estudiantes de una institución educativa privada de la ciudad de Trujillo.
- Analizar reflexivamente la triangulación entre las variables fáctica, teórica y propositiva.

## CAPÍTULO II: METODOLOGÍA

### 2.1. Tipo de investigación

El tipo de investigación según su finalidad es práctica porque hace uso de la teoría para dar solución a un problema; según naturaleza es cualitativa porque analiza y explica una realidad de forma descriptiva; según su carácter es propositiva porque concluye en una propuesta basada en la teoría escogida (Aguado,2014).

Así también esta investigación es de diseño descriptivo propositivo, teniendo cómo diagrama el siguiente esquema:



Donde:

R1 = Realidad Inicial

AR = Antecedentes relacionados a la realidad

Dx = Problemática del estudio de la realidad inicialmente observada

MT = Modelo teórico para transformar la problemática de la realidad inicial

PS = Propuesta de Solución

R'' = Aspiración de la realidad mejorada

## 2.2. Población y muestra (Materiales, instrumentos y métodos)

La presente investigación se realizó en la ciudad de Trujillo. El universo de estudio está determinada por los estudiantes escolares de una institución educativa privada que suman un total de 750 aproximadamente. Así mismo, la población está constituida por 75 estudiantes. Por ello, mediante el muestreo no probabilístico, el cual indica que se toma como muestra la población eligiendo elementos sin depender de la probabilidad, sino en base a características de la investigación (Hernández et al., 2014), y dentro de este tipo de muestreo aplicando el muestreo no probabilístico por conveniencia, en el cual los sujetos son seleccionados en función al conocimiento y juicio del investigador; se considera como muestra a los 23 estudiantes de un aula de una institución educativa privada de la ciudad de Trujillo.

<b>Sexo</b>	<b>Total</b>	<b>Porcentaje</b>
Masculino	9	39.1
Femenino	14	61
Total	23	100

Para esta investigación se utiliza el muestreo no probabilístico por conveniencia.

## 2.3. Técnicas e instrumentos de recolección y análisis de datos

La técnica que se utiliza dentro del proceso de investigación para la recolección de información es la revisión de documentación y consultas a diversas fuentes bibliográficas.

**Revisión bibliográfica y documental.** - La técnica de revisión bibliográfica, fue utilizada para recopilar información teórica, en los diversos textos que abordan la temática sobre clima social familiar, para ello se elaboraron fichas bibliográficas, textuales, con una idea analizada, que sirvieron de soporte para la elaboración del marco teórico del

estudio, también sirvió para tener conocimiento del funcionamiento de la organización objeto de análisis.

Con respecto al instrumento se utilizará la “Escala de clima social en la familia” que permite evaluar y describir las relaciones interpersonales entre los miembros de la familia, los aspectos de desarrollo que tienen mayor importancia en ella y su estructura básica. Así como permite obtener datos conformado por (90) preguntas cerradas, las cuales deben contestar verdadero o falso, es decir si piensa que lo que dice en la pregunta es cierto se marca verdadero, y si, por el contrario, cree que la mayor parte de las veces no es cierto, la respuesta es falso. Los autores originales del instrumento son Moss y Trickett(1982) y fueron adaptados por Ruiz y Guerra(1993).

Asimismo, con respecto a la validez del instrumento, se prueba el FES con la escala de TAMAI (Área familiar y al nivel individual) generando coeficientes de cohesión 0.62, expresividad 0.53 y conflicto 0.59. La muestra individual en este caso fue de 100 jóvenes y de 77 familias. Para la estandarización de la escala de clima social en la familia, usando el método de Consistencia Interna, los coeficientes de confiabilidad van de 0, 88 a 0,91 con una media de 0,89 para el examen individual, siendo las áreas de cohesión, intelectual – cultural, expresión y autonomía, las más altas (La muestra usada en este estudio de confiabilidad fue de 139 jóvenes con promedio de edad de 17 años).

Además se encuentra formado por tres dimensiones fundamentales, que se dividen en diez sub escalas, que se puntualizan en: dimensión de relaciones, dimensión de desarrollo y dimensión de estabilidad. Por último, las edades de aplicación son tanto para adolescente y adultos, y puede ser de manera individual o colectiva.

## 2.4. Procedimiento

Respecto al procedimiento de investigación es, en términos generales, se busca lograr un clima social familiar positivo para los estudiantes de una institución educativa privada de la ciudad de Trujillo. En términos más específicos, el procedimiento de la investigación fue el siguiente:

1. Fase de diagnóstico.- En la primera fase de estudio, se investigó acerca de las características del clima social familiar enfocado en los ambientes escolares a través de artículos y tesis de doctorado en idioma español, con una base de datos de las bibliotecas virtuales: Scielo, Biblat, UAB Biblioteques, Redalyc y Google Académico. A su vez, se consideró las publicaciones realizadas entre el año 2000 al 2020 como fuentes principales de la revisión por criterio de actualidad, excluyendo los artículos no referentes al tema.
2. Fase de conceptualización teórica.- En una segunda fase de la investigación, se procedió a la extracción de lineamientos y parámetros, a partir de la teoría y el modelo acerca del clima social familiar enfocado en ambientes, para lo cual se recurrió a la utilización de las técnicas propias de la investigación. De los resultados obtenidos en esta fase se determinará que, si es factible introducir cambios significativos en el clima social familiar, para crear un clima social familiar positivo.
3. Fase de diseño o proposición.- Finalmente, en esta tercera fase de la investigación, partiendo de los resultados obtenidos en las dos fases previas, se sistematizó la información diagnóstica y conceptual a fin de proponer los elementos e interrelaciones del clima social familiar. Se trabajó con la escala que se presenta en el (Anexo 1), lo cual permitirá el perfeccionamiento del instrumento del clima social en la familiar. Así también después de elaborar la propuesta se procedió a validarlo a través del método de criterio de expertos.

### CAPÍTULO III: RESULTADOS

**Tabla 1**
*Nivel de Clima Social familiar por dimensiones*

Escalas		Dimensiones			
		Total	Relación	Desarrollo	Estabilidad
<b>Muy Mala</b>	N°	8	3	3	2
	%	12	13	13	9
<b>Mala</b>	N°	4	1	3	0
	%	6	4	13	0
<b>Tendencia a Mala</b>	N°	6	1	2	3
	%	9	4	9	13
<b>Media</b>	N°	36	14	6	16
	%	52	61	26	70
<b>Tendencia Buena</b>	N°	7	2	3	2
	%	10	9	13	9
<b>Buena</b>	N°	3	1	2	0
	%	4	4	9	0
<b>Muy Buena</b>	N°	5	1	4	0
	%	7	4	17	0
<b>Total</b>	N°	69	23	23	23
	%	100	100	100	100

**Nota:** Base de datos del cuestionario aplicado a estudiantes de una Institución educativa privada.

Como se puede observar en la tabla 1 los estudiantes de una institución educativa privada alcanzaron un mayor porcentaje en el nivel medio de clima social familiar (52%). Así también en la dimensión estabilidad, el 70%, y relación, 61%, alcanzan un nivel medio. En la dimensión relación y desarrollo alcanzaron un 13% en el nivel muy malo. Sin embargo, en la dimensión desarrollo alcanzaron un 13% en el nivel tendencia buena.

