

# Informe de originalidad Mischa Velarde Katherine

*por* Katherine Mischa Velarde

---

**Fecha de entrega:** 04-nov-2023 02:34a.m. (UTC-0500)

**Identificador de la entrega:** 2217133227

**Nombre del archivo:** AJO\_CON\_LAS\_CORRECCIONES\_INDICADAS\_Elizabeth\_Santaria\_Cacya.docx (166.54K)

**Total de palabras:** 15161

**Total de caracteres:** 86209

**UNIVERSIDAD CATÓLICA DE TRUJILLO**  
**BENEDICTO XVI**  
**SEGUNDA ESPECIALIDAD EN TERAPIA**  
**FAMILIAR E INTERVENCIÓN SISTÉMICA CON**  
**MENCIÓN EN PAREJA Y SEXUALIDAD**



**ANÁLISIS DE LOS CONFLICTOS FAMILIARES EN**  
**ADOLESCENTES CON BAJA AUTOESTIMA EN EL PERÚ**

Trabajo Académico para obtener el título de  
SEGUNDA ESPECIALIDAD EN TERAPIA FAMILIAR E  
INTERVENCIÓN SISTÉMICA CON MENCIÓN EN PAREJA Y  
SEXUALIDAD

**AUTORES**

Br. Katherine Mischa Velarde  
Br. Elizabeth Santaria Cacya

**ASESORA**

Dra. Giovanna Britt Peña Correa (<http://orcid.org/0000-0003-0725-0793>)

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN**

Violencia y transgresión

**TRUJILLO, PERÚ**

**2023**

## **AUTORIDADES UNIVERSITARIAS**

**Excmo. Mons. Héctor Miguel Cabrejos Vidarte, O.F.M**  
**Arzobispo Metropolitano de Trujillo**  
**Fundador y Gran Canciller de la Universidad Católica de Trujillo**  
**Benedicto XVI**

**Dr. Luis Orlando Miranda Diaz**  
**Rector de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI**

**Dra. Mariana Geraldine Silva Balarezo**  
**Vicerrectora Académica**

**Dra. Anita Jeanette Campos Márquez**  
**Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud**

**Dra. Ena Cecilia Obando Peralta**  
**Vicerrectora de Investigación**

**Dra. Teresa Soffa Reategui Marín**  
**Secretaria General**

### CONFORMIDAD DE ASESORA

Yo, Giovanna Britt Peña Correa con DNI No 25754347, asesora del Trabajo Académico titulado: “Análisis de los conflictos familiares en adolescentes con baja autoestima en el Perú”, presentado por los(as) Licenciados Katherine Mischa Velarde con DNI No 46076972 y Elizabeth Trinidad Santaria Cacya. Con DNI N°09711890, egresadas del Programa de Segunda Especialidad en Terapia Familiar e intervención Sistémica con Mención en Pareja y Sexualidad, considero que dicho trabajo reúne los requisitos tanto técnicos como científicos, corresponde a las normas establecidas en el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI, y en lo normativo para la presentación de trabajos de titulación de la Facultad de Ciencias de la Salud.

Por tanto, autorizo la presentación de la misma ante el organismo pertinente, para que sea sometido a evaluación por la comisión de jurados designados por la Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud.

Trujillo, Octubre de 2023



---

Dra. Giovanna Britt Peña Correa  
(ORCID / 0000-0003-0725-0793)  
Asesora

## DEDICATORIA

A mis padres, cuyas voces me acompañan al elegir mis caminos. A mis amadas hijas, pues gracias a ellas aprendí que soy capaz de todo aquello que me proponga.

A Dana, que me aporta mucha alegría.

Br. Katherine Mischa Velarde

<sup>3</sup>  
A mi esposo por su amor, comprensión y apoyo para alcanzar mi meta.

A mis padres por estar siempre en los momentos más importantes de mi vida.

Br. Elizabeth Trinidad Santaria Cacya

## **AGRADECIMIENTOS**

Agradecemos, siempre en primer lugar, a nuestro Padre y Creador, quien, en su infinito amor, nos abre caminos y nos acompaña a través de ellos, permitiéndonos llegar al final de este trayecto de formación profesional.

A los docentes de la Escuela de Posgrado de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI, por haber propiciado un espacio de intercambio de aprendizajes, no solo académicos, sino también de vida, en tiempos complicados para todos.

A nuestra asesora, Dra. Giovanna Britt Peña Correa, por su entrega, compromiso y acompañamiento activo a lo largo del proceso.

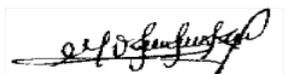
Las Autoras

## DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD

Yo, Katherine Mischa Velarde con DNI No 46076972; y mi compañera Elizabeth Trinidad Santaria Cacya. Con DNI 09711890, egresadas del Programa de Segunda Especialidad en 'Terapia Familiar e Intervención Sistémica con Mención en Pareja y Sexualidad' de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI, damos fe que se ha seguido rigurosamente los procedimientos académicos y administrativos emanados por la Universidad para la elaboración y sustentación del Trabajo Académico titulado: "Análisis de los conflictos familiares en adolescentes con baja autoestima en el Perú", el cual consta de un total de 49 páginas y anexos

Dejamos constancia de la originalidad y autenticidad de la mencionada investigación y declaramos bajo juramento en razón a los requerimientos éticos, que el contenido de dicho documento, corresponde a nuestra autoría respecto a redacción, organización, metodología y diagramación. Asimismo, garantizamos que los fundamentos teóricos están respaldados por el referencial bibliográfico, asumiendo un mínimo porcentaje de omisión involuntaria respecto al tratamiento de cita de autores, lo cual es de nuestra entera responsabilidad.

Se declara también que el porcentaje de similitud o coincidencia es de 16%, el cual es aceptado por la Universidad Católica de Trujillo.



---

Katherine Mischa Velarde  
DNI: 46076972



---

Elizabeth Trinidad Santaria Cacya  
DNI:09711890

## ÍNDICE

DEDICATORIA.....	iv
AGRADECIMIENTOS.....	v
DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD.....	vi
ÍNDICE.....	vii
ÍNDICE DE TABLAS.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
RESUMEN.....	viii
ABSTRACT.....	ix
I. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	10
1.1. Realidad problemática y formulación del problema.....	10
1.2. Formulación de objetivos.....	12
<b>1.2.1. Objetivo general</b> .....	12
<b>1.2.2. Objetivos específicos</b> .....	12
1.3. Justificación de la investigación.....	12
II. MARCO TEÓRICO.....	14
2.1. Antecedentes de la investigación.....	14
2.2. Referencial teórico.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
III. MÉTODOS.....	37
3.1. Tipo y diseño de Investigación.....	37
3.2. Método de Investigación.....	37
3.3. Técnicas e instrumento para la recolección de datos.....	38
3.4. Ética investigativa.....	38
CONCLUSIONES TEÓRICAS.....	40
REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS.....	41
ANEXOS.....	48

## **RESUMEN**

El presente trabajo académico tuvo como objetivo principal determinar de qué manera se presentan los conflictos familiares y la autoestima en adolescentes en el Perú, se realizó un estudio de tipo cualitativo-bibliográfico y diseño no experimental longitudinal en forma bibliográfico. Los hallazgos encontrados son las disfunciones familiares que es un factor determinante en la formación integral de los adolescentes. Lo que distingue a un grupo familiar funcional de uno disfuncional no es el bajo nivel o inexistencia de conflictos que pueda experimentar, sino la manera cómo conducen sus situaciones problemáticas y dificultades diarias. La familia toma una importancia fundamental en el contexto social de la persona para el desarrollo y mantenimiento de un nivel de autoestima. Es destacable el rol que desempeña el nivel de funcionamiento en el ámbito del núcleo familiar respecto a la formación de la autoestima en la etapa de la pubertad y adolescencia, juntamente con otros elementos vinculados tales como la edad y la disponibilidad económica, los cuales actúan sobre la vulnerabilidad de los adolescentes generándoles niveles bajos de autoestima. Asimismo, se concluye que, los casos promedio tratados con intervenciones sistémicas les fue mejor después del tratamiento que más de la mitad de los casos tratados con terapia individual.

Palabras claves: Conflictos familiares, autoestima, adolescentes, Terapia Familiar Sistémica

## **ABSTRACT**

The main objective of this academic was is to determine how family conflicts and self-esteem are presented in adolescents in Peru. A qualitative-bibliographic study with a longitudinal non-experimental design was carried out in bibliographic form. The findings found are family dysfunctions that are a determining factor in the comprehensive education of adolescents. What distinguishes a functional family group from a dysfunctional one is not the low level or absence of conflicts that they may experience, but the way they handle their problematic situations and daily difficulties. The family takes on fundamental importance in the social context of the person for the development and maintenance of a level of self-esteem. It is noteworthy the role that the level of functioning plays in the family nucleus regarding the formation of self-esteem in the stage of puberty and adolescence, together with other linked elements such as age and economic availability, which act on the vulnerability of adolescents, generating low levels of self-esteem. Likewise, it is concluded that the average cases treated with systemic interventions fared better after treatment than more than half of the cases treated with individual therapy.

**Keywords:** Family conflicts, self-esteem, adolescents, Systemic Family Therapy

## I. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

### 1.1. Realidad problemática y formulación del problema

A pesar de que los países han tomado medidas importantes, aún existen graves problemas en cómo se aborda y previene la violencia contra niños, niñas y adolescentes en la Región de las Américas. Esto lleva a la exclusión de muchas personas afectadas por este tipo de violencia. La Organización Panamericana de la Salud (OPS, 2020) ha realizado un análisis nunca antes visto a nivel mundial, estudiando los datos nacionales sobre esta problemática en la región. La pandemia de COVID-19 ha llevado a que los niños tengan menos contacto con amigos, familiares y servicios de salud y protección. Esta falta de apoyo social podría ser una razón por la que se están presentando más problemas familiares durante el confinamiento. Además, las personas están experimentando estrés, ansiedad y preocupaciones económicas debido a la situación actual, lo que también puede contribuir a la aparición de dificultades en el ámbito familiar.

Según la Organización de las Naciones Unidas (ONU, 2022), a lo largo del transcurso de la historia, se han observado cambios significativos en las estructuras familiares, caracterizados por un aumento en los divorcios y las familias con un solo progenitor. Los hogares han experimentado una reducción en su tamaño, mientras que las uniones matrimoniales y los nacimientos suelen ocurrir en etapas más tardías de la vida, y se ha evidenciado una disminución en la cantidad de hijos por familia. Estas transformaciones han sido profundizadas por la evolución mundial, marcada por flujos migratorios, mejoras en la esperanza de vida y la aparición de nuevas epidemias, como el VIH/SIDA, entre otros factores asociados a la globalización.

No obstante estos cambios, se reconoce que la institución familiar sigue manteniendo su importancia como una forma primordial de organización desde los inicios de la humanidad. A pesar de su aparente simplicidad, la familia implica una serie de funciones vitales que abarcan desde el cuidado y la reproducción hasta la socialización, estableciendo las bases fundamentales de la sociedad en su conjunto. A lo largo del tiempo, los miembros de la familia han desarrollado roles y acciones que ejercen una poderosa influencia en cada uno de ellos, los cuales han sido modelados a través de los acontecimientos históricos (Arranz, 2004).

Durante un extenso período, se ha reconocido a la familia como un pilar esencial en la estructura social. Se ha llevado a cabo una investigación exhaustiva para comprender cómo el entorno familiar influye en el comportamiento social, analizando cuidadosamente el papel que desempeña la familia en la socialización de los individuos y considerando las complejidades inherentes al desarrollo familiar. A pesar de las modificaciones en las estructuras familiares, su relevancia persiste en la sociedad

contemporánea (Aylwin & Solar, 2002).

Los mencionados cambios sociales, según la ONU (2022), han dado lugar a desafíos en el cumplimiento de las responsabilidades familiares, dificultando la tarea de cuidar a los niños y a los ancianos, así como promover el desarrollo social de las generaciones más jóvenes. La evolución global, marcada por los flujos migratorios, los avances en la esperanza de vida y la aparición de nuevas epidemias, ha profundizado aún más esta situación y ha planteado desafíos considerables en el ámbito familiar.

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2023) define la adolescencia como una etapa crucial en el desarrollo humano, que abarca desde los 10 hasta los 19 años. Durante este período, los jóvenes experimentan cambios significativos a nivel físico, social y psicológico, mientras buscan independencia e identidad.