**Tabla 2**

*Aspectos teóricos del Enfoque de la Terapia Breve Centrada en Soluciones para la propuesta de la técnica de escalas, preguntas de afrontamiento y externalización.*

Aspecto Teórico	Definición Conceptual del Aspecto Teórico	Definición Operacional del Aspecto Teórico	Dimensiones del Aspecto Teórico	Indicadores del Aspecto Teórico
Terapia Breve Centrada en Soluciones	La Terapia Breve Centrada en Soluciones (TBCS) es diferente en muchas maneras a enfoques de tratamiento. Es un modelo basado en las competencias y en los recursos, lo cual minimiza el énfasis en fracasos y problemas del pasado, y en su lugar, se enfoca en las fortalezas de las personas, y sus previas o futuras experiencias exitosas.	De acuerdo a la TBCS, se basa en la resiliencia y en las propias soluciones y excepciones de los clientes a sus propios problemas. Existen unos principios básicos según Beyebach.	Los principios básicos de la TBCS	<p>El cliente (casi) siempre tiene razón</p> <hr/> <p>Comprende un problema está bien. Ayudar a solucionarlo, aún mejor.</p> <hr/> <p>No dejes para mañana lo que puedes hacer hoy.</p> <hr/> <p>En caso de duda, elige lo más simple.</p> <hr/> <p>Todo es relación.</p> <hr/> <p>Lo que no mata engorda: el principio de utilización.</p> <hr/> <p>Es más respetuoso, y más eficaz, ver a consultantes como aliados, no como adversarios: la muerte de la resistencia.</p> <hr/> <p>Aprovecha al máximo los recursos de los consultantes.</p> <hr/> <p>Aprovecha al máximo la matriz relacional y la red social de los consultantes.</p> <hr/> <p>Vísteme despacio, que tengo prisa.</p> <hr/> <p>No es posible cambiar a los consultantes, se cambian ellos mismos.</p> <hr/> <p>Los principios están para saltárselos.</p>

Como se puede observar en la tabla 2, el aspecto teórico del Enfoque de la terapia breve centrada en soluciones se subdivide en su dimensión sobre los principios básicos de la Terapia Breve Centrada en Soluciones, de los cuales están descritos en los indicadores y cada uno se complementa con el otro, es por ello que todos los principios son relevantes en esta terapia; así también se incluye la definición conceptual, la cual menciona que esta terapia es un modelo basado en las competencias y en los recursos de las personas, y también menciona la definición operacional, en donde se describe parte del objetivo, aspectos generales del enfoque a utilizar y la dinámica de intervención en la cual está basada.



**Tabla 3**

*Coefficiente de Aiken para la validez de contenido en coherencia, claridad y relevancia de las actividades metodológicas de las técnicas de escalas, preguntas de afrontamiento y externalización.*

Actividades metodológicas	Coherencia			Claridad		Relevancia	
	Total de acuerdos	V	Sig.(p)	Total de acuerdos	IA	Total de acuerdos	IA
<b>1</b>	5	1	.032*	5	1.00	5	1.00
<b>2</b>	5	0.93	.032*	5	1.00	5	1.00
<b>3</b>	5	1	.032*	5	1.00	5	1.00
<b>4</b>	5	1	.032*	5	1.00	5	1.00
<b>5</b>	5	0.87	.032*	5	0.80	5	0.80
<b>6</b>	5	1	.032*	5	1.00	5	1.00
<b>7</b>	5	0.93	.032*	5	1.00	5	1.00
<b>8</b>	5	0.87	.032*	5	1.00	5	1.00

*Nota:*

V : Coeficiente V de Aiken

Sig. (p): Probabilidad de rechazar la hipótesis nula siendo cierta \* $p < .05$ : Valido

IA : Índice de acuerdo

### **VALIDEZ DE CONTENIDO DE LA PROPUESTA**

Los resultados del juicio de los 5 expertos, que evaluaron las técnicas de preguntas de escala, preguntas de afrontamiento y externalización fueron procesados con el estadístico de V de Aíken, lo que se indica en cada uno de los componentes.

La mayoría de las actividades metodológicas pertenecientes a las técnicas de preguntas de escala, preguntas de afrontamiento y externalización, presentan índices de acuerdo (IA) de 1.00 y ( $p < .05$ ), a excepción de la actividad metodológica 5, la cual presenta índices de acuerdo (IA) de .80, lo cual indica que dichos indicadores son considerados válidos y tienen relación lógica con la variable principal de estudio.

**Tabla 4**

*Esquema de la propuesta un diseño de las técnicas de escalas, preguntas de afrontamiento y externalización para generar un clima social familiar positivo*

Propuesta	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Objetivos dimensionales	Indicadores
Técnicas de escalas, preguntas de afrontamiento y externalización	Las preguntas de escala, las cuales sirven para obtener la medida cuantitativa del problema así como los avances en el tratamiento por ejemplo cada semana, también están las preguntas de afrontamiento, las cuales sirven para conversar sobre los recursos de la persona en situaciones negativas, incluso extrema adversidad, por último está la externalización, la cual es una práctica del campo de la terapias narrativas, de manera centrada en soluciones.	Las técnicas de preguntas de afrontamiento de la terapia centrada en soluciones se desarrollará a través de preguntas que permitan mejorar y tener un clima social positivo.	Preguntas de escala	Alentar a situar en algún atributo o característica en un rango numérico.	<u>Escala de avance</u> Escala de confianza Escala de disposición / motivación Escala de capacidad Escala de seguridad
			Preguntas de afrontamiento	Proporcionar una oportunidad de transmitir empatía y apoyo al no minimizar ni restar importancia a su situación.	Empatizar con la dificultad de la situación
			Externalización del problema	Establecer distancia entre la persona y el problema.	Hablar del problema como si fuera un personaje externo que trata de fastidiar a la persona

Como se puede observar en la tabla 4, la propuesta de las técnicas escalas, preguntas de afrontamiento y externalización contempla una definición conceptual, teniendo en cuenta el Enfoque Centrado en Soluciones; así también, se define operacionalmente, donde se describe las características para su aplicación. Así también los aspectos dimensionales están basados en tres características las cuales son: técnica de pregunta de escalas, las cuales sirven para obtener la medida cualitativa del problema y los avances en las sesiones, la segunda es la técnica de preguntas de afrontamiento, las cuales sirven para conversar sobre los recursos de la persona en situaciones negativas, y la tercera es la técnica de externalización del problema, la cual consiste en convertir el problema en una especie de personaje externo que se dedica a fastidiar a la persona. De igual forma cada dimensión contempla un objetivo de trabajo y cada objetivo cuenta con indicadores. Para mayor conocimiento de la propuesta ver anexo3.

**Tabla 5**

*Análisis reflexivo de la triangulación fáctica, teórica y propositiva.*

	<b>Fáctica o hecho</b>	<b>Teoría / Fundamento</b>	<b>Propuesta</b>	<b>Argumentación de análisis triangular</b>
Variable	Clima social familiar	Enfoque de Técnicas de la terapia breve centrada en soluciones	Escalas, preguntas de afrontamiento y externalización	Teniendo en cuenta que aún se reportan muchos casos de violencia intrafamiliar según el Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables (MIMP), siendo el estado del clima social familiar una causa influyente en los casos de violencia intrafamiliar, y por ello se considera conveniente el uso del Enfoque de la terapia breve centrada en soluciones, puesto que la eficacia y eficiencia de la terapia se encuentra comprobada, ya que se logran las metas propuestas, entre las cuales es identificar los recursos en la persona (Aramayo, 2011). Es por ello que dentro de este enfoque terapéutico se propone el uso de las técnicas de escalas, preguntas de afrontamiento y externalización para generar un clima social familiar positivo.
Dimensiones	Estabilidad	Los principios básicos de la TBCS	Preguntas de Afrontamiento	Tras haber aplicado el instrumento para medir el Clima Social Familiar en la población escogida, se puede observar que el 70% de los 23 estudiantes escolares presentan un nivel medio en la escala de clima social familiar en la dimensión de Estabilidad. Es por ello, que se considera beneficioso el uso de las Preguntas de afrontamiento que permiten departir sobre los recursos de la persona en situaciones negativas, en este caso las dificultades que existen en la estructura y/o organización de su familia.

---

Relaciones	Preguntas de escala	<p>Al obtener los resultados del instrumento aplicado, se puede observar que el 61% de los 23 estudiantes escolares presentan un nivel medio en la escala de clima social familiar en la dimensión de Relaciones. Por lo que se considera de apropiado utilizar la técnica de preguntas de escala las cuales sirven para obtener la medida cualitativa del problema así como los avances de las sesiones, y esta dimensión mide el grado de la comunicación como de las interacciones conflictivas que se dan en el interior de la familia.</p>
Desarrollo	Externalización del problema	<p>Por último, en los resultados del instrumento aplicado en una muestra de 23 estudiantes escolares nos muestra que el 26% de dicha muestra presentan un nivel medio en la dimensión de desarrollo. Entonces se sugiere utilizar la técnica de externalización del problema la cual es una forma sencilla y elegante de crear distancia entre la persona que padece un problema y el problema en sí mismo, y esta dimensión evalúa la importancia que adquieren en el interior de las familias determinados eventos que favorecen o retraen el desarrollo personal de sus integrantes.</p>

---

## CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

### 4.1. Discusión

En esta investigación al determinar el nivel del clima social familiar en los alumnos de una institución educativa privada de Trujillo, se pudo encontrar que en dicha muestra, los estudiantes alcanzaron un mayor porcentaje en el nivel medio en la dimensión estabilidad (70%), y en relación (61%), así también, en la dimensión relación y desarrollo alcanzaron un 13% en el nivel muy malo. Sin embargo, en la dimensión desarrollo alcanzaron un 13% en el nivel tendencia buena. Esto quiere decir que la escala que predomina es el nivel medio, en las tres dimensiones de la escala de clima social familiar, dentro de la población escogida, es decir, esta población, en su mayoría, no presenta un clima social familiar bueno. Estos resultados son corroborados por Cruz (2013), quien en su investigación encontró que el nivel tendencia media, de la escala de clima social familiar, es el nivel con mayor porcentaje con un 54.8%.

Tras determinar el nivel del clima social familiar en la población escogida, se planteó el objetivo de identificar los aspectos teóricos de la terapia breve centrada en soluciones que se puedan considerar para la propuesta de la técnica escalas, preguntas de afrontamiento y externalización, de la cual se pudo encontrar una definición conceptual y operacional, mencionando su dimensión sobre los principios básicos de la terapia breve centrada en soluciones, los cuales están descritos en los indicadores. Estos también describen parte del objetivo, aspectos generales del enfoque a utilizar y la dinámica de intervención en la cual está basada. Estos resultados se corroboran con Martínez (2013), quien en su investigación basada en la Terapia Breve Centrada en Soluciones tuvo como resultado un incremento en la autoestima, la autoaceptación, relaciones positivas y el dominio del entorno.

Asimismo, se buscó determinar la validez de contenido a través del método de criterio de expertos de la propuesta de las técnicas escalas, preguntas de afrontamiento y externalización para generar un clima social familiar positivo en los estudiantes de una institución privada de Trujillo, haciendo uso del estadístico de Aiken para corroborar si es que la técnica escogida permite una mejoría en lo que se pretende, tras la evaluación de cinco expertos cuyas calificaciones fueron procesadas, en las que la mayoría de las actividades metodológicas propuestas presentan índices de acuerdo (IA) de 1.00 y ( $p < .05$ ), a excepción de la actividad metodológica 5, la cual presenta índices de acuerdo (IA) de .80. Esto nos demuestra que dichas actividades metodológicas son consideradas válidas y tienen relación lógica con la variable principal de estudio. Estos resultados son corroborados por Ecurra (1988), quien menciona que valores de V de Aiken mayores o iguales a 0.8 se consideran el válido con un nivel de significancia  $p < .05$ .

Continuando con el cuarto objetivo específico, el cual fue la propuesta propositiva de la técnica escalas, preguntas de afrontamiento y externalización para un clima social familiar positivo en los estudiantes de una institución educativa privada de la ciudad de Trujillo, en la cual contempla una definición conceptual, y operacional, así también los aspectos dimensionales están basados en tres características las cuales son: técnica de pregunta de escalas, técnica de preguntas de afrontamiento, y la técnica de externalización del problema. Esto quiere decir que dependiendo del área en la que la persona presente dificultades, se considerará un indicador apropiado. Esto se puede corroborar por Beyebach y Herrero (2018), quienes en su libro *Intervención escolar centrada en soluciones agrupan distintas técnicas derivadas de la TBCS*, y en su capítulo 6, presentan las técnicas de escalas, preguntas de afrontamiento y externalización.

Finalmente, en el último objetivo se planteó analizar reflexivamente la triangulación entre las variables fáctica, teórica y propositiva. En donde los resultados del análisis triangular se observa que el 70% de los 23 estudiantes escolares presentan un nivel medio en la escala de clima social familiar en la dimensión de estabilidad, también el 61% alcanzó el nivel medio en la dimensión de relaciones, y el 26% alcanzaron un nivel medio en la dimensión de desarrollo. Es por esto que, se considera conveniente el uso del enfoque de la terapia breve centrada en soluciones, puesto que la eficacia y eficiencia de la terapia se encuentra comprobada, ya que se logran las metas propuestas, entre las cuales es identificar los recursos de la persona (Aramayo, 2011). Y dentro de este enfoque terapéutico se propone el uso de las técnicas de escalas, preguntas de afrontamiento y externalización para generar un clima social familiar positivo.