En Perú, según la Encuesta Nacional sobre Relaciones Sociales 2015 realizada por el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, 2006), se encontró que el 73.8% de niños y niñas de entre 9 y 11 años han sufrido maltrato infantil en algún momento de sus vidas, ya sea de forma psicológica o física. Además, según datos proporcionados por el Ministerio de Salud del Gobierno del Perú (2018) durante los últimos doce meses, el 41.5% de ellos también fueron víctimas de maltrato en el entorno familiar.

Un estudio llevado a cabo en 2004 en Lima y otras seis regiones de Perú reveló que el 36.8% de los adolescentes de 15 a 22 años percibían una comunicación por debajo del promedio con su padre, mientras que el 49.7% tenían una percepción similar con su madre (Sobrino, 2008).

En conclusión, las interacciones entre los miembros de una familia tienen un impacto en el ambiente social dentro del hogar. La libertad para expresar necesidades y deseos sin miedo a la crítica o el rechazo es crucial para mantener un entorno familiar tolerante y pacífico. Diversas investigaciones, como el estudio realizado por Bee y Mitchell (1987), han demostrado que las familias que promueven la inteligencia entre sus miembros suelen criar individuos más inteligentes. Estos hallazgos indican que la dinámica familiar menos restrictiva tiene una influencia positiva en el desarrollo de la inteligencia. En esta etapa es importante el apoyo de la familia, que facilite la definición de la identidad del adolescente, sin embargo, los patrones de familia han variado (Ministerio de Educación del Perú, 2022).

Este trabajo académico va a contribuir a profundizar los conocimientos de variables, como los conflictos familiares, la autoestima, adolescente. La finalidad es de prevenir sobre las consecuencias de la disfunción familiar, corregir, cambiar comportamientos negativos que afectan la autoestima.

Es necesario realizar el análisis de las variables autoestima y conflicto familiar por la cantidad de información que se logró encontrar, igualmente, la recopilación de información de fuentes primarias y secundarias fue gracias al acceso a diferentes bases de datos científicas por internet. Las necesidades de salud en el adolescente están referidas a las relaciones afectivas positivas en la familia, emociones, roles de la relación padres a hijos. En ese sentido se plantea el presente trabajo académico a partir de la interrogante: ¿De qué manera se presentan los conflictos familiares y la autoestima en los adolescentes en el Perú?

## **1.2. Formulación de objetivos**

### **1.2.1. Objetivo general**

Determinar de qué manera se presentan los conflictos familiares y la autoestima en adolescentes en el Perú.

### **1.2.2. Objetivos específicos**

- Describir cómo se presenta la funcionalidad familiar y los conflictos familiares desde un enfoque sistémico.
- Establecer cómo se presentan los conflictos familiares y la autoestima en la adolescencia.
- Definir las características de la Terapia familiar e intervención sistémica en la pareja, sexualidad y autoestima.
- Especificar las particularidades de la Terapia familiar e intervención sistémica en la autoestima en la familia con adolescentes.

## **1.3. Justificación de la investigación**

La importancia del bienestar físico, mental y social depende de cómo la persona se desarrolla en su ámbito familiar y frente a las adversidades normales de la vida, el adolescente con la salud mental deteriorada evidenciará baja autoestima, verá afectado significativamente su futuro cercano o lejano y reducirá sus posibilidades de éxito, su bienestar físico y felicidad. La baja autoestima en el adolescente se verá reflejado en conductas rebeldes, agresividad, alcoholismo, drogadicción entre otros, todo esto debido a la mala relación y comunicación deficiente en la familia, la falta de respeto y el poco apoyo que reciben, llevan al adolescente a sentirse menospreciado por la familia y la sociedad y no le permite desarrollarse como ser humano. Por este de orden de relevancia de tales conceptos que, con fines de aplicación práctica, en el presente estudio se ha visto por conveniente realizar una identificación de la

autoestima en los adolescentes para así poder orientarlos y proporcionar las herramientas para que consigan la resiliencia necesaria, contribuyendo así con la familia y sociedad.

El beneficio práctico de la información que se obtenga del presente estudio podrá utilizarse a fin de prevenir y corregir con propuestas de intervención para modificar las actitudes y estrategias disciplinarias que influyen negativamente en el desarrollo de la autoestima.

Asimismo, el trabajo realizado está relacionado a la función que cumple la familia como factor protector y de riesgo para que se logre la mejora a niveles idóneos de la autoestima de los conformantes de la familia que incluyen a sus hijos adolescentes, siendo la familia la unidad de análisis vinculada a las problemáticas que aquejan hoy en día. Nuestra motivación en el desarrollo del presente trabajo es la problemática que se presentan en las familias, como la comunicación, violencia familiar violencia infantil, que se manifiesta a la falta de cultura de convivencia muy a pesar de los niveles educativos alcanzados. En este contexto presentado, el aporte de la presente investigación hacia el conocimiento teórico se basa en la actualización de estudios que impliquen a los adolescentes en relación con su funcionamiento familiar, así como en su nivel autoestima que le aquejan.

Para el aporte metodológico y bibliográfico, en el presente trabajo se ofrece una orientación sobre los conflictos familiares y la autoestima de los adolescentes dentro del enfoque de la terapia familiar sistémico. De este modo se va a contribuir a profundizar el conocimiento sobre las dimensiones de la funcionalidad familiar, expresado en relaciones, desarrollo y estabilidad, que podrían influir en el desarrollo de la autoestima. Además, el proceso metodológico del estudio servirá de aporte y antecedente bibliográfico para futuros estudios que aborden el análisis y estudio de las mismas variables.

En cuanto a su relevancia social permitirá conocer la importancia de desarrollar en los adolescentes una adecuada autoestima que les fomente disposición positiva al afrontar contrariedades, perseverar ante dificultades y proyectarse hacia el logro de sus metas, lo cual les servirá en los diferentes ámbitos donde se desenvuelvan.

En el ámbito social la presente investigación va a contribuir a que las familias se socialicen, teniendo en cuenta su rol central en la educación, formación y atención a sus menores hijos dependientes y, principalmente, en la transmisión de conocimientos, valores y costumbres a fin de que puedan adaptarse a la vida en sociedad desarrollándose en sus diversas áreas, tales como la reflexiva, analítica, resolutive y ejecutiva por medio de transformaciones significativas a partir de procesos de integración escolar de los adolescentes que presentan necesidades educativas, porque requieren de diferentes apoyos y recursos especializados para su formación y su desarrollo integral.

## II. MARCO TEÓRICO

### 2.1. Antecedentes de la investigación

Caño y Rodríguez (2023), en su trabajo realizado en España sobre cómo el funcionamiento de la familia, evaluado a través del Dispositivo de Evaluación Familiar de McMaster (FAD), influye en la relación entre el nivel socioeconómico y los síntomas depresivos en adolescentes. Los resultados del análisis estadístico revelaron que tres dimensiones del FAD, relacionadas con la expresión emocional, la participación efectiva en la familia y el establecimiento de reglas y normas, explicaban el 95% de las diferencias en los síntomas depresivos de los adolescentes. Se encontró que la forma en que los adolescentes manejan y expresan sus emociones está relacionada con cómo el nivel socioeconómico afecta sus síntomas depresivos, y este efecto se modula mediante las expectativas sobre los roles y el comportamiento en la familia. En resumen, el estudio destacó la importancia de fomentar la expresión emocional y establecer reglas familiares sólidas como medidas efectivas para prevenir los síntomas depresivos en adolescentes, lo que puede mitigar la influencia del nivel socioeconómico en su bienestar.

Pourmovahed et al. (2021) en su investigación realizada en Irán sobre los Efectos de la Terapia Familiar basada en el Modelo MacMaster en la Dinámica de Familias Casadas ,el estudio tuvo como objetivo analizar el impacto de la terapia familiar en parejas casadas . El método se realizó mediante la selección de cuarenta parejas, divididas en grupos de intervención y control. Después de la intervención, se observaron mejoras significativas en el funcionamiento general de las familias, la gestión de respuestas emocionales, la implicación emocional, la comunicación y la resolución de problemas en el grupo de intervención. Estos resultados sugieren que la terapia familiar basada en el Modelo McMaster tiene un impacto positivo en diversos aspectos fundamentales para las parejas, lo que es relevante para profesionales de la salud mental y terapeutas familiares, especialmente en el contexto iraní.

Ramos (2021) en su trabajo de investigación respecto al nivel en que se relacionan el clima social de las familias y los niveles de autoestima en escolares que transcurren en el del tercer, cuarto y quinto grado de secundaria, tuvo como objetivo establecer la medida de asociación con significancia entre los dos elementos o variables de estudio, para lo cual se trabajó con una muestra de 189 adolescentes cuyas edades es entre 12 y 17 años, los resultados muestran que existe relación directa ( $Rho = .872$ ) entre autoestima y clima social familiar, asimismo, se indica que el nivel de autoestima es bajo con 48%, igualmente de acuerdo al autoestima con el sexo se muestra que el sexo masculino presenta predominancia de nivel bajo con 46%, por otro lado, se identificó el nivel de clima social familiar hallándose que el 53% presenta nivel bajo, finalmente, de acuerdo al clima social familiar y al sexo se

muestra que el sexo masculino presenta predominio en nivel bajo con 57%.

Putpaña (2023) en su trabajo de investigación tuvo como finalidad determinar la relación entre el clima social familiar y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajamarca en el año 2022. La investigación fue de enfoque cuantitativo y nivel correlacional. El muestreo se conformó por 226 estudiantes de primero a quinto de secundaria de edades entre 12 a 17 años. La evaluación se realizó con la Escala de Clima Social Familiar de Moos (1984) adaptada por Ruiz y Guerra (1993) y la Escala de Autoestima de Rosenberg. Los resultados refieren que existe una correlación entre el clima social familiar y la autoestima, así como las dimensiones de relaciones, desarrollo y estabilidad del clima social familiar con la autoestima, dando por concluido que el clima social familiar influye en la autoestima y viceversa.

Herrera (2020) en su investigación Clima social familiar y autoestima en adolescentes de una institución de educación estatal, presentó el objetivo de analizar los niveles de asociación estadística y significativa entre ambas variables principales, utilizando una muestra de 210 adolescentes cuyas edades oscilaban entre 11 y 17 años, mostrando entre sus resultados que existe relación directa ( $Rho = .802$ ) entre autoestima y clima social familiar. Asimismo, se indica que el nivel de autoestima es alto con 40%, igualmente de acuerdo a la autoestima con el sexo se muestra que el sexo femenino presenta predominancia de nivel alto con 39%. Por otro lado, se identificó el nivel de clima social familiar hallándose que el 48% de los estudiantes presentan nivel alto. Finalmente, de acuerdo con el clima social familiar y al sexo se muestra que el sexo femenino presenta predominio en nivel alto con 61%.

Bailón (2019) realizó su trabajo de investigación incluyendo el estudio del “Clima social familiar y autoestima en estudiantes de una Institución Educativa”, con el objetivo central de evaluar el grado en que se asocian ambas variables de estudio. La investigación es cuantitativa, correlacional, su muestra seleccionada constó de 96 alumnos de secundaria, de la cual se recogieron datos sobre los que se aplicó la prueba de Spearman o de correlación no paramétrica correspondiente. Se llegó a mostrar que entre las variables analizadas corresponde un nivel de correlación con alta significancia ( $p < 0.01$ ). Como conclusión el autor explica que altos y estables niveles de autoestima a favor del estudiante dependen de un coherente clima social familiar que experimenta en su entorno cercano.

Truyenque (2019) en su investigación donde se evalúan los niveles del Clima social en el ambiente intrafamiliar y el grado de autoestima los escolares de secundaria, su objetivo es medir los niveles existentes de relación entre tales variables. Esta investigación fue cuantitativa -correlacional, la población de estudio esta conformada por 250 estudiantes. Se registro que el 100% de los estudiantes se encuentran un nivel negativo respecto al clima social familiar y en lo referido ala autoestima el 97.4% d ellos alumnos presentan bajos niveles y el 2.6 de los mismos alcanzan niveles medios de autoestima.

Lo que concluye de manera central del estudio es la no existencia de relación de carácter significativo entre las variables principales de la investigación.