## 4.2 Conclusiones

Los estudiantes alcanzaron un mayor porcentaje en el nivel medio, en las tres dimensiones de la escala de clima social familiar, es decir, no presenta un clima social familiar bueno. Debido a ellos, los estudiantes escolares, obtuvieron un mayor porcentaje en el nivel medio en la dimensión estabilidad (70%), y en relación (61%), así también, en la dimensión relación y desarrollo alcanzaron un 13% en el nivel muy malo. Sin embargo, en la dimensión desarrollo alcanzaron un 13% en el nivel tendencia buena.

Se puede concluir que como se planteó en el objetivo, los aspectos generales del enfoque a utilizar y la dinámica de intervención en la cual está basada son explicadas detalladamente. Por ello, se describió una definición conceptual y operacional, de la Terapia breve centrada en soluciones, en donde mencionan la dimensión de dicha terapia, la cual es, los principios básicos de la TBCS los cuales fueron descritos en los indicadores.

También que dichas actividades metodológicas son consideradas válidas y poseen relación lógica con la variable principal de estudio. Entonces, se determinó la validez de contenido utilizando el estadístico de Aiken para apoyar si es que la técnica escogida posibilita una mejoría en lo que se pretende lograr.

Entonces dependiendo del área en donde se presenten problemas, se tiene en cuenta un indicador acorde. Por ello, se propuso un diseño propositivo de las técnicas escalas, preguntas de afrontamiento y externalización, en la donde se explica una definición conceptual, operacional, y los tres aspectos dimensionales que son, pregunta de escalas, preguntas de afrontamiento y externalización del problema, y de ellos sus indicadores.

Por último, el uso de este enfoque y de estas técnicas propuestas conseguirá generar un clima social familiar positivo. Por ende, los resultados del análisis triangular entre las tres variables, se observa que el 70%, de la muestra de estudio alcanzó el mayor



porcentaje en el nivel medio en la dimensión de estabilidad de la escala de clima social familiar, también el 61% alcanzó un nivel medio en la dimensión de relaciones, y el 26% alcanzó un nivel medio en la dimensión de desarrollo. Es por ello que, se propone el uso del enfoque de la terapia breve centrada en soluciones, puesto que la eficacia y eficiencia de la terapia se encuentra comprobada, y dentro de este enfoque terapéutico se sugiere el uso de las técnicas de escala, preguntas de afrontamiento y externalización.

## REFERENCIAS

- Aponte V. (2011). Terapia centrada en soluciones aplicada a un caso de cuello patológico. **Revista Ajayu.** 9 (1). Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/4615/461545463006.pdf>
- Aramayo S. (2011). Terapia Centrada en soluciones aplicada a la agresión sexual. Estudio de caso. **Revista Ajayu.** 9 (1). Recuperado de: <http://www.scielo.org.bo/pdf/rap/v9n1/v9n1a4.pdf>
- Beyebach, M. (2014). La Terapia Familiar Breve Centrada en Soluciones. En A. Moreno Fernández, Ed.) Manual de terapia sistémica. Principios y herramientas de intervención (pp. 449-480). Bilbao: Desclée de Brouwer
- Beyebach M. (2006). *24 Ideas para una psicoterapia breve: Terapia breve.* Barcelona, España. Herder.
- Blasco (2018). Diseño e implementación de una intervención grupal para aumentar la autoestima en adolescentes basado en la terapia breve centrada en soluciones. *Biblioteca Universitas Miguel Hernández.* Recuperado de: <http://dspace.umh.es/bitstream/11000/5664/1/BLASCO%20Ana%20TFM.pdf>
- Cruz (2013). Clima social Familiar y su relación con la madurez social del niño(a) de 6 a 9 años. *Revista de investigación en Psicología*, 16 (2), 157 – 179. Recuperado de: <https://doi.org/10.15381/rinvp.v16i2.6552>
- Escurra, L. (1988). Cuantificación de la validez de contenido por criterio de jueces. Pontificia.
- Herrero M. & Beyebach M. (2018). Intervención escolar centrada en soluciones: Conversaciones para el cambio en la escuela. Barcelona, España. Herder.

Humberto C. & Suitt K. (2013). Manual terapia centrada en las soluciones. Síntesis, descripción y lógica. Obtenido de: <https://irp-cdn.multiscreensite.com/f39d2222/files/uploaded/MANUAL%20TERAPIA%20BREVE%20CENTRADA%20EN%20LAS%20SOLUCIONES.pdf>

Instituto Nacional de Estadística e Informática. 2019. Perú: Indicadores de Violencia Familiar y Sexual. Resumen Ejecutivo. Lima, Perú.

Martínez (2014). Aplicación de la terapia sistémica breve integrativa en un contexto educativo multicultural. Construyendo la autoestima colectivamente. *Artículo revista UV autoestima*. Recuperado de: <https://www.uv.mx/psicologia/files/2013/09/Construyendo-la-autoestima-colectivamente.pdf>

Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables – MIMP. Boletines y Resúmenes estadísticos. Violencia Familiar y Sexual. Obtenido de: <https://www.mimp.gob.pe/contigo/contenidos/pncontigo-articulos.php?codigo=33>

Observatorio nacional de la violencia contra las mujeres y los integrantes del grupo familiar. Plan Nacional. Indicadores. Obtenido de: <https://observatorioviolencia.pe/plan-nacional/indicadores-2/>

# ANEXOS



**ANEXO N° 2**
**MATRIZ DE CONSISTENCIA**
**ESTUDIANTE:** Novoa Asto, Nathaly Solange

<b>Propuesta de técnicas del Enfoque Centrado en Soluciones para mejorar el clima social-familiar en estudiantes de una institución educativa privada</b>				
<b>PROBLEMA</b>	<b>OBJETIVOS</b>	<b>VARIABLES</b>	<b>METODOLOGÍA</b>	<b>POBLACIÓN- MUESTRA</b>
¿Cuáles son las características del clima social familiar y qué aspectos se puede considerar de la terapia breve centrada en soluciones para promover un diseño de las técnicas escalas,	Describir las características del clima social familiar y qué aspectos se pueden considerar de la terapia breve centrada en soluciones para proponer un diseño de las técnicas escalas, preguntas de afrontamiento y externalización para un clima social familiar positivo en los estudiantes de una institución educativa privada de la ciudad de Trujillo.	<b>VARIABLE FÁCTICA</b> Clima social familiar	El tipo de investigación según su finalidad es práctica porque hace uso de la teoría para dar solución a un problema; según naturaleza es cualitativa porque	<b>POBLACIÓN</b> La población está conformada por 750 estudiantes de una institución educativa privada de la ciudad de Trujillo.

preguntas de afrontamiento y externalización en los estudiantes de una institución educativa privada de la ciudad de Trujillo?	<b>OBJETIVOS ESPECIFICOS</b> Conocer las características del clima social familiar en los estudiantes de una institución educativa privada de Trujillo.  Identificar los aspectos teóricos de la terapia breve centrada en soluciones que se puedan considerar para proponer un diseño de las técnicas escalas, preguntas de afrontamiento y externalización en los estudiantes de una institución educativa privada de la ciudad de Trujillo.  Proponer un diseño de las técnicas escalas, preguntas de afrontamiento y externalización en los estudiantes de una institución educativa privada de la ciudad de Trujillo.	<b>VARIABLE TEÓRICA</b> Enfoque de la terapia breve centrada en soluciones	analiza y explica una realidad de forma descriptiva; según su carácter es propositiva porque concluye en una propuesta basada en la teoría escogida.	<b>MUESTRA</b> La muestra está conformada por 25 estudiantes de una aula de una institución educativa privada de la ciudad de Trujillo.  El muestreo es no probabilístico por conveniencia
		<b>VARIABLE PROPOSITIVA</b> Diseño de las técnicas escalas, preguntas de afrontamiento y externalización		

ANEXO N° 3

MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN

<b>TÍTULO: “Propuesta de técnicas del Enfoque Centrado en Soluciones para mejorar el clima social-familiar en estudiantes de una institución educativa privada.”</b>				
<b>VARIABLES</b>	<b>DEFINICIÓN CONCEPTUAL</b>	<b>DEFINICIÓN OPERACIONAL</b>	<b>DIMENSIONES</b>	<b>INDICADORES</b>
<b>VARIABLE PROPOSITIVA:</b>  Técnicas de escalas, preguntas de afrontamiento y externalización	Las preguntas de escala, las cuales sirven para obtener la medida cuantitativa del problema así como los avances en el tratamiento por ejemplo cada semana, también están las preguntas de afrontamiento, las cuales sirven para conversar sobre los recursos de la persona en situaciones negativas, incluso de extrema adversidad, por último está la externalización, la cual es una práctica procedente del campo de la terapias narrativas, de manera centrada en soluciones.	Las técnicas de escalas, preguntas de afrontamiento de la terapia breve centrada en soluciones se desarrollarán a través de preguntas que permitan mejorar y tener un clima social positivo.	Preguntas de escala	Escala de avance
				Escala de confianza
				Escala de disposición / motivación
				Escala de capacidad
				Escala de seguridad
			Preguntas de afrontamiento	Empatizar con la dificultad de la situación
Externalización del problema	Hablar del problema como si fuera un personaje externo que trata de fastidiar a la persona			
<b>VARIABLE TEÓRICA:</b>  Enfoque de la terapia breve centrada en soluciones	La Terapia Breve Centrada en Soluciones (TBCS) es diferente en muchas maneras a enfoques de tratamiento. Es un modelo basado en las competencias y en los recursos, lo cual minimiza el énfasis en fracasos y problemas del pasado, y en su lugar, se enfoca en las fortalezas de las personas,	De acuerdo a la TBCS, se basa en la resiliencia y en las propias soluciones y excepciones de los clientes a sus propios	Los principios básicos de la TBCS	El cliente (casi) siempre tiene razón
				Comprende un problema está bien. Ayudar a solucionarlo, aún mejor.
				No dejes para mañana lo que puedes hacer hoy.
				En caso de duda, elige lo más simple.
				Todo es relación.
				Lo que no mata engorda: el principio de utilización.



	y sus previas o futuras experiencias exitosas.	problemas. Existen unos principios básicos según Beyebach.		Es más respetuoso, y más eficaz, ver a consultantes como aliados, no como adversarios: la muerte de la resistencia. Aprovecha al máximo los recursos de los consultantes. Aprovecha al máximo la matriz relacional y la red social de los consultantes. Vísteme despacio, que tengo prisa. No es posible cambiar a los consultantes, se cambian ellos mismos. Los principios están para saltárselos.
<b>VARIABLE FACTICA:</b>  Clima social familiar	El clima social familiar es “es una atmósfera psicológica donde se describe las características psicológicas e institucionales de un determinado grupo humano situado sobre un ambiente” según Moos (en García, 2005)	El clima social familiar será evaluado a través de la escala de clima social en la familia (FES) que consta con 90 ítems referente a 10 áreas diferentes	Relaciones	• Cohesión
				• Expresividad
				• Conflicto
			Desarrollo	• Autonomía
				• Actuación
				• Intelectual – Cultural
				• Social – Recreativo
			Estabilidad	• Moralidad – Religiosidad
				• Organización

## **ANEXO N° 4 FICHA TÉCNICA DEL INSTRUMENTO**

Autores: R. H. Moos, B. S. Moos y E. J. Trickett.

Procedencia: Universidad de Stanford 1974, revisada en 1982.

Adaptación: César Ruiz Alva y Eva Guerra Turín - Lima 1993

Aplicación: Adolescentes y adultos. Individual o colectiva.

Duración: 20 minutos aproximadamente.

Finalidad: Evaluar y describir las relaciones interpersonales entre los miembros de la familia, los aspectos de desarrollo que tienen mayor importancia en ella y su estructura básica. (Moos, Moos y Trickett, 1989)

**ANEXO N° 5 ESCALA DEL CLIMA SOCIAL EN LA FAMILIA (FES) DE R.H. MOOS****INTRUCCIONES:**

A continuación, se presenta en este impreso, una serie de frases. Las mismas que Ud. Tiene que leer y decir si le parecen verdaderos o falsos en relación con su familia.

Si Ud. Cree que, respecto a su familia, la frase es verdadera o casi siempre verdadera marcará en la hoja de Respuesta una (X) en el espacio correspondiente a la F (falso).

Si considera que la frase es cierta para unos miembros de la familia y para otros falsa marque la respuesta que corresponda a la mayoría.

Siga el orden de la numeración que tienen las frases aquí y en la hoja de respuesta para evitar equivocaciones. La flecha le recordará que tiene que pasar a otra línea en la hoja de respuesta, recuerde que se pretende conocer lo que piensa Ud. Sobre su familia; no intente reflejar la opinión de los demás miembros de ésta.