## **2.2. Referencial teórico**

En orientación al primer objetivo específico del presente estudio, a continuación, se desarrolla la Funcionalidad familiar en la adolescencia y conflictos familiares desde un enfoque sistémico. Los problemas psicológicos de los adolescentes a menudo están relacionados con la calidad de las relaciones familiares y cómo funcionan dentro de la dinámica familiar. Durante la adolescencia temprana, los jóvenes se enfrentan a un dilema: por un lado, buscan independencia y autonomía, pero por otro lado, todavía necesitan una conexión segura con sus padres. A pesar de su deseo de independizarse, siguen dependiendo del apoyo y el vínculo seguro con sus padres, ya que aún no han alcanzado la madurez suficiente para afrontar los desafíos de la vida por sí mismos. En la creación del ambiente familiar, ciertos factores se destacan como esenciales, ya que la familia desempeña un papel vital en la salud mental de los adolescentes (Priest, 2021).

A pesar de las investigaciones previas centradas principalmente en los efectos directos de la disfunción familiar, los procesos mentales que explican la relación entre esta disfunción y los problemas de ansiedad y depresión en adolescentes no han sido profundizados. No obstante, existe una fuerte conexión entre niveles elevados de disfunción familiar, marcados por conflictos no resueltos y falta de comunicación efectiva entre los miembros, y un aumento en los niveles de ansiedad y depresión en los adolescentes. Esta conexión indica que cuando el entorno familiar no funciona correctamente, los adolescentes tienen una mayor probabilidad de enfrentar problemas de salud mental, como la ansiedad y la depresión (Wang et al., 2020).

La variabilidad en los problemas de salud mental, como la ansiedad y la depresión, podría estar influenciada por cómo los adolescentes perciben su soledad y evalúan su propia autoestima, lo cual a su vez está relacionado con problemas familiares. Investigaciones anteriores han señalado que el entorno familiar no solo afecta la autoimagen de las personas, sino también cómo se relacionan con los demás. Teorías sociocognitivas han destacado los caminos mentales que conectan las influencias sociales con el desarrollo individual. En este contexto, Wang et al. (2020) han descubierto los procesos mentales que unen los problemas familiares con la ansiedad y la depresión en los adolescentes.

Evaluar estas variables mediadoras por separado puede llevar a perder conexiones importantes. Es por eso que Wang et al. (2020) están investigando simultáneamente cómo la autoestima y la sensación de soledad median en las relaciones entre los problemas familiares y la ansiedad y depresión en

adolescentes. Este enfoque integral nos ayuda a comprender mejor la complejidad de estos vínculos.

Wang et al. (2020) han llevado a cabo un estudio longitudinal para profundizar en la comprensión de la salud mental de los adolescentes chinos. Su enfoque, basado en la teoría sociocognitiva, examina cómo la forma en que los adolescentes perciben su entorno social, incluyendo las dinámicas familiares, puede influir en su autoestima. Además, han investigado las conexiones entre las percepciones de las relaciones con padres y compañeros (como la sensación de soledad) y los problemas de salud mental, como la ansiedad y la depresión, en estos jóvenes. Ese estudio meticuloso proporciona una visión más profunda de los factores que impactan en la salud mental de los adolescentes chinos (Wang et al., 2020)

A continuación, la Funcionalidad familiar en la adolescencia y conflictos familiares se explica desde un Enfoque sistémico familiar propiamente dicho, luego en relación a la autoestima y finalmente se analiza el estado de la teoría de los sistemas familiares. Respecto del primer punto, es decir desde un Enfoque sistémico familiar propiamente dicho, se observa que, a nivel de la vida en sociedad, es relevante resaltar el rol fundamental que desempeña la familia al moldear la manera en que sus miembros se adaptan y crecen en varios aspectos de sus vidas, incluyendo su salud mental, su identidad y sus relaciones con los demás. La manera en que los miembros de una familia interactúan entre sí tiene un impacto significativo en cómo se relacionan con el mundo exterior y cómo enfrentan los desafíos y las alegrías de la vida. En resumen, el enfoque sistémico de la familia resalta la importancia crucial de la familia como un pilar fundamental en la estructura de la sociedad. (Parra-Fabara, 2021).

La familia prospera y se siente bien en su hogar cuando sus miembros mantienen comportamientos consistentes. Estos comportamientos se basan en lo que creen, acuerdan, las reglas que establecen, las responsabilidades que asumen y las metas que comparten. Todo esto se analiza desde una perspectiva sistémica para comprender cómo la familia funciona y se desarrolla en su ambiente cotidiano. (Manrique et al., 2022).

En 1987, Bertalanffy definió tres aspectos esenciales que constituyen un sistema: el microsistema, el mesosistema y el macrosistema. Estos aspectos nos ayudan a entender cómo un sistema se crea cuando una entidad conecta elementos que tienen elementos comunes entre sí. En otras palabras, un sistema se forma cuando diferentes partes se relacionan entre sí debido a similitudes y conexiones compartidas (Priest, 2021).

Dentro del contexto de cómo se aborda la comunicación en las familias desde una perspectiva sistémica, se puede identificar lo que se denomina como "comunicación bloqueada". Este tipo de comunicación se caracteriza por la falta de conversación y la limitada interacción verbal entre los miembros de la familia. En resumen, las conversaciones suelen girar en torno a temas superficiales que

no crean vínculos emocionales profundos entre los miembros familiares. (Parra-Fabara, 2021).

Dentro del enfoque sistémico, se entiende que todos los miembros de la familia están conectados entre sí y que sus perspectivas individuales afectan de alguna forma la vida familiar en su conjunto. Aunque cada miembro de la familia tiene metas personales y familiares propias, es esencial resaltar que el enfoque sistémico ve a la familia como algo que va más allá de ser simplemente la suma de sus miembros individuales (Priest, 2021).

En relación al segundo punto del análisis de la Funcionalidad familiar en la adolescencia y conflictos familiares desde un Enfoque sistémico en relación a la autoestima, es necesario rescatar en este contexto a Bowlby, quien en 1986 propuso que los lazos emocionales en la familia se crean mediante un proceso que se desarrolla de manera sistemática. Este proceso involucra la evaluación del ambiente familiar para determinar si es adecuado para el desarrollo de cada miembro del hogar, y esta evaluación es fundamental para construir una autoestima saludable. Sin embargo, en muchas ocasiones, la mayoría de los adolescentes experimentan una autoestima baja, lo que puede reflejarse en diversos aspectos de sus vidas, como las relaciones con la familia, amigos y su rendimiento académico (Priest, 2021).

En 1986, Bowlby planteó la idea de que los vínculos emocionales entre los miembros de la familia se forman siguiendo un proceso sistemático en un contexto particular. Este proceso implica evaluar el entorno familiar para determinar si es adecuado para el desarrollo de cada miembro de la familia, y esta evaluación juega un papel importante en la construcción de una autoestima saludable. Sin embargo, es bastante común que la mayoría de los adolescentes enfrenten dificultades en su autoestima, lo que puede tener efectos en diferentes aspectos de sus vidas, como sus relaciones familiares, amistades y desempeño escolar (Laurente, 2022).

Respecto al tercer punto del análisis de la Funcionalidad familiar en la adolescencia y conflictos familiares es también relevante observar el estado de la teoría de los sistemas familiares, Michael Kerr y Murray Bowen en su obra Family Assessment de 1988 sostuvieron que el comportamiento humano está significativamente regulado por los mismos procesos naturales que regulan el comportamiento de todos los demás seres vivos. Buscaron colocar a la familia humana en el contexto de la ciencia biológica. Esta pareja pionera fundamentó su innovadora teoría sobre los sistemas familiares al utilizar investigaciones destacadas para demostrar cómo la evolución y otros procesos habían moldeado las dinámicas familiares. Al ofrecer una explicación para los problemas familiares, su enfoque se convirtió en la piedra angular de su trabajo, marcando un hito significativo en la comprensión de las complejas interacciones familiares (Priest, 2021).

Los investigadores reconocieron la falta de conocimiento en la regulación del comportamiento y dinámicas familiares, enfatizando la necesidad de ajustar conceptos a medida que avanzara la comprensión. Aunque consideraron su trabajo como un primer paso hacia entender la familia como un sistema natural, notaron que elementos influyentes aún no se habían explorado por completo. Hoy en día, la exploración profunda de las complejas interacciones familiares es esencial. Se ha ampliado la comprensión de cómo las fuerzas sociopolíticas afectan las dinámicas familiares y se han identificado elementos clave para relaciones saludables. Los investigadores han profundizado en la comprensión del papel del cerebro, el cuerpo, las emociones y el apego en la familia, además de comprender mejor cómo factores biológicos como la evolución y la genética influyen en los sistemas familiares. Después de más de tres décadas, nuestro conocimiento sobre sistemas familiares ha crecido de manera significativa (Priest, 2021).

Para impulsar la innovación en la terapia familiar sistémica, K. Wampler et al. (2019) enfatizaron la necesidad de investigar las hipótesis asociadas con la teoría de los sistemas familiares. Argumentaron que aún existe una fuerte dependencia de las ideas de pioneros como Murry Bowen, Salvador Minuchin y Virginia Satir, cuyas teorías tienen más de tres décadas. A pesar del vasto conocimiento actual, señalaron que la teoría de los sistemas familiares se ha quedado atrás en comparación, subrayando la importancia de revitalizarla mediante investigaciones actualizadas.

A pesar del crecimiento exponencial en nuestra comprensión de la ciencia de los sistemas familiares, esta nueva evidencia no se ha aplicado a las hipótesis de la teoría de los sistemas familiares. En otras palabras, la teoría de los sistemas familiares no ha sido evaluada a la luz de esta nueva evidencia. Aunque la teoría formula las hipótesis de investigación, y los resultados de la investigación validan o refutan estas hipótesis, esta dinámica recíproca ha fallado en el caso de la teoría de los sistemas familiares. La interacción entre teoría e investigación, que debería ser recíproca, ha resultado insuficiente en este contexto específico (Priest, 2021).

La buena teoría y la buena ciencia surgen cuando las hipótesis son claras, concisas y comprobables. White, Klein y Martin resaltaron en su libro "Teorías Familiares" (2015) que las teorías eficaces son aquellas capaces de explicar y prever sus objetivos debido a su coherencia lógica. En otras palabras, creo que es necesario reevaluar la teoría de los sistemas

familiares. Con el objetivo de mejorar y enriquecer la teoría de los sistemas familiares, es crucial llegar a un consenso sobre su definición. Este acuerdo sería fundamental para mejorar nuestras habilidades profesionales. Para lograr este propósito, es esencial desarrollar hipótesis específicas que puedan unificar las distintas investigaciones y enfoques epistemológicos que respaldan la teoría de los sistemas familiares, además de ajustar los diversos modelos utilizados por los terapeutas familiares (Fife, 2020).

En orientación al segundo objetivo específico del presente estudio, a continuación se desarrollan los elementos relacionados con el un mayor nivel de autoestima durante la edad adolescente. Un estudio realizado por Wang et al. (2020) enfatiza la relación entre disfunción familiar y ansiedad y depresión en adolescentes chinos. Se recomienda que los padres tomen medidas para abordar la disfunción familiar y mejorar la comunicación. En el año 2008, un estudio de Connell y Dishion resaltó la importancia de programas escolares que involucren a los padres para reducir los síntomas depresivos en los jóvenes. Se sugiere una mayor colaboración entre familias y escuelas, especialmente para estudiantes con dificultades familiares. La autoestima se identifica como un factor intermedio en la relación entre disfunción familiar y ansiedad y depresión en adolescentes, lo que destaca la importancia de fomentar la autoestima de los jóvenes. Se recomienda programas de prevención e intervención que aborden tanto la ansiedad como la depresión, centrándose en las relaciones familiares, la soledad y la autoestima, para abordar efectivamente estos problemas de salud mental en los adolescentes (Wang et al., 2020).

Cuando buscamos estrategias para abordar la ansiedad y la depresión en los adolescentes, es crucial enfocarnos en los desafíos familiares. En primer lugar, es esencial reconocer que la familia desempeña un papel fundamental en el crecimiento y desarrollo de cada individuo, lo cual cobra especial relevancia en el caso de los estudiantes de secundaria. Estos jóvenes están experimentando cambios en su desarrollo y enfrentan mayores expectativas y responsabilidades académicas (Thariq, 2018).

Para lograr esto, se presta atención a dos aspectos clave en la vida de los adolescentes: su autoestima, es decir, cómo se ven a sí mismos, y su nivel de soledad, es decir, cómo se relacionan con sus padres y amigos. Estos dos aspectos son fundamentales para entender cómo los problemas familiares pueden afectar la salud mental de los adolescentes. Nuestro estudio se basa en un modelo que considera cómo se entrelazan las situaciones sociales, los

procesos mentales y las diferencias individuales para explicar esta relación compleja (Erzen & Çikrikci, 2018).

El entorno familiar desempeña un papel fundamental en la formación de la autoestima de los niños. La autoestima se desarrolla gradualmente a medida que los niños asumen roles en la familia, resuelven problemas y se comunican con sus padres. Además, las interacciones con la familia, la sociedad en general, amigos y maestros moldean la autoestima, ya sea de manera positiva o negativa. La forma en que funciona la familia influye en la percepción que los niños tienen de su propio valor y en cómo se relacionan con los demás. En resumen, el entorno familiar ejerce una poderosa influencia en la autoestima de los niños, impactando significativamente en su autoconcepto y sus interacciones sociales (Wang et al., 2020).

Además, la baja autoestima es un importante predictor de psicopatología posterior. Según el modelo de vulnerabilidad, la baja autoestima contribuye a la ansiedad y la depresión. Dentro del modelo de vulnerabilidad, se plantea que la autoestima, al igual que otros aspectos de la personalidad, desempeña un papel causal en el inicio y la persistencia de los trastornos mentales. En el contexto específico de la depresión, se sugiere que una autoestima baja puede conducir a la adopción de patrones de pensamiento y comportamiento particulares, como la búsqueda de seguridad emocional, la búsqueda de críticas negativas y la rumiación constante sobre problemas. Se teoriza que estos patrones están relacionados con la depresión. En resumen, la autoestima juega un papel importante en la predisposición a la depresión según este modelo (Erzen & Çikrikci, 2018).

En el contexto de la ansiedad, según la teoría del manejo del terror, se propone que tener una alta autoestima ayuda a reducir la ansiedad que surge debido a la conciencia de la mortalidad humana. Además, esta teoría argumenta que el miedo a la muerte subyace en última instancia en cualquier sentimiento de ansiedad. Por lo tanto, se plantea la idea de que una autoestima elevada podría estar asociada con una disminución general de la ansiedad. Diversos estudios de investigación que han seguido a las personas a lo largo del tiempo han encontrado una fuerte relación negativa entre la autoestima y la depresión. Por ejemplo, en un estudio realizado en 2008 que utilizó un amplio conjunto de datos y evaluaciones en varias ocasiones, se llegó a la conclusión de que tener una baja autoestima aumenta el riesgo de desarrollar depresión. Además, un metaanálisis de estudios longitudinales demostró que la baja autoestima también predecía la ansiedad

Numerosos estudios de investigación que han seguido a individuos a lo largo de extensos periodos de tiempo han arribado a la conclusión de que existe una mayor probabilidad de desarrollar depresión cuando se tiene una autoestima baja. Un estudio en particular, realizado en 2008, respaldó este hallazgo al utilizar una gran cantidad de datos y llevar a cabo múltiples evaluaciones a lo largo del tiempo

Además, la teoría del manejo del terror sugiere que una autoestima elevada podría estar relacionada con una disminución general de la ansiedad. Según esta teoría, se plantea que el miedo a la muerte subyace en última instancia en todos los sentimientos de ansiedad, y que tener una autoestima alta podría ayudar a reducir la ansiedad que se experimenta al ser conscientes de la mortalidad humana, particularmente en situaciones de ansiedad (Wang et al., 2020).

Se ha llegado a constatar que los niños que crecen en entornos familiares disfuncionales suelen tener una autoestima más baja. Este hallazgo ha sido respaldado por investigaciones como la llevada a cabo por Ferro y Boyle en 2015, en la que utilizaron modelos de curvas de crecimiento latente para descubrir que la autoestima también desempeña un papel intermedio en la conexión entre el funcionamiento familiar y la aparición de ansiedad y depresión en niños canadienses de 10 a 15 años. Asimismo, en 2016, Hu y Ai observaron que la autoestima ocupaba una posición intermedia en la relación entre las interacciones entre padres y adolescentes y la depresión en estudiantes chinos de secundaria (Erzen & Çikrikci, 2018).

Un estudio de 2014 investigó la relación entre soledad, apoyo social y depresión en estudiantes con adicción a Internet. Se encontró que aquellos con antecedentes de familias disfuncionales informaron más ansiedad y depresión, experimentando menos apoyo en sus relaciones. El estudio se enfoca en la conexión entre la autoestima y la soledad, ya que ambas están interrelacionadas. La baja autoestima puede contribuir a la soledad, y la soledad puede afectar negativamente la autoestima. Ambas también pueden estar relacionadas con el estilo de crianza. Abordar la mediación de la soledad y la autoestima es esencial para comprender la relación entre estos dos factores (Wang et al., 2020).

En la adolescencia, se han observado diferencias de género en los niveles de ansiedad y depresión entre adolescentes, ya que las niñas tienden a experimentar niveles más altos de ansiedad y depresión, así como niveles más bajos de autoestima en comparación con los

niños. Asimismo, es importante considerar que las diferencias de género pueden afectar la fuerza de las relaciones entre las variables. Por ejemplo, se encontró que la relación entre el funcionamiento familiar y la soledad era significativa únicamente en las niñas; las conexiones entre la soledad y la ansiedad/depresión parecían ser más sólidas en las mujeres que en los hombres (Chang, 2018); y se observó que la relación entre la autoestima y la depresión era más marcada en las niñas que en los niños.

Una posible explicación de estos resultados podría ser que las niñas tienden a tener un enfoque más marcado en las relaciones interpersonales y son más sensibles a las dinámicas sociales. Sin embargo, es importante señalar que en cuanto a ciertas variables, no se observaron diferencias significativas entre los géneros. Concretamente, el funcionamiento familiar fue un indicador sólido de la autoestima tanto en niños como en niñas, y las conexiones entre la autoestima y la ansiedad no mostraron variaciones según el género. Para determinar si el patrón general de efectos difería entre niños y niñas, se realizaron pruebas de diferencias de género en el modelo de mediación múltiple (Wang et al., 2020).

En orientación al tercer objetivo específico del presente estudio, a continuación se desarrolla la intervención sistémica basada en la terapia de familia e en pareja, para el desarrollo de la autoestima y sexualidad, clasificando la información en siete puntos- Como primer punto, la atención de la plenitud en el ámbito de la sexualidad para la autoestima y en el bienestar en el plano de las relaciones y la propia sexualidad, los hallazgos de Leavitt et al. (2019) indican que sería beneficioso para los terapeutas considerar la posibilidad de ayudar a sus clientes a desarrollar habilidades específicas de atención plena para sus experiencias sexuales. Mantener la atención plena durante un encuentro sexual puede requerir un enfoque más centrado en el contexto sexual, y esto va más allá de simplemente mejorar las habilidades de atención plena en la vida diaria. Estas habilidades específicas de atención plena relacionadas con la actividad sexual pueden contribuir al bienestar en diversas áreas, además de las habilidades generales de atención plena. Además, es importante destacar que la atención enfocada en la sexualidad desempeña un papel crucial en la satisfacción sexual, la calidad de las relaciones y la autoestima tanto en hombres como en mujeres de mediana edad.

Aunque alcanzar la atención plena durante experiencias sexuales puede ser más desafiante que en la vida cotidiana, se ha notado que es más adaptable en comparación con

la atención plena convencional. De manera similar, se propone que la atención plena centrada en la sexualidad puede lograr un resultado similar al enseñar a las personas cómo abordar sus experiencias sexuales con mayor conciencia y menos crítica. Se sugiere que, de manera análoga, se puede fomentar la atención plena al proponer una nueva perspectiva para enfrentar problemas comunes. Además, se subraya que la atención plena sexual proporciona una habilidad que las personas pueden desarrollar de manera autónoma, sin necesidad de la participación de una pareja, y puede contribuir a abordar los desafíos que el cliente pueda enfrentar en relación con su satisfacción sexual, la calidad de sus relaciones y su autoestima (Carr, 2020).

En el contexto de mantener una vida sexual activa y una relación romántica satisfactoria, los investigadores han explorado cómo la atención plena, como una característica personal, ha sido objeto de estudio. Se ha observado que esta cualidad puede desempeñar un papel importante al fomentar una mayor intimidad y al reducir las distracciones cognitivas, lo que, a su vez, puede contribuir al desarrollo de relaciones sexuales saludables y al bienestar general, tanto en términos físicos como mentales (Carr, 2020).

A pesar de la investigación anterior sobre la atención plena de rasgos y las relaciones románticas y sexuales, pocos trabajos han considerado la atención plena sexual, un subtipo de atención plena estatal, que puede estar más estrechamente relacionado con las relaciones. Practicar la atención plena sexual, es decir, permanecer atento durante el sexo en particular, un contexto que a menudo es alto en ansiedad, puede requerir una mayor aplicación de atención y no juzgar que practicar la atención plena. en otros entornos menos estresantes. Por ejemplo, ser consciente mientras se practica yoga es bastante diferente de mantener la atención plena mientras se tienen relaciones sexuales (Kleinplatz et al., 2018).

El estudio de Leavitt et al. (2019) se centra en entender cómo la atención a aspectos sexuales puede tener un impacto en el bienestar sexual, las relaciones interpersonales y la autoestima de adultos de mediana edad. Lo notable es que esta investigación se lleva a cabo sin considerar cómo la atención plena en general puede influir en estos mismos aspectos.

La atención plena como rasgo puede ser necesaria pero no suficiente para lograr la atención plena durante las experiencias sexuales. Las personas que son conscientes en su rutina diaria pueden experimentar obstáculos para la atención plena durante las experiencias sexuales, como estar demasiado orientadas a objetivos, autocríticas o sexualmente ansiosas

(Rowland et al., 2018).

En cambio, en lugar de centrarse exclusivamente en la atención plena relacionada con las características personales, tal como lo señala Pepping (2018), se optó por explorar la atención plena en el contexto de la sexualidad, lo que representa un giro innovador en la forma en que se aborda la investigación.

Profesionales que trabajan en el diseño de intervenciones y terapeutas especializados en sexualidad y relaciones, que ayudan a individuos y parejas, podrían obtener conocimientos valiosos al explorar cómo la atención plena en la esfera sexual se conecta con la satisfacción en la vida sexual, la salud de las relaciones y la confianza en uno mismo, además de su relación con la atención plena en general (Carr, 2020).

Asimismo, se considera al Mindfulness sexual y bienestar sexual como idea central del segundo punto. Aunque estudios anteriores han encontrado vínculos entre la atención plena y la felicidad en las relaciones, los expertos están recién empezando a investigar la atención plena en el ámbito de la actividad sexual. De hecho, la satisfacción dentro de una relación romántica y sexual está interrelacionada y es bidireccional y, por lo tanto, se esperaría que la atención plena sea importante para el bienestar sexual en general y la satisfacción particularmente en el plano de la sexualidad (Carr, 2020).

En vez de investigar directamente la atención plena en el contexto sexual, la mayoría de los estudios se han enfocado en examinar cómo el rasgo de mindfulness afecta los resultados de las relaciones y la sexualidad, como lo mencionó Pepping et al. (2018).

Los estudios indican que la práctica de la atención plena personal puede ser útil para disminuir la preocupación excesiva o la represión en relación con la sexualidad, y al mismo tiempo, parece contribuir a reducir las interrupciones mentales durante las experiencias sexuales (Pepping et al., 2018).

Una razón por la que la atención plena puede contribuir a resultados sexuales saludables es que ser más consciente del presente permite una mejor regulación de las emociones y un comportamiento más intencional. Es posible concluir que la satisfacción sexual de una persona está vinculada a cuánta atención le dedica a su vida sexual (Carr, 2020).

Como tercer punto, abordando el Mindfulness sexual y autoestima, es plausible esperar

una conexión entre la atención plena sexual y una autoestima más positiva, ya que la atención plena durante las experiencias sexuales puede tener un impacto único en la autoestima, principalmente porque las personas suelen autocriticarse en estos momentos, lo que puede aumentar la ansiedad. Además, la práctica de la atención plena en general ayuda a las personas a lidiar mejor con las interacciones sociales, lo que a menudo se traduce en una autoevaluación más positiva. La autoestima desempeña un papel esencial en cómo nos percibimos tanto en nuestras vidas sexuales como en nuestras relaciones personales (Carr, 2020).