**(NO ESCRIBA NADA EN ESTE IMPRESO)**

- 
1. En mi familia nos ayudamos y apoyamos realmente unos a otros.
  2. Los miembros de la familia guardan a menudo sus sentimientos para sí mismos.
  3. En nuestra familia reímos mucho.
  4. En general, ningún miembro de la familia decide por su cuenta.
  5. Creemos que es importante ser los mejores en cualquier cosa que hagamos.
  6. A menudo hablamos de temas políticos o sociales en familia.
  7. Pasamos en casa la mayor parte de nuestro tiempo libre.
  8. Los miembros de mi familia asistimos con bastante frecuencia a las diversas actividades de la iglesia.
  9. Las actividades de nuestra familia se planifican con cuidado.
  10. En mi familia tenemos reuniones obligatorias muy pocas veces.
- ▶
11. Muchas veces da la impresión de que en casa solo estamos pasando el rato.
  12. En casa hablamos abiertamente de lo que nos parece o queremos.
  13. En casa nunca mostramos abiertamente nuestros enojos.
  14. En mi familia nos esforzamos muchos para mantener la independencia de cada uno.
  15. Para mi familia es muy importante triunfar en la vida.
  16. Casi nunca asistimos a reuniones culturales (exposiciones, conferencias, etc.).
  17. Frecuentemente vienen amistades a visitarnos a casa.
  18. En mi casa nos rezamos en familia.
  19. En mi casa somos muy ordenados y limpios.
  20. En nuestra familia hay muy pocas normas que cumplir.
- ▶
21. Todos nos esforzamos mucho en lo que hacemos en casa.
  22. En mi familia es difícil “desahogarse” sin molestar a todos.

23. En la casa a veces nos molestamos tanto que a veces golpeamos o rompemos algo.
24. En mi familia cada uno decide por sus propias cosas.
25. Para nosotros no es muy importante el dinero que gane cada uno.
26. En mi familia es muy importante aprender algo nuevo o diferente.
27. Algunos de mi familia practica habitualmente algún deporte.
28. A menudo hablamos del sentido religioso de la Navidad, Semana Santa, Santa Rosa de Lima, etc.
29. En mi casa, muchas veces resulta difícil encontrar las cosas cuando las necesitamos.
30. En mi casa una sola persona toma la mayoría de las decisiones.
- ▶
31. En mi familia estamos fuertemente unidos.
32. En mi casa comentamos nuestros problemas personales.
33. Los miembros de mi familia, casi nunca expresamos nuestra cólera.
34. Cada uno entra y sale de la casa cuando quiere.
35. Nosotros aceptamos que haya competencia y gane el mejor.
36. Nos interesan poco las actividades culturales.
37. Vamos con frecuencia al cine, excursiones, paseos.
38. No creemos en el cielo o en el infierno.
39. En mi familia la puntualidad es muy importante.
40. En la casa las cosas se hacen de una forma establecida.
- ▶
41. Cuando hay que hacer algo en la casa, es raro que se ofrezca algún voluntario.
42. En la casa, si a alguno se le ocurre de momento hacer algo, lo hacen sin pensarlo más.
43. Las personas de mi familia nos criticamos frecuentemente unas a otras.
44. En mi familia, las personas tienen poca vida privada o independiente.
45. Nos esforzamos en hacer las cosas cada vez un poco mejor.
46. En mi casa casi nunca tenemos conversaciones intelectuales.
47. En mi casa casi todos tenemos una o dos aficiones.
48. Las personas de mi familia tenemos ideas muy precisas sobre lo que está bien o mal.
49. En mi familia cambiamos de opinión frecuentemente.
50. En mi casa se dan mucha importancia a cumplir las normas.
- ▶
51. Las personas de mi familia nos apoyamos unas a otras.
52. En mi familia, cuando uno se queja, siempre hay otro que se siente afectado.
53. En mi familia a veces nos peleamos y nos vamos a las manos.
54. Generalmente, en mi familia cada persona solo confía en si misma cuando surgen un problema.
55. En la casa nos preocupamos poco por los ascensos en el trabajo o las notas en el colegio.
56. Algunos de nosotros toca algún instrumento musical.
57. Ninguno de la familia participa en actividades recreativas, fuera de trabajo o del colegio.
58. Creemos que hay algunas cosas en las que hay que tener fe.

59. En la casa nos aseguramos de que nuestros dormitorios queden limpios y ordenados.
60. En las decisiones familiares todas las opiniones tienen el mismo valor.
- ▶
61. En mi familia hay poco espíritu de grupo.
62. En mi familia los temas de pagos y dinero se tratan abiertamente.
63. Si en mi familia hay desacuerdos, todos nos esforzamos para suavizar las cosas y mantener la paz.
64. Las personas de mi familia reaccionan firmemente unos a otros al defender sus propios derechos.
65. En nuestra familia apenas nos esforzamos para tener éxito.
66. Las personas de mi familia vamos con frecuencia a la biblioteca o leemos obras literarias.
67. Los miembros de la familia asistimos a veces a Cursos o Clases por afición o por interés.
68. En mi familia cada persona tienen ideas distintas sobre lo que es bueno.
69. En mi están claramente definidas las tareas de cada persona.
70. En mi familia cada uno tiene libertad para lo que quiera.
- ▶
71. Realmente nos llevamos bien unos con otros.
72. Generalmente tenemos cuidado con lo que nos decimos.
73. Los miembros de la familia estamos enfrentados unos con otros.
74. En mi casa es difícil ser independiente sin herir los sentimientos de los demás.
75. “Primero es el trabajo, luego es la diversión” es una norma en mi familia.
76. En mi casa ver la televisión es más importante que leer.
77. Las personas de nuestra familia salimos mucho a divertirnos.
78. En mi casa, leer la Biblia es algo importante.
79. En mi familia el dinero no se administra con mucho cuidado.
80. En mi casa las normas son muy rígidas y tienen que cumplirse.
- ▶
81. En mi familia se concede mucha atención y tiempo a cada uno.
82. En mi casa expresamos nuestras opiniones de modo frecuente y espontáneo.
83. En mi familia creemos que no se consigue mucho elevando la voz.
84. En mi casa no hay libertad para expresar claramente lo que se piensa.
85. En mi casa hacemos comparaciones sobre nuestra eficacia en el trabajo o el estudio.
86. A los miembros de mi familia nos gusta realmente el arte, la música o la literatura.
87. Nuestra principal forma de diversión es ver la televisión o escuchar radio.
88. En mi familia creemos que el comete una falta tendrá su castigo.
89. En mi casa generalmente la mesa se recoge inmediatamente después comer.
90. En mi familia, uno no puede salirse con la suya.