También considerando como cuarto punto para el desarrollo de temas respecto al cuarto objetivo específico del presente estudio, los roles que corresponden a la permanencia del matrimonio, género o edad en la atención de la plenitud en el ámbito de la sexualidad. Es así como existe un estudio que se centra en explorar cómo la atención plena sexual se relaciona con el bienestar sexual, la calidad de las relaciones y la autoestima, teniendo en cuenta factores demográficos. Específicamente, se está investigando la etapa de la mediana edad, que abarca desde los 35 hasta los 60 años, ya que es un período desafiante y poco estudiado en el que pueden surgir cuestiones relacionadas con la sexualidad. A medida que las personas envejecen, generalmente muestran un aumento en la atención plena en general, pero tenemos menos información sobre la atención plena sexual, por lo que estamos controlando este aspecto considerando la edad (Carr, 2020).

En consecuencia, hombres y mujeres pueden tener experiencias distintas en lo que respecta a la atención durante el sexo, dado que las expectativas y normas de género, al igual que la edad, influyen en cómo se desarrollan las interacciones sexuales heterosexuales. En este contexto, es posible que las mujeres sean menos conscientes de su propia excitación física y tiendan a enfocarse más en el placer de su pareja en comparación con los hombres. Por otro lado, los hombres pueden tener menos conciencia sexual debido a la presión de ser sexualmente asertivos. Por lo tanto, se examina las asociaciones diferenciales entre la atención plena sexual y el bienestar sexual, el bienestar relacional y la autoestima presentada tanto en damas como en varones (Carr, 2020).

En esta investigación, se toma en cuenta cuánto tiempo ha durado el matrimonio como un elemento de control. En lo que respecta a la duración del matrimonio, se ha notado que las parejas tienden a experimentar una disminución más marcada en su satisfacción sexual y

relacional durante las primeras etapas del matrimonio, seguida de una disminución menos abrupta en etapas posteriores. Estudios han encontrado que existe una relación en forma de curva entre cuánto tiempo llevan casadas las parejas y su satisfacción en la relación.

En el estudio realizado por Leavitt et al. (2019), se enfocaron en investigar si las relaciones entre el mindfulness sexual y el bienestar sexual, la satisfacción en las relaciones y la autoestima seguían siendo fuertes, incluso después de tener en cuenta el mindfulness como un rasgo de personalidad. Además, examinaron si estos vínculos se veían afectados por factores como la edad, el género y la duración del matrimonio

Lo notable de los resultados fue que la influencia de la capacidad de estar plenamente presente durante la actividad sexual en la satisfacción sexual variaba dependiendo del género. También se encontró que en ciertas situaciones, la relación entre la atención plena durante el sexo y resultados positivos, como una mayor satisfacción en las relaciones y la vida sexual, así como una mejora en la autoestima, era aún más destacada que la relación general con el mindfulness (Leavitt et al., 2019).

De acuerdo con la investigación llevada a cabo por Leavitt et al. (2019), se descubrió que un mayor grado de consciencia en torno a la sexualidad en personas adultas de mediana edad se encuentra relacionado con estos beneficios. Se abre la posibilidad para que investigadores y terapeutas contribuyan al mejoramiento del bienestar sexual, las relaciones personales y la autoestima, a través de la enseñanza de habilidades de enfoque y atención durante la actividad sexual. Asimismo, se infiere de estos descubrimientos que la atención plena durante el acto sexual puede tener un efecto más notable en la satisfacción sexual de las mujeres en comparación con la satisfacción sexual de los hombres (Leavitt et al., 2019).

Un trabajo previo limitado ha demostrado que mejorar la atención plena de los rasgos de las mujeres conduce a un mejor funcionamiento sexual. Además, se sabe que la ansiedad afecta la excitación y el funcionamiento sexual. En el estudio actual, las personas con más consciencia sexual estaban más satisfechas con su vida sexual, y esta asociación se mantuvo por encima y más allá de las asociaciones con la consciencia de rasgo. El estudio actual nos lleva a concluir que tanto la capacidad de estar plenamente presente durante el sexo como la inclinación general hacia la atención plena pueden tener un efecto positivo en la satisfacción sexual. En otras palabras, el bienestar sexual está directamente relacionado con la capacidad de evitar juzgar tanto a uno mismo como a la pareja. Este enfoque en prestar atención durante

la actividad sexual puede ser especialmente útil para abordar problemas sexuales que se vuelven más notorios en la mediana edad, como la disfunción eréctil en hombres y los desafíos en la excitación sexual en mujeres, según el estudio de Leavitt et al. (2019). Participar en la atención plena puede abordar parte de la ansiedad que puede interferir con la experiencia sexual positiva (Leavitt et al., 2019).

Por lo tanto, los terapeutas pueden utilizar la atención plena sexual como una herramienta para ayudar a personas que se sienten insatisfechas con su vida sexual. Aunque existen similitudes entre la atención plena sexual y el enfoque sensorial, que implica actividades de contacto físico compartido con la pareja, la distinción principal radica en que la atención plena sexual no requiere que la pareja se involucre de manera activa. Por lo tanto, las personas podrían usar la atención plena sexual para practicar un enfoque en la respiración durante el sexo, la conciencia de la sensación sexual y dejar de juzgarse a sí mismos durante las experiencias sexuales sin la aprobación de una pareja. La atención plena sexual crea una mayor libertad y capacidad para que el individuo aborde de forma independiente su experiencia sexual, lo que podría proporcionar un mayor sentido de autoeficacia (Leavitt et al., 2019).

En referencia al quinto punto, se aborda a la mediación por autoestima e impulsividad en Violencia en pareja, se haya que un estudio realizado por Leavitt et al. (2019) encontró que las personas que son más conscientes de su sexualidad experimentan una mayor satisfacción en sus relaciones, y este efecto no se ve afectado por su nivel de atención plena como rasgo. Aunque investigaciones previas no han replicado con éxito los vínculos entre la atención plena como rasgo y la satisfacción en las relaciones, esta conexión se destaca en este estudio. Para futuras investigaciones, es crucial considerar factores personales y ambientales que puedan influir en la relación entre los diferentes aspectos de la atención plena y la satisfacción en las relaciones. Se debe profundizar en cómo la atención sexual de las personas en la mediana edad influye en sus relaciones y examinar los posibles mecanismos subyacentes en esta conexión. Una posible explicación es que evitar juzgar durante las relaciones sexuales reduce el estrés en la relación en general, lo que conduce a una mayor satisfacción en la relación. Tomarse el tiempo para pensar antes de responder también puede ayudar a construir relaciones más positivas (Leavitt et al., 2019).

Además, el estudio de Leavitt et al. (2019) mostró que las personas que son conscientes

de su sexualidad suelen tener una autoestima más alta, incluso después de tener en cuenta su nivel de atención plena como rasgo. Este hallazgo respalda investigaciones anteriores que encontraron una conexión positiva entre la atención plena como rasgo y la autoestima (Leavitt et al., 2019).

El descubrimiento de que la autoestima no guarda una relación directa con el bienestar sexual indica que prestar atención a la sexualidad puede ser relevante para la sensación de bienestar en áreas más amplias de la vida. Además, la capacidad de abstenerse de juzgar durante una experiencia sexual puede ser especialmente valiosa para el bienestar, ya que las situaciones sexuales a menudo involucran niveles adicionales de ansiedad que demandan un mayor nivel de maestría en la atención plena en el contexto sexual (Rowland et al., 2018).

La capacidad de mantener la atención en la sexualidad puede mejorarse mediante la gestión de emociones negativas y la ansiedad relacionada con el desempeño sexual, algo que las personas con una autoestima más alta tienden a hacer de manera más efectiva. Los terapeutas podrían explorar si los problemas sexuales están relacionados con desafíos en la autoestima y si la atención plena en contextos sexuales podría beneficiar a los clientes. Aunque la mayoría de las investigaciones sobre la atención plena y la satisfacción sexual se centran en las mujeres, se sugiere que también podría ser beneficiosa para hombres con disfunción eréctil, y las diferencias de género en este aspecto parecen ser mínimas. (Carr, 2020).

El estudio realizado por Leavitt et al. (2019) reveló que las mujeres que eran más conscientes de su sexualidad experimentaban una mayor satisfacción en su vida sexual. Sorprendentemente, no se encontró una relación entre la atención plena sexual y la satisfacción sexual de los hombres en el estudio. Estas diferencias de género pueden deberse a la socialización diferencial de hombres y mujeres. Por ejemplo, las mujeres pueden beneficiarse más de la atención plena sexual que los hombres porque la atención plena sexual ayuda a las mujeres a superar la tendencia socializada de prestar atención al placer de su pareja más que a su propio placer. Los terapeutas deben considerar explorar la capacidad de las mujeres para permanecer conscientes de su propio placer y excitación en lugar de centrarse únicamente en el placer de su pareja (Leavitt et al., 2019).

La teoría del sociómetro sugiere que nuestra autoestima está relacionada con sentirnos amados y valorados en nuestras relaciones con los demás. En este marco teórico, la

autoestima desempeña un papel importante como un factor intermedio entre las experiencias de la niñez y la forma en que manejamos los conflictos en la vida adulta, junto con la influencia de la impulsividad. A nivel global, se nota una fuerte relación entre la autoestima de las personas y cómo se desarrollan y cuán frecuentes son sus interacciones sociales. Un estudio a largo plazo que analizó a una muestra representativa de todo el país en los Estados Unidos encontró que la autoestima en la etapa temprana de la vida adulta estaba influenciada por factores de la niñez, como la calidad del ambiente familiar, la calidad de la relación con los padres, la depresión de la madre y la presencia del padre (Orth, 2018).

La autoestima desempeña un papel importante en cómo percibimos las señales sociales en nuestras relaciones cercanas. Las personas con baja autoestima son más propensas a interpretar señales ambiguas como rechazos personales, lo que puede persistir a lo largo de la vida. En relaciones de pareja, aquellos con baja autoestima tienden a valorar menos a su pareja y pueden percibirla como una amenaza, lo que puede resultar en respuestas enérgicas, como rechazo verbal o violencia. Por otro lado, las personas con alta autoestima tienden a involucrarse en relaciones íntimas de manera más constructiva, fomentando la resolución pacífica de conflictos y la disposición hacia el compromiso y el sacrificio personal. En la zona rural de Kenia, la autoestima está relacionada con la autoestima colectiva y la teoría del sociómetro (Carr, 2020).

En el marco de las tácticas de conflicto basadas en la negociación, la mayor parte de la literatura se centra en el uso de la violencia para resolver conflictos de pareja. Sin embargo, dada la presencia común del conflicto en las parejas íntimas de todas las culturas, identificar los factores subyacentes al uso de tácticas no violentas para resolver los conflictos de pareja íntima también es esencial para promover alternativas carentes de violencia. Estudios previos sobre tácticas de conflicto han demostrado que el uso de tácticas violentas por parte de los padres predice una mayor agresión e inseguridad emocional entre los niños, mientras que el uso de tácticas no violentas de resolución de conflictos por parte de los padres predice una menor agresión e inseguridad emocional entre los niños (Goodman et al., 2021).

Como sexto punto del desarrollo del cuarto objetivo específico se examina el papel de la Terapia Familiar Sistémica en los conflictos familiares. Es conocido que la Terapia Familiar Sistémica (TFS) ha estado más influenciada por la teoría general de sistemas, pero otras versiones de la teoría de sistemas, como la teoría de sistemas dinámicos (Wittenborn

et al., 2020) y la teoría de sistemas de desarrollo también se aplican. Burns en el año 2007 proporciona un resumen de las características que comparten todas las teorías de sistemas (Carr, 2020).

Lo que las diversas teorías de sistemas tienen en común es una preocupación por las complejas y variadas interconexiones e interdependencias de la vida social. En lo que respecta a la atención recibida, se hace hincapié en la evaluación minuciosa de las diversas componentes y niveles que integran un sistema, así como en el análisis de sus interacciones mutuas. Esto involucra la consideración de las relaciones entre instituciones, colectivos, individuos y los procesos interactivos que se desarrollan en niveles múltiples de complejidad. Además, se reconoce que los sistemas no pueden ser plenamente comprendidos mediante la simple descomposición de sus elementos individuales, ya que su funcionamiento colectivo supera en complejidad la suma de sus partes por separado. El enfoque central se orienta hacia las múltiples estructuras que conforman un sistema, junto con las interconexiones entre ellas y cómo han evolucionado a lo largo del tiempo (Carr, 2020).

La manera en que las relaciones entre los miembros de un grupo han cambiado con el tiempo. El enfoque "sistémico" ofrece un marco conceptual que nos permite ver a un conjunto de individuos como una unidad, como sería una familia en este contexto específico. Además, nos da la herramienta para utilizar el conocimiento sobre las conexiones entre las personas que forman parte de este conjunto (los componentes) y los objetivos o funciones del sistema (Wittenborn et al., 2020) para crear intervenciones que ayuden a mejorar la forma en que la familia como sistema funciona.

En otras palabras, es importante señalar de manera innovadora que el término "terapia familiar sistémica" se utiliza ampliamente y abarca tanto la profesión como las prácticas terapéuticas en esta área. También es relevante destacar que este enfoque conlleva que el terapeuta trabaje y opere en múltiples niveles de relaciones interconectadas, lo que ofrece diversas oportunidades para iniciar y facilitar el proceso de cambio (K. Wampler, 2019; K. Wampler et al., 2019).

El término "TFS" se destaca por su capacidad para evitar controversias ideológicas relacionadas con palabras como "matrimonio" o "pareja". Además, es un término más inclusivo que puede abarcar específicamente las designaciones relacionadas con las leyes de licencia estatal en los Estados Unidos, así como diversos términos utilizados en programas

de formación. También es adaptable a las terminologías ampliamente reconocidas en todo el mundo. La versatilidad de este término se refleja en su aplicabilidad a una variedad de contextos temáticos, como "TFS con individuos" o "TFS en entornos médicos", de una manera que resulta más adecuada que el uso del término "terapia matrimonial y familiar". Según su definición, el TFS es inherentemente un campo que opera de manera interdisciplinaria (Carr, 2020).

La Asociación Estadounidense de Terapia Matrimonial y Familiar ha desempeñado un papel esencial en la profesionalización de las Terapias Familiares y Matrimoniales (TFS). Esta entidad se ha comprometido de manera exhaustiva en obtener el reconocimiento oficial de la profesión en todos los 50 estados de los Estados Unidos. Además de este esfuerzo, la asociación ha realizado una contribución significativa al campo al establecer acreditaciones para programas educativos y publicar una revista académica. También ha tenido un papel crucial en el desarrollo y la preservación de estándares legales y éticos, además de llevar a cabo esfuerzos políticos continuos para respaldar la profesión. Es importante destacar que en este ámbito, otras organizaciones profesionales también han creado secciones o divisiones especializadas. La historia de la evolución de las TFS como profesión está meticulosamente documentada, como se puede verificar en el trabajo de Doherty (2020).

Para obtener la licencia como terapeuta matrimonial y familiar (MFT), el título más común en esta profesión, es necesario completar un mínimo de horas de contacto terapéutico con varios miembros de la familia. Los estudiantes de Terapia Matrimonial y Familiar (TFS) que se inscriben en programas acreditados por la Comisión de Acreditación para la Educación en Terapia Matrimonial y Familiar (COAMFTE) reciben una formación profunda en cómo trabajar efectivamente con miembros de la familia en conjunto (Carr, 2020).

En la observación de la familia <sup>1</sup> en el contexto de la Terapia Familiar Sistémica (TFS), es posible dilucidar que el foco de la TFS está en la familia, no sólo en las "interconexiones entre elementos" o las "relaciones sociales". Aunque la familia es fundamental para la definición de TFS, "familia" es notablemente difícil de definir. Definir lo que constituye una familia y quiénes son sus miembros es complicado debido a diversas razones, lo que hace que sea más fácil señalar lo que no encaja en la definición de familia. (K. Wampler & Patterson, 2020).

Abordando los temas de la cultura y funciones institucionales se puede distinguir que la

definición de familia varía según cultura, legislación, y sistemas económicos, y las tendencias históricas han relajado los vínculos entre la familia y las funciones tradicionales de reproducción, producción económica y ubicación física. Con el tiempo, la concepción de familia se ha vuelto más diversa, lo que complica su definición precisa y trasciende la residencia, la relación de sangre y las conexiones biológicas (Carr, 2020).

La dinámica de una familia se ve moldeada por su situación en la sociedad y su contexto cultural. Esto incluye elementos como su nivel económico, la posible presencia de pobreza, su origen étnico o racial, su afiliación religiosa, el género de sus miembros, así como las experiencias de marginación, opresión y discriminación que puedan enfrentar (Knudson et al., 2020).

Se pueden identificar con claridad los factores sociales que afectan la salud, y estas características compartidas por los miembros de la familia tienen un impacto amplio tanto en el funcionamiento del sistema familiar como en las personas que lo componen (Carr, 2020).

En las Terapias Familiares y Matrimoniales (TFS), que se enfocan en comprender las dinámicas familiares, los factores relacionados con la familia tienen un papel aún más destacado en comparación con otras profesiones de salud mental que se centran en abordar los problemas de salud mental de individuos de forma aislada (Carr, 2020).

El funcionamiento de una familia y la elección de las intervenciones adecuadas se ven afectados de diversas formas, como Rastogi (2020) indicó. Esto se debe a que el sistema familiar forma parte de sistemas sociales y culturales más amplios, y también se abordan diferentes cuestiones, como señalaron K. Wampler y Patterson (2020).

Existe evidencia de la efectividad de las intervenciones sistémicas para las relaciones conflictivas, los problemas psicosexuales y la violencia de pareja en adultos. Respecto a los actos violentos hacia la pareja, el tratamiento de la violencia de pareja a menudo se realiza a través de terapia de grupo específica de género en lugar de terapia de pareja, debido a la preocupación de que la terapia de pareja pueda aumentar el riesgo de futuros episodios de violencia. Sin embargo, estudios exhaustivos han revelado que los enfoques tradicionales de terapia grupal para hombres violentos tienen un impacto mínimo y altas tasas de abandono (Carr, 2020).

Por el contrario, se ha demostrado que la terapia de pareja es más efectiva para abordar la violencia ocasional en parejas íntimas con niveles leves a moderados de intensidad. Estos programas se centran en la conducta, la cognición y las soluciones como métodos efectivos para tratar la violencia en las relaciones, promoviendo la comunicación, la resolución pacífica de problemas y la prevención del abuso de sustancias. Las modalidades de tratamiento varían, incluyendo terapia de grupo, terapia de pareja combinada con sesiones individuales y terapia de pareja conjunta (Carr, 2020).

Por otro lado, considerando las dificultades físicas y mentales en cualquier etapa de la vida, se ha comprobado que los enfoques terapéuticos que consideran el sistema completo son eficaces tanto para jóvenes como para adultos. Estos enfoques han demostrado proporcionar beneficios notables en el tratamiento de problemas como el abuso de sustancias, los trastornos del estado de ánimo, la ansiedad, las psicosis y también en la adaptación a enfermedades y discapacidades (Carr, 2020).

Como parte del séptimo punto del desarrollo del cuarto objetivo específico del presente trabajo, se analiza la evolución de la terapia familiar sistémica con parejas. La terapia de pareja se ha vuelto fundamental en servicios de salud mental, con un 70% de psicoterapeutas tratando a parejas. La terapia conjunta es ahora la preferida para abordar desafíos matrimoniales, a diferencia de épocas pasadas donde la orientación no se basaba en teorías específicas y se centraba en aspectos educativos. Inicialmente, la terapia matrimonial era individual, pero el formato conjunto, donde ambos cónyuges se reúnen simultáneamente con el mismo terapeuta, ha ido creciendo, pasando del 5% en la década de 1940 al 15% en 1960 (Snyder & Balderrama, 2020).

En orientación al cuarto objetivo específico del presente estudio, a continuación se desarrolla el enfoque de sistema familiar con intervención orientada a mejorar la autoestima en familias que tienen adolescentes.

Se utilizan herramientas como la Escala de Dinámica Familiar y la Escala de Dinámica Familiar Sistémica (SSFD) para evaluar la calidad del entorno en el que crece un niño, midiendo la "atmósfera familiar" que comprende el entorno y las situaciones del niño. Se considera un aspecto fundamental de las características familiares durante las evaluaciones. Esta atmósfera familiar se compone de tres dimensiones relacionales: la relación madre-hijo, la relación parental y la restricción de los padres sobre el comportamiento de los niños. La

adicción a Internet en adolescentes está estrechamente relacionada con un ambiente familiar insatisfactorio, caracterizado por la falta de armonía, bajos niveles de satisfacción y conflictos frecuentes entre padres e hijos, según investigaciones previas. Estudios a largo plazo han demostrado que una mejora en la adicción a Internet entre adolescentes después de dos años puede preverse mediante un ambiente familiar positivo, lo que respalda la relación de causa y efecto entre el ambiente familiar y la adicción a Internet (Shi et al., 2023).

La autoestima en adolescentes de diferentes culturas está influenciada de manera positiva por el ambiente familiar en el que crecen. La autoestima se construye a partir de la sensación de tener un valor y una valía suficientes, es decir, creer que somos dignos y valiosos como individuos. Esta percepción se desarrolla a través de las comparaciones sociales con los demás, lo que puede generar actitudes tanto positivas como negativas hacia nuestra valía personal. (Tacca et al., 2021).

Las emociones negativas, como la ansiedad y la depresión, son experiencias emocionales independientes y distintas entre sí. Cada una representa una categoría clara de sentimientos desfavorables, caracterizada por respuestas emocionales intensas y persistentes que evalúan negativamente la situación de una persona. Aunque en algunos casos la ansiedad y la depresión puedan coexistir, se manifiestan de manera separada, subrayando así su naturaleza individual y única (Shi et al., 2023).

En la investigación de Blake y Smith (2020) se encontró una relación positiva entre los síntomas de ansiedad y un ambiente familiar caótico. Esto sugiere que los adolescentes que crecen en un entorno poco saludable tienen más posibilidades de experimentar ansiedad y depresión (Blake & Smith, 2020).

La falta de intimidad, la ausencia de armonía y los problemas en la dinámica familiar son señales que indican la posible aparición de depresión y pensamientos suicidas en adolescentes. Estos factores, cuando están presentes de manera similar, pueden prever estos problemas emocionales en los jóvenes. (Hu et al., 2022; Sela et al., 2020)

Las emociones negativas en los adolescentes están estrechamente relacionadas con la predicción de adicciones y factores de riesgo. Esto es crucial para comprender los desafíos que enfrentan los jóvenes en el desarrollo de adicciones. La baja autoestima se vincula a emociones negativas y a un mayor riesgo de depresión y ansiedad, respaldando la teoría de

la vulnerabilidad emocional. En resumen, el entorno familiar puede influir en el desarrollo de adicciones a través de múltiples conexiones, incluyendo la relación entre la autoestima, la ansiedad, y la depresión. La ansiedad tiene un impacto más significativo en predecir la depresión que viceversa, a pesar de que ambas emociones a menudo coexisten en los adolescentes (Shi et al., 2023).

La investigación de McWey (2020) resalta que la terapia familiar sistémica (TFS) puede generar un cambio positivo en el ambiente familiar, promoviendo un ambiente cálido y de apoyo mutuo. Este enfoque no solo eleva la autoestima de los adolescentes, sino que también reduce significativamente su riesgo de caer en adicciones. Además, la adopción de medidas para mejorar el entorno familiar y abordar cuestiones como la autoestima, la ansiedad y la depresión resulta beneficioso para los jóvenes al disminuir su vulnerabilidad frente a las adicciones (McWey, 2020).

En situaciones de emociones negativas, la terapia cognitivo-conductual (TCC) y la terapia breve centrada en soluciones (SBFT) han probado ser altamente efectivas. Estos métodos no solo ayudan a las personas a gestionar sus emociones de forma práctica, sino que también subrayan la crucial importancia de una gestión emocional eficaz durante momentos de intensidad emocional negativa. (Shi et al., 2023).

### III. MÉTODOS

#### 3.1. Tipo y diseño de Investigación

El desarrollo y diseño del estudio son influenciados por la perspectiva y la formación del investigador. En este enfoque específico, se resaltan las particularidades vinculadas al problema de investigación, los objetivos definidos y los métodos utilizados. Dentro del marco del método cualitativo, se hace hincapié en la necesidad de recolectar datos descriptivos que reflejen las palabras habladas o escritas por las personas y sus comportamientos observables. En este tipo de investigación se aplican los principios del método científico (Hernández & Mendoza, 2018).

El tipo de estudio cualitativo guarda la particularidad de ser una Revisión bibliográfica, en el cual prima la evidencia documental.

Cuando se emplea la técnica de observación transversal, se recopilan datos en momentos o periodos específicos con el objetivo de inferir sobre el cambio, así como sus causas y consecuencias. Esta metodología se aplica cuando se pretende analizar modificaciones a lo largo del tiempo en variables particulares o en las relaciones entre ellas (Ñaupás et al., 2018).