**(COMPRUEBE SI HA CONTESTADO A TODAS LAS FRASES)**

## ESCALA DEL CLIMA SOCIAL EN LA FAMILIA (FES)

Nombre y Apellidos: \_\_\_\_\_  
 Edad: \_\_\_\_\_ Sexo: M ( ) F ( ) Fecha de hoy: \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_  
 Institución Educativa: \_\_\_\_\_ Grado \_\_\_\_\_  
 N° de Hermanos: \_\_\_\_\_ Lugar que ocupa entre los hermanos 1 2 3 4 5 6 ( )  
 Vive: Con ambos padres ( ) Solo con uno de los padres ( ) Quién: \_\_\_\_\_  
 Otros: \_\_\_\_\_  
 La familia es natural de: \_\_\_\_\_

1	V	F	16	V	F	31	V	F	46	V	F	61	V	F	76	V	F
2	V	F	17	V	F	32	V	F	47	V	F	62	V	F	77	V	F
3	V	F	18	V	F	33	V	F	48	V	F	63	V	F	78	V	F
4	V	F	19	V	F	34	V	F	49	V	F	64	V	F	79	V	F
5	V	F	20	V	F	35	V	F	50	V	F	65	V	F	80	V	F
6	V	F	21	V	F	36	V	F	51	V	F	66	V	F	81	V	F
7	V	F	22	V	F	37	V	F	52	V	F	67	V	F	82	V	F
8	V	F	23	V	F	38	V	F	53	V	F	68	V	F	83	V	F
9	V	F	24	V	F	39	V	F	54	V	F	69	V	F	84	V	F
10	V	F	25	V	F	40	V	F	55	V	F	70	V	F	85	V	F
11	V	F	26	V	F	41	V	F	56	V	F	71	V	F	86	V	F
12	V	F	27	V	F	42	V	F	57	V	F	72	V	F	87	V	F
13	V	F	28	V	F	43	V	F	58	V	F	73	V	F	88	V	F
14	V	F	29	V	F	44	V	F	59	V	F	74	V	F	89	V	F
15	V	F	30	V	F	45	V	F	60	V	F	75	V	F	90	V	F

## ANEXO N° 6 Evaluación por juicio de expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar “Las técnicas escalas, preguntas de afrontamiento y externalización”. La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando tanto al área de la PSICOLOGÍA CLÍNICA Y EDUCATIVA. Agradecemos su valiosa colaboración.

### 1. DATOS GENERALES DEL JUEZ

---

**Nombre del juez:**

---

**Grado profesional:** Maestría ( )  
Doctor ( )

---

**Área de Formación académica:** Clínica ( )                      Educativa ( )  
Social ( )    Organizacional( )  
Otros ( )

---

**Áreas de experiencia profesional:**

---

**Institución donde labora:**

---

**Tiempo de experiencia profesional en el área :** 2 a 4 años ( )  
Más de 5 años ( )

---

### 2. PROPÓSITO DE LA EVALUACIÓN:

- a. Validar las actividades y metodologías utilizadas en el programa o taller, por juicio de expertos.

### 3. DATOS DEL PROGRAMA /O TALLER TÉCNICA ESCALAS, PREGUNTAS DE AFRONTAMIENTO Y EXTERNALIZACIÓN

<b>Nombre:</b>	Técnica de Escalas, preguntas de afrontamiento y externalización
<b>Autores:</b>	Marga Herrero de Vega y Mark Beyebach
<b>Aplicado:</b>	Nathaly Solange Novoa Asto
<b>Beneficiarios:</b>	Adolescentes
<b>Metodología:</b>	Individual o colectiva
<b>Tiempo de cada sesión:</b>	Entre 30 minutos a 35 minutos por sesión

### 4. SOPORTE TEÓRICO

La terapia centrada en soluciones es uno de los enfoques más populares y ampliamente usados en el mundo. Debido a que está basada en la resiliencia y en las propias soluciones y excepciones de los clientes a sus propios problemas, es aplicable a la mayoría de las dificultades que enfrentan los clientes, y como tal ha sido aplicada a casi todos los problemas vistos por los clínicos. En la terapia breve centrada en soluciones existen una variedad de técnicas y para esta investigación se han seleccionado tres de ellas las cuales son: Las preguntas de escalas, las cuales sirven para obtener la medida cuantitativa del problema así como los avances en el tratamiento por ejemplo cada semana, también están las preguntas de afrontamiento, las cuales sirven para conversar sobre los recursos de la persona en situaciones negativas, incluso de extrema adversidad, por último está la externalización, externalizar el problema es una forma sencilla y elegante de crear distancia entre la persona que lo padece y el problema en sí mismo, la cual es una práctica procedente del campo de la terapias narrativas, de manera centrada en soluciones.

Dimensiones que sustenta las técnicas

Dimensiones	Definición
Preguntas de escala.	Las preguntas de escala, invitan a nuestros interlocutores a situar algún atributo o características en un rango numérico, habitualmente entre 1 y 10 (escalas de avance) o entre 0 y 10 (escalas de confianza, disposición o capacidad). Las preguntas de escala son, ante todo, una forma de seguir hablando de recursos, mejoras y objetivos. Además, permiten descomponer o deconstruir una respuesta categórica y hacerla más manejable.



Preguntas de afrontamiento.	Las preguntas de afrontamiento, las cuales consisten en empatizar con las dificultades de nuestros consultantes y preguntarles cómo sobrellevan la situación difícil en la que se encuentran; como, pese a todo, consiguen seguir adelante (asistiendo a clase, impartiendo las clases, apoyando al hijo, etc.) sin “tirar la toalla” (abandonar los estudios, solicitar una baja, rendirse con el hijo, etc).
Externalización del problema.	La externalización del problema, en algunos casos a veces la conversación se satura de problemas porque la persona con la que hablamos no solo está desmoralizada por la situación, sino que atribuye los problemas a su propia manera de ser o a su personalidad, en casos así puede ser útil la externalización del problema (White y Epston, 1990), es decir, convertirlo en una especie de personaje externo que se dedica a fastidiar a la persona. Externalizar el problema es una forma sencilla y elegante de crear distancia entre la persona que lo padece y el problema en sí mismo.

### 5. PRESENTACIÓN DE INSTRUCCIONES PARA EL JUEZ:

A continuación a usted le presento las técnicas escalas, preguntas de afrontamiento y externalización. De acuerdo con los siguientes indicadores califique cada uno de los ítems según corresponda.

Categoría	Calificación	Indicador
<b>CLARIDAD</b> Las actividades metodológicas se comprenden fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1 No cumple con el criterio	La actividad metodológica no es clara.
	2. Bajo Nivel	La actividad metodológica requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de las mismas.
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos de la actividad metodológica.
	4. Alto nivel	La actividad metodológica es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.
<b>COHERENCIA</b> Las actividades metodológicas tienen relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	1. totalmente en desacuerdo (no cumple con el criterio)	La actividad metodológica no tiene relación lógica con la dimensión.
	2. Desacuerdo (bajo nivel de acuerdo )	La actividad metodológica tiene una relación tangencial /lejana con la dimensión.

	3. Acuerdo (moderado nivel )	La actividad metodológica tiene una relación moderada con la dimensión que se está midiendo.
	4. Totalmente de Acuerdo (alto nivel)	La actividad metodológica se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo.
<b>RELEVANCIA</b> Las actividades metodológicas son esenciales o importantes, es decir deben ser incluidos.	1 No cumple con el criterio	La actividad metodológica puede ser eliminada sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo Nivel	La actividad metodológica tiene alguna relevancia, pero otra actividad metodológica puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3. Moderado nivel	La actividad metodológica es relativamente importante.
	4. Alto nivel	La actividad metodológica es muy relevante y debe ser incluido.