En contraste, el diseño observacional se caracteriza por no manipular deliberadamente las variables. Este enfoque se centra en la observación de los fenómenos tal como se presentan en su entorno natural, seguido de un posterior análisis (Bernal, 2016).

#### 3.2. Método de Investigación

El presente trabajo se elaboró de acuerdo al método de análisis documental, siguiendo los pasos siguientes:

##### a) Criterios de selección utilizados para limitar la búsqueda

Se usó el área temática descrito en los términos de búsqueda: ‘funcionalidad y disfuncionalidad en familias con adolescentes’; ‘conflictos familiares’ y ‘autoestima’; y ‘terapia familiar sistémica’, sobre los archivos de investigación o de revisión, es decir dentro de cualquier enfoque nivel o alcance. En algunos casos ha sido necesario extender la cantidad alcanzada utilizando algunas de las combinaciones de términos en el idioma inglés, tales como ‘functionality and dysfunctionality in families with adolescents’; ‘family

conflicts' y 'self-esteem'; y 'systemic family therapy'.

b) Procedimiento de recuperación de la información y fuentes documentales

Se buscó los términos de búsqueda en las publicaciones de investigación en repositorios o base de datos científicas tales como Dialnet, Redalyc, Scielo y PMC (PubMed), entre otros según el alcance principalmente del buscador Google Académico.

### **3.3. Técnicas e instrumento para la recolección de datos**

La técnica utilizada para la investigación que se utiliza en el presente estudio se apoya principalmente en el análisis de documentos bibliográficos, utilizando una guía específica diseñada para enfocarse principalmente en los términos del estudio.

### **3.4. Ética investigativa**

Cuando se seleccionaron tres aspectos de la ética investigativa, se ha considerado varios elementos que deben ser tenidos en cuenta durante el proceso de investigación para garantizar que se realice de manera ética y responsable. Se han considerado tres de los ocho diferentes aspectos necesarios para asegurar la integridad ética de la investigación. Los otros cinco aspectos restantes pueden ser abordados en otra ocasión o considerados de forma complementaria a estos cuatro seleccionados (Espinoza & Alger, 2020).

1. Observar las guías y protocolos de investigación documental. Se propone que la revisión independiente de los protocolos de investigación sea el primer aspecto para garantizar la integridad ética en la investigación. Los investigadores tienen múltiples intereses legítimos, los cuales pueden llevar a conflictos y prácticas cuestionables en el diseño de los estudios. Para proteger a los sujetos de investigación y minimizar estos riesgos, es esencial que los protocolos sean revisados de manera independiente por un comité de ética institucional. Los miembros de este comité deben ser libres de cualquier presión académica, política o social que pueda afectar su capacidad de tomar decisiones de manera imparcial (Espinoza & Alger, 2020).

2. Aporte hacia la comunidad. Se requiere que la investigación se ajuste a las necesidades de la comunidad donde se realiza para que sea considerada ética. En el caso de la investigación con seres humanos, se debe involucrar a la comunidad en la planificación,

ejecución y control del estudio. Es ideal que haya una participación activa de la comunidad en el proceso y que se establezcan medidas de protección para asegurar que los resultados obtenidos sean utilizados de manera efectiva en el sistema de salud de dicha comunidad (Espinoza & Alger, 2020).

3. Validación a nivel científico. Se considera fundamental para que una investigación sea ética la validez científica. Es necesario que los resultados obtenidos respondan a las preguntas planteadas en el estudio y que la metodología utilizada sea apropiada. Los estudios que no cumplen con estos criterios son considerados cuestionables, por ejemplo aquellos que no cuentan con un sustento adecuado, presentan conclusiones inapropiadas o tienen un mal análisis estadístico, y los que no logran reclutar un número suficiente de sujetos para el análisis de los datos (Espinoza & Alger, 2020).

Para asegurar la realización de investigaciones éticas y responsables, es necesario considerar todos los aspectos mencionados y otros que no se hayan abordado en esta clase de estudio, y establecer un marco coherente y sistemático para la evaluación de los procesos de investigación. Los investigadores, patrocinadores y miembros de los comités de ética institucionales deben tener en cuenta todos estos aspectos en su trabajo (Espinoza & Alger, 2020)

## CONCLUSIONES TEÓRICAS

- El apoyo emocional de los padres fortalece la autoestima de los adolescentes, influenciando cómo se ven a sí mismos. La dinámica familiar y las interacciones con la sociedad, maestros y compañeros también influyen en la autoestima de los niños. La disfunción familiar se relaciona con niveles más bajos de autoestima en los niños, respaldando la importancia del entorno familiar en su desarrollo emocional.
- Para mejorar la autoestima de adolescentes, se pueden utilizar estrategias terapéuticas como desafiar percepciones poco realistas y brindar elogios, especialmente en el ámbito académico. Abordar la autoestima y la soledad, tanto en relaciones personales como en el contexto familiar, de manera integral puede mejorar la salud mental y el bienestar de los adolescentes.
- La conciencia plena en el ámbito sexual se asocia positivamente con la satisfacción en las relaciones de pareja, pero se requiere más investigación sobre cómo diferentes enfoques de atención plena se relacionan con la terapia familiar sistémica. La atención plena sexual también se relaciona con la autoestima, lo que sugiere un impacto más amplio en el bienestar, y se espera una creciente demanda de terapia de pareja adaptada a las necesidades individuales.
- Las emociones negativas en la adolescencia pueden predecir futuras adicciones, y la familia influye en el desarrollo de los adolescentes, afectando factores de riesgo y protección. La baja autoestima aumenta el riesgo de depresión y ansiedad, relacionándose con la teoría de vulnerabilidad emocional. El entorno familiar puede contribuir a las adicciones a través de diversas vías, y la terapia sistémica, que involucra a padres y niños, es más efectiva en el tratamiento de problemas adolescentes que la terapia individual.

## REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Arranz, E. (2004). *Familia y desarrollo psicológico*. Pearson Educación.  
[https://psicologiasantacruz.com/wp-content/uploads/2019/07/familia\\_y\\_desarrollo\\_psicologico\\_rinconmedico.net\\_.pdf](https://psicologiasantacruz.com/wp-content/uploads/2019/07/familia_y_desarrollo_psicologico_rinconmedico.net_.pdf)
- Aylwin, N., & Solar, M. (2002). *Trabajo Social Familiar*. Ediciones Universidad Católica de Chile. <https://www.fhyce.edu.py/wp-content/uploads/2020/08/Trabajo-Social-Familiar-N.-Aylwin.pdf>
- Bailon, E. (2019). Clima social familiar y autoestima en estudiantes de una institución educativa, Trujillo, 2017 (Tesis de licenciatura) [Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote]. In *Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote*.  
<https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/13944>
- Bee, H., & Mitchell, S. (1987). *El desarrollo de la persona en todas las etapas de su vida*. Editorial Harla.
- Bernal, C. (2016). *Metodología de la investigación administración, economía, humanidades y ciencias sociales* (Cuarta ed). Pearson Educación.  
[https://www.academia.edu/44228601/Metodologia\\_De\\_La\\_Investigacion\\_Bernal\\_4ta\\_edicion](https://www.academia.edu/44228601/Metodologia_De_La_Investigacion_Bernal_4ta_edicion)
- Blake, M., & Smith, J. (2020). College Student Chaotically-Disengaged Family Functioning, Depression, and Anxiety: The Indirect Effects of Positive Family Communication and Self-Compassion. *Marriage & Family Review*, 57(1), 1–23.  
<https://doi.org/10.1080/01494929.2020.1740373>
- Caño, A., & Rodríguez-Naranjo, C. (2023). The McMaster Family Assessment Device (FAD) dimensions involved in the prediction of adolescent depressive symptoms and their mediating role in regard to socioeconomic status. *Family Process*, e12867.  
<https://doi.org/10.1111/FAMP.12867>
- Carr, A. (2020). Evidence for the Efficacy and Effectiveness of Systemic Family Therapy. In K. Wampler, R. Miller, & R. Seedall (Eds.), *The handbook of systemic family therapy, Vol. 1 The profession of couple and family therapy* (pp. 119–146). John

Wiley & Sons Ltd. <https://doi.org/10.1002/9781119438519>

Chang, E. (2018). Relationship between loneliness and symptoms of anxiety and depression in African American men and women: Evidence for gender as a moderator. *Personality and Individual Differences, 120*, 138–143.  
<https://doi.org/10.1016/J.PAID.2017.08.035>

Colegio Médico de Honduras. (2012). Principio de la ética de la investigación y su aplicación. *Revista Médica Hondureña, 80*(2), 75–76.  
<http://www.bvs.hn/RMH/pdf/2012/pdf/Vol80-2-2012-9.pdf>

Doherty, W. (2020). The Evolution and Current Status of Systemic Family Therapy: A Sociocultural Perspective. In K. Wampler & L. McWey (Eds.), *The handbook of systemic family therapy, Vol. 1 The profession of couple and family therapy* (pp. 33–49). John Wiley & Sons Ltd. <https://doi.org/10.1002/9781119438519>

Erzen, E., & Çikrikci, Ö. (2018). The effect of loneliness on depression: A meta-analysis. *The International Journal of Social Psychiatry, 64*(5), 427–435.  
<https://doi.org/10.1177/0020764018776349>

Fife, S. (2020). Theory: The heart of systemic family therapy. In R. Wampler, R. Miller, & R. Seedall (Eds.), *The handbook of systemic family therapy, Vol. 1 The profession of couple and family therapy* (pp. 295–316). John Wiley & Sons Ltd.  
<https://doi.org/10.1002/9781119438519>

Goodman, M., Wangamati, S., Maranga, F., Gitari, S., Seidel, S., & Keiser, P. (2021). Childhood Experiences and Intimate Partner Violence Among Kenyan Males: Mediation by Self-Esteem and Impulsivity. *Journal of Interpersonal Violence, 36*(19–20), 9035–9059. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31339427/>

Hernández, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la Investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw-Hill Interamericana Editores, S.A. de C.V.  
[http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales\\_de\\_consulta/Drogas\\_de\\_Abuso/Articulos/SampieriLasRutas.pdf](http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales_de_consulta/Drogas_de_Abuso/Articulos/SampieriLasRutas.pdf)

Herrera, A. (2020). Clima social familiar y resiliencia en adolescentes – Moche (Tesis de

- maestría) [Universidad Nacional de Trujillo]. In Universidad Nacional de Trujillo.  
<http://dspace.unitru.edu.pe/handle/UNITRU/18849>
- Hu, M., Xu, L., Zhu, W., Zhang, T., Wang, Q., Ai, Z., & Zhao, X. (2022). The Influence of Childhood Trauma and Family Functioning on Internet Addiction in Adolescents: A Chain-Mediated Model Analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(20). <https://doi.org/10.3390/IJERPH192013639>
- Kleinplatz, P. J., Paradis, N., Charest, M., Lawless, S., Neufeld, M., Neufeld, R., Pratt, D., Ménard, A. D., Buduru, B., & Rosen, L. (2018). From Sexual Desire Discrepancies to Desirable Sex: Creating the Optimal Connection. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 44(5), 438–449. <https://doi.org/10.1080/0092623X.2017.1405309>
- Knudson, C., McDowell, T., & Bermudez, J. (2020). Sociocultural Attunement in Systemic Family Therapy. In *The handbook of systemic family therapy, Vol. 1 The profession of couple and family therapy* (pp. 619–637). John Wiley & Sons Ltd.  
<https://doi.org/10.1002/9781119438519>
- Laurente, H. (2022). *Relación entre comunicación familiar y autoestima en estudiantes de una institución educativa, Santa, 2019 (Tesis de licenciatura)* [Universidad católica Los Ángeles de Chimbote].  
<https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/28837>
- Leavitt, C., Lefkowitz, E., & Waterman, E. (2019). The role of sexual mindfulness in sexual wellbeing, Relational wellbeing, and self-esteem. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 45(6), 497. <https://doi.org/10.1080/0092623X.2019.1572680>
- Manrique, Z., López, J., Flores, A., Ecos, A., Sato, J., & Moran, Y. (2022). *Violencia Familiar E Inteligencia Emocional: Un Enfoque Sistémico*. Editorial Mar Caribe - OSF Preprints. <https://doi.org/10.31219/OSF.IO/JXD42>
- McWey, L. (2020). Systemic Family Therapy with Children and Adolescents. In K. Wampler, R. Miller, R. Seedall, L. McWey, A. Blow, M. Rastogi, & R. Singh (Eds.), *The Handbook of Systemic Family Therapy Vol. 2*. John Wiley & Sons.  
<https://www.wiley.com/en-us/The+Handbook+of+Systemic+Family+Therapy,+4+Volumes,+Set-p->

9781119438557

Ministerio de Educación del Perú. (2022). *Caracterización de las adolescentes peruanas*. MINEDU. <https://repositorio.minedu.gob.pe/handle/20.500.12799/8665>

Ministerio de Salud. Gobierno del Perú. (2018). *Plan nacional de fortalecimiento de servicios de salud mental comunitaria 2018 - 2021. Documento técnico - Informes y publicaciones*. Ministerio de Salud. Dirección General de Intervenciones Estratégicas en Salud Pública - Dirección de Salud Mental. <https://www.gob.pe/institucion/minsa/informes-publicaciones/279690-plan-nacional-de-fortalecimiento-de-servicios-de-salud-mental-comunitaria-2018-2021-documento-tecnico>

Ñaupas, H., Marcelino, P., Valdivia, R., Jesús, D., Palacios, J., Hugo, V., & Delgado, E. R. (2018). *Metodología de la investigación Cuantitativa-Cualitativa y Redacción de la Tesis* (5ta. edici). Ediciones de la U. [http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales\\_de\\_consulta/Drogas\\_de\\_Abuso/Articulos/MetodologiaInvestigacionNaupas.pdf](http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales_de_consulta/Drogas_de_Abuso/Articulos/MetodologiaInvestigacionNaupas.pdf)

OMS. (2023). *Salud del adolescente*. Acceso/Temas de Salud. [https://www.who.int/es/health-topics/adolescent-health#tab=tab\\_1](https://www.who.int/es/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1)

ONU. (2022). *Los impactos sociodemográficos de la pandemia de COVID-19 en América Latina y el Caribe*. CEPAL. Cuarta Reunión de La Conferencia Regional Sobre Población y Desarrollo de América Latina y El Caribe. [https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/47922/S2200159\\_es.pdf](https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/47922/S2200159_es.pdf)

OPS. (2020). *Nuevo informe de OPS descubre importantes brechas en las medidas para prevenir la violencia contra niños, niñas y adolescentes - OPS/OMS | Organización Panamericana de la Salud*. Paho.Org. <https://www.paho.org/es/noticias/23-11-2020-nuevo-informe-ops-descubre-importantes-brechas-medidas-para-prevenir-violencia>

Orth, U. (2018). The family environment in early childhood has a long-term effect on self-esteem: A longitudinal study from birth to age 27 years. *Journal of Personality and Social Psychology*, 114(4), 637–655. <https://doi.org/10.1037/PSPP0000143>

- Parra-Fabara, I. (2021). Terapia sistémica como transformación del comportamiento de estudiantes de básica provenientes de familias disfuncionales de la ciudad de Manta Ecuador en tiempo de pandemia. *Polo Del Conocimiento: Revista Científico - Profesional*, ISSN-e 2550-682X, Vol. 6, N°. 5, 2021, Págs. 740-751, 6(5), 740–751. <https://doi.org/10.23857/pc.v6i5.2696>
- Pepping, C., Cronin, T., Lyons, A., & Caldwell, J. (2018). The Effects of Mindfulness on Sexual Outcomes: The Role of Emotion Regulation. *Archives of Sexual Behavior*, 47(6), 1601–1612. <https://doi.org/10.1007/S10508-017-1127-X>
- Pourmovahed, Z., Yassini, S., Mazloomi, S., & Zareei, H. (2021). Implementation of the McMaster Model in Family Therapy: Effects on Family Function in Married Couples. *Iranian Journal of Psychiatry*, 16(1). <https://doi.org/10.18502/IJPS.V16I1.5380>
- Putpaña, M. (2023). Autoestima y clima social familiar en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Cajamarca en el año 2022 [Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte]. Repositorio de la Universidad Privada del Norte. <https://hdl.handle.net/11537/33609>
- Priest, J. (2021). *The Science of Family Systems Theory*. Routledge. Taylor & Francis Group. <https://www.routledge.com/The-Science-of-Family-Systems-Theory/Priest/p/book/9780367427184>
- Ramos, J. (2021). Relación entre el clima social familiar y autoestima en estudiantes del tercer, cuarto y quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Santa María Reyna – Huancayo (Tesis de licenciatura) [Universidad Continental]. In *Universidad Continental*. <https://repositorio.continental.edu.pe/handle/20.500.12394/8726>
- Rastogi, M. (2020). A Systemic Conceptualization of Interventions with Families in a Global Context. In *The handbook of systemic family therapy, Vol. 4 Systemic Family Therapy and Global Health Issues* (pp. 1–32). John Wiley & Sons Ltd. <https://doi.org/10.1002/9781119438519>
- Rowland, D., Cempel, L., & Tempel, A. (2018). Women’s Attributions Regarding Why They Have Difficulty Reaching Orgasm. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 44(5), 475–484. <https://doi.org/10.1080/0092623X.2017.1408046>

- Sela, Y., Zach, M., Amichay-Hamburger, Y., Mishali, M., & Omer, H. (2020). Family environment and problematic internet use among adolescents: The mediating roles of depression and Fear of Missing Out. *Computers in Human Behavior, 106*, 106226. <https://doi.org/10.1016/J.CHB.2019.106226>
- Shi, Y., Tang, Z., Gan, Z., Hu, M., & Liu, Y. (2023). Association Between Family Atmosphere and Internet Addiction Among Adolescents: The Mediating Role of Self-Esteem and Negative Emotions. *International Journal of Public Health, 68*, 16056c. <https://doi.org/10.3389/IJPH.2023.1605609>
- Snyder, D. K., & Balderrama, C. M. (2020). Current Status and Challenges in Systemic Family Therapy with Couples. In *The handbook of systemic family therapy, Vol. 3 Systemic Family Therapy with Couples* (pp. 1–25). John Wiley & Sons Ltd. <https://doi.org/10.1002/9781119438519>
- Sobrino, L. (2008). Niveles de satisfacción familiar y de comunicación de padres e hijos. *Avances En Psicología - UNIFE, 16*(1), 109–137. <http://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/psicologia/2008/sastisfaccionfamiliar.pdf>
- Tacca, D., Cuarez, R., & Tacca, A. (2021). Phubbing, Family Atmosphere and Self-Esteem in Peruvian Teenagers in the Context of Social Isolation. *International and Multidisciplinary Journal of Social Sciences, 10*(3), 1–21. <https://doi.org/10.17583/RIMCIS.7096>
- Truyenque, M. (2019). Clima social familiar y autoestima en estudiantes de nivel secundaria de la institución educativa pública de la región Callao (Tesis de licenciatura) [Universidad César Vallejo]. In Repositorio Institucional - UCV. <https://repositorioslatinoamericanos.uchile.cl/handle/2250/3230799>
- Thariq, M. (2018). Interpersonal communication role for self-concept of children and families. *Budapest International Research and Critics Institute (BIRCI-Journal) : Humanities and Social Sciences, 1*(2), 181–194. <https://doi.org/10.33258/BIRCI.V1I2.21>
- UNICEF. (2006). *Convención sobre los Derechos del Niño*. UNICEF COMITÉ

ESPAÑOL. <https://www.un.org/es/events/childrenday/pdf/derechos.pdf>

- Wampler, K. (2019). Addendum To: The Profession of Couple, Marital, and Family Therapy (CMFT): Defining Ourselves and Moving Forward. *Journal of Marital and Family Therapy*, 45(1), 19. <https://doi.org/10.1111/JMFT.12365>
- Wampler, K., Blow, A., McWey, L., Miller, R., & Wampler, R. (2019). The Profession of Couple, Marital, and Family Therapy (CMFT): Defining Ourselves and Moving Forward. *Journal of Marital and Family Therapy*, 45(1), 5–18. <https://doi.org/10.1111/JMFT.12294>
- Wampler, K., & Patterson, J. (2020). The Importance of Family and the Role of Systemic Family Therapy. In K. Wampler & L. McWey (Eds.), *The handbook of systemic family therapy, Vol. 1 The profession of couple and family therapy* (pp. 1–32). John Wiley & Sons Ltd. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/book/10.1002/9781119438519>
- Wang, Y., Tian, L., Guo, L., & Huebner, E. (2020). Family dysfunction and Adolescents' anxiety and depression: A multiple mediation model. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 66, 101090. <https://doi.org/10.1016/J.APPDEV.2019.101090>
- Wittenborn, A., Hosseinichimeh, N., Rick, J., & Tseng, C.-F. (2020). Systems Theory and Methodology: Advancing the Science of Systemic Family Therapy. In *The handbook of systemic family therapy, Vol. 1 The profession of couple and family therapy* (pp. 97–118). John Wiley & Sons Ltd. <https://doi.org/10.1002/9781119438519>

ANEXOS

Matriz de consistencia

TITULO	FORMULACION DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	VARIABLES	METODOLOGIA
<p>“Análisis de los conflictos familiares en adolescentes en baja autoestima en el Perú”</p>	<p>¿Cuál es la relación entre autoestima y los conflictos familiares de los adolescentes en el Perú?</p>	<p>Objetivo general: Determinar de qué manera se presentan los conflictos familiares y la autoestima en adolescentes en el Perú.</p> <p>Objetivos específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Describir cómo se presenta la funcionalidad familiar y los conflictos familiares desde un enfoque sistémico.</li> <li>- Establecer cómo se presentan conflictos familiares y la autoestima en la adolescencia.</li> <li>- Definir las características de la Terapia familiar e intervención sistémica en pareja, sexualidad y autoestima.</li> <li>- Especificar las particularidades de la Terapia familiar e intervención sistémica en autoestima en la familia con adolescentes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conflictos familiares</li> <li>- Baja autoestima en adolescentes</li> </ul>	<p>Tipo de investigación: Cualitativo-bibliográfico</p> <p>Diseño: No experimental longitudinal en forma bibliográfica</p> <p>Método: Análisis bibliográfico</p> <p>Técnicas e instrumento para la recolección de datos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Análisis de documentos bibliográficos</li> <li>- Guía de análisis de documentos</li> </ul>

# Informe de originalidad Mischa Velarde Katherine

## INFORME DE ORIGINALIDAD

6%

INDICE DE SIMILITUD

6%

FUENTES DE INTERNET

0%

PUBLICACIONES

3%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

## FUENTES PRIMARIAS

1	<a href="http://repositorio.uct.edu.pe">repositorio.uct.edu.pe</a> Fuente de Internet	2%
2	<a href="http://repositorio.upagu.edu.pe">repositorio.upagu.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%
3	<a href="http://repositorio.unu.edu.pe">repositorio.unu.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%
4	<a href="http://hdl.handle.net">hdl.handle.net</a> Fuente de Internet	1%

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 1%

Excluir bibliografía

Activo

# Informe de originalidad Mischa Velarde Katherine

---

INFORME DE GRADEMARK

---

NOTA FINAL

COMENTARIOS GENERALES

**/0**

---

PÁGINA 1

---

PÁGINA 2

---

PÁGINA 3

---

PÁGINA 4

---

PÁGINA 5

---

PÁGINA 6

---

PÁGINA 7

---

PÁGINA 8

---

PÁGINA 9

---

PÁGINA 10

---

PÁGINA 11

---

PÁGINA 12

---

PÁGINA 13

---

PÁGINA 14

---

PÁGINA 15

---

PÁGINA 16

---

PÁGINA 17

---

PÁGINA 18

---

PÁGINA 19

---

PÁGINA 20

---

PÁGINA 21

---

PÁGINA 22

---

PÁGINA 23

---

PÁGINA 24

---

PÁGINA 25

---

PÁGINA 26

---

PÁGINA 27

---

PÁGINA 28

---

PÁGINA 29

---

PÁGINA 30

---

PÁGINA 31

---

PÁGINA 32

---

PÁGINA 33

---

PÁGINA 34

---

PÁGINA 35

---

PÁGINA 36

---

PÁGINA 37

---

PÁGINA 38

---

PÁGINA 39

---

PÁGINA 40

---

PÁGINA 41

---

PÁGINA 42

---

PÁGINA 43

---

PÁGINA 44

---

PÁGINA 45

---

PÁGINA 46

---

PÁGINA 47

---