*Leer con detenimiento la actividad metodológica y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinente.*

1 No cumple con el criterio
2. Bajo Nivel
3. Moderado nivel
4. Alto nivel

**DIMENSIONES DE LA PROPUESTA:** Preguntas de Escalas, preguntas de afrontamiento y externalización del problema.

- Primera dimensión : Preguntas de escalas
- Objetivos de la Dimensión: Alentar a situar en algún atributo o característica en un rango numérico.

INDICADORES	Actividades metodológicas	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Escala de avance	Determinar en qué rango reconoce que se encuentran sus progresos.				
Escala de confianza	Definir en qué grado identifica su nivel de confianza.				
Escala de disposición / motivación	Reconocer en qué estado está su determinación hacia un propósito.				

Escala de capacidad	Explorar en qué condición está su capacidad para realizar un objetivo.				
Escala de seguridad	Indagar en qué punto encuentra su seguridad frente a alguna situación.				

- Segunda dimensión : Preguntas de afrontamiento
- Objetivos de la Dimensión: Proporcionar una oportunidad de transmitir empatía y apoyo al no minimizar ni restar importancia a su situación.

INDICADORES	Actividades metodológicas	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Empatizar con la dificultad de la situación	Averiguar cómo sobrelleva la situación difícil en la que se encuentra.				
	Construir los cambios pretratamiento, buscando cosas pequeñas y concretas.				

- Tercera dimensión : Externalización del problema
- Objetivos de la Dimensión: Establecer distancia entre la persona y el problema.

INDICADORES	Actividades metodológicas	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Hablar del problema como si fuera un personaje externo que trata de fastidiar a la persona	Desculpabilizar a la persona y ayudarla a asumir responsabilidades frente al problema externalizado.				

---

 Firma del evaluador  
 N° C. Ps. P.

## **ANEXO N° 7 ESTRUCTURA DE LA PROPUESTA**

### **1. DATOS GENERALES:**

- 1.1. Nombre de la propuesta:** Técnicas de escalas, preguntas de afrontamiento y externalización
- 1.2. Beneficiarios:** Estudiantes de secundaria
- 1.3. Tiempo de duración:** 35 minutos por sesión
- 1.4. Responsable:** Nathaly Solange Novoa Asto

### **2. INTRODUCCIÓN:**

Preguntas de Escalas, preguntas de afrontamiento y externalización, son unas de las técnicas de la terapia breve centrada en soluciones, esta terapia tiene muchas aplicaciones. Sus aplicaciones pueden ser para terapia de parejas, terapia familiar, terapia con pacientes involuntarios e intervención en crisis, también ha sido aplicada como terapia grupal en instituciones.

### **3. FUNDAMENTACIÓN**

Actualmente se puede encontrar un clima social familiar bajo presente en personas de distintas edades, siendo los estudiantes escolares un grupo afectado, lo cual perjudica en su salud mental y afectan su bienestar emocional y familiar; es por esto que a través de las técnicas de preguntas de escala, preguntas de afrontamiento y externalización se logrará generar un clima social familiar positivo en la población escogida.

### **4. OBJETIVOS:**

La ejecución de la presente propuesta tiene como objetivo generar un clima social familiar positivo en los estudiantes de una institución educativa privada de la ciudad de Trujillo.

### **5. METODOLOGÍA DE APLICACIÓN:**

<b>TEMARIO</b>	<b>METODOLOGÍA</b>	<b>MATERIALES</b>	<b>TIEMPO</b>
Escala de avance	Se realizarán preguntas que determinen en qué rango reconoce que se encuentran sus progresos. En la escala de 1 al 10, en la que 1 es cuando peor han estado las cosas en este tema, y 10 representa que has conseguido todo lo que pretendías, por ejemplo: - ¿Dónde dirías que están ahora las cosas?	-	30 - 35 minutos
Escala de confianza	Se realizarían preguntas para definir en qué grado identifica su nivel de confianza. En una escala de 0 al 10, en la que 10 sería que tienes toda la confianza del mundo en que vas a poder seguir en esta buena línea y 0 que no tienes ninguna, por ejemplo: - ¿Dónde dirías que están ahora las cosas?	-	30 - 35 minutos

<p>Escala de disposición / motivación</p>	<p>Se realizarán preguntas para reconocer en qué estado está su determinación hacia un propósito. En una escala de 0 al 10, en la que 10 sería que estás totalmente decidido a dar este paso que me acabas de describir, y 0 es lo contrario, por ejemplo: - ¿Dónde dirías que estás ahora?</p>	-	30 - 35 minutos
<p>Escala de capacidad</p>	<p>Se realizarán preguntas para explorar en qué condición está su capacidad para realizar un objetivo. En una escala de 0 al 10, donde 10 sería que te ves con capacidad para ir aplicando estas tres técnicas de estudio, y 0 lo contrario, por ejemplo: - ¿Dónde te ves?</p>	-	30 - 35 minutos
<p>Escala de seguridad</p>	<p>Se realizarán preguntas para indagar en qué punto encuentra su seguridad frente a alguna situación. En una escala de 0 al 10, en la que el 10 sería que estás seguro de que esos chicos del barrio van a volver a meterse contigo a la salida del instituto en estos días y 0 que no hay ningún riesgo, por ejemplo: - ¿Cuánto riesgo ves?</p>	-	30 - 35 minutos
<p>Empatizar con la dificultad de la situación</p>	<p>Se realizan preguntas para averiguar cómo sobrelleva la situación difícil en la que se encuentra. Algunas preguntas que podrían realizarse serían: - ¿Cómo, a pesar de todo esto, consigues seguir adelante? - ¿Qué estás haciendo bien para sobrellevar esta situación tan complicada?</p>	-	30 - 35 minutos
	<p>Se realizan preguntas para construir los cambios pretratamiento, buscando cosas pequeñas y concretas, por ejemplo: -¿Cómo has logrado no tirar la toalla en esta situación?</p>	-	
<p>Hablar del problema como si fuera un personaje externo que trata de fastidiar a la persona</p>	<p>Se saca el problema hacia afuera desculpabilizando a la persona, en medida en que se atribuyen sus fracasos al personaje externo, por ejemplo: es el miedo, no la persona, la culpable de que se bloquee en clases de educación física.</p>	-	30 - 35 minutos

### EJEMPLO DE UNA SESIÓN DE LA PROPUESTA

SESIÓN 1	PLANIFICACIÓN	INTERVENCIONES
<p>Alumno individual</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Inicio con la fase social</li> <li>• Invitar a la persona a participar en un rol colaborativo</li> <li>• Recolección de información importante</li> <li>• Escucha activa a la queja</li> <li>• Escucha activa de posición</li> </ul>	<p>“Si intentáramos medir los avances que hayas ido realizando inconscientemente en la relación familiar, antes de esta sesión, ¿dónde dirías que están ahora las cosas?”</p>