

UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS
FACULTAD DE MEDICINA HUMANA Y CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA HUMANA



TESIS

**EFFECTOS DE LA TERAPIA DEL PERDÓN EN PAREJAS QUE
SUFREN VIOLENCIA FAMILIAR EN EL CENTRO DE EMERGENCIA
MUJER (CEM) DEL DISTRITO DE MIRAFLORES EN AREQUIPA 2015**

**PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

AUTOR:

YACQUELINE GUERRA ARAGON

AREQUIPA – PERÚ

2016

DEDICATORIA

*A Dios, por brindarme el regalo más
preciado, la vida.
A mi hermana Lily por ser ejemplo de trabajo,
fortaleza y superación.
por brindarme siempre su apoyo
incondicional.*

AGRADECIMIENTO

*A mis asesoras que prefieren estar
en el anonimato.
por su paciencia y apoyo incondicional
durante el desarrollo de
esta tesis,
por su tiempo y exigencia en todo momento*

INDICE

CARATULA.....	1
DEDICATORIA	2
AGRADECIMIENTO	3
INDICE.....	4
INDICE DE TABLAS Y GRAFICOS.....	7
RESUMEN	8
INTRODUCCION	10

CAPITULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Descripción de la realidad problemática	13
1.2 Delimitaciones de la investigación	16
1.2.1 Delimitación temporal	16
1.2.2 Delimitación geográfica	16
1.2.3 Delimitación social	16
1.3 Formulación del problema	17
1.3.1 Problema principal.....	17
1.3.2 Problemas específicos.....	17
1.4 Objetivos de la investigación	17
1.4.1 Objetivo general.....	17
1.4.2 Objetivos específicos.....	18
1.5 Hipótesis de la investigación	18
1.5.1 Hipótesis general.....	18
1.5.2 Hipótesis secundarias.....	18
1.6 Justificación de la investigación	19
1.6.1. Justificación teórica	19
1.6.2. Justificación legal	20
1.6.3. Justificación metodológica	21
1.6.4. Justificación practica	21

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la investigación.....	22
2.1.1. investigaciones a nivel nacional	22
2.1.2. investigaciones a nivel internacional.....	27
2.2. bases teóricas de la investigación.....	32
2.2.1. La terapia del perdón-concepto	32
2.2.2. Naturaleza de las transgresiones o infracciones.	35
2.2.3. El perdón en psicología	37
2.2.4. El perdón en la relación de pareja	38
2.3. Violencia Conyugal o Violencia en la Pareja	44
2.3.1. La violencia en la pareja	45
2.3.2. Concepto de violencia en la pareja	46
2.3.3. Características de la Violencia Contra la Mujer	47
2.3.4. Clasificación de violencia	48
2.3.5. Efectos y consecuencias de los malos tratos en la pareja.....	49
2.3.7. Los principales estudios oficiales realizados en el tema	54
2.3.8. Teoría que explica la violencia de genero	55

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA

4.1 Tipo de la investigación.....	61
4.2 Diseño de la investigación.....	61
4.3 Población y muestra de la investigación.....	62
4.3.1 Población.....	63
4.3.2 Muestra.....	63
4.4 Variables, dimensiones e indicadores	64
4.5. Técnicas e instrumentos de la recolección de datos.....	65
4.5.1Técnicas.....	66
4.5.2 Instrumentos.....	66
4.6 Procedimientos.....	70

CAPÍTULO IV: RESULTADOS

4.1 Resultados.	71
4.2 Discusión de los resultados.	80
Conclusiones	91
Recomendaciones	94
Referencias bibliográficas	90

Anexos:

Anexo 1 Matriz de consistencia.....	102
Anexo 3 Programa terapéutico basada en la terapia del perdón.....	104
Sesiones del programa basada en el perdón	106
Evaluación de prueba de entrada y salida de grupo experimental y de control.....	115

ÍNDICE DE TABLAS

	Página
Tabla 1	
Tabla 2	
Tabla 3	
Tabla 4	
Tabla 5	
Tabla 6	
Tabla 7	
Tabla 8	
Tabla 9	
Tabla 10	
Tabla 11	

ÍNDICE DE GRÁFICOS

	Página
Gráfico 01	
Gráfico 02	
Gráfico 03	
Gráfico 04	

RESUMEN

El objetivo de la presente investigación es analizar cómo la terapia del perdón ayuda significativamente a las parejas que sufren de violencia familiar en el centro de emergencia mujer, contribuyendo a reducir las expresiones de violencia y sentimientos de evitación y venganza hacia el agresor de parte de la víctima, y de estimular los sentimientos de benevolencia hacia el mismo, de esta forma se manifiesta en la restauración de la armonía familiar. La investigación tiene características del tipo cuasi experimental con un enfoque transversal.

Para el sustento teórico se analizó los planteamientos teóricos relacionados con el perdón y la violencia familiar, los constructos relacionados con el desarrollo humano desde la perspectiva humanista y la descripción de la filosofía de las Escuelas de Perdón y Reconciliación. Con relación a las personas que participaron en las sesiones del programa experimental basado en el perdón; se puede decir que comparten características similares con relación a la violencia sufrida. Con relación a la evitación y venganza hacia el agresor se constató que la mayoría de ellas experimentan cierto temor de acercamiento. En el ámbito de las relaciones interpersonales, la mayoría muestra actitudes favorables hacia el respeto y consideración hacia su propia salud y su relación con el agresor. En cuanto a sus disposiciones relacionadas con el sentimiento de benevolencia y perdón hacia el agresor son positivos los resultados y por tanto se orienta a la resolución del conflicto. En este proceso, la experiencia de perdón y reconciliación ayuda a recuperar la seguridad interna, a reconocer que tienen derecho a rectificar sus errores a perdonar, pero también a pedir perdón.

Palabras clave: agresión, violencia, venganza, evitación, benevolencia, perdón, reconciliación

ABSTRACT

The aim of this research is to analyze how forgiveness therapy significantly helps couples suffering from domestic violence in the emergency center woman, helping to reduce expressions of violence and feelings of avoidance and revenge against the aggressor from the victim, and encourage benevolence feelings gripped it, thus manifested in the restoration of family harmony. Research has characteristics of quasi-experimental with a transverse quasi-experimental approach.

For the theoretical basis I analyzed the theoretical approaches related to forgiveness and family violence, constructs related to human development from a humanist perspective and description of the philosophy of the Schools of Forgiveness and Reconciliation. In relation to persons participating in the pilot program sessions based on forgiveness; we can say that share similar characteristics in relation to the violence. With regard to avoidance and revenge toward the offender is found that most of them feel even some fear approach. In the area of interpersonal relationships, most shows favorable attitudes towards respect and consideration for their own health and their relationship with the aggressor. Regarding the provisions related to the feeling of kindness and forgiveness toward the abuser is of positive results and therefore the resolution of the conflict. In this process, the experience of forgiveness and reconciliation, helps them regain internal security, to recognize that they have the right to rectify their mistakes to forgive, but also to apologize.

Keywords: aggression, violence, revenge, avoidance, benevolence, forgiveness. reconciliation

El presente trabajo de investigación surgió al estar inmersos en un mundo lleno de violencia. Nos estamos refiriendo al maltrato físico, psicológico y sexual hacia la pareja, desencadenando de esta forma, un círculo de violencia que se repite de padres a hijos como modelos aprendidos al formar nuevas familias. En cuanto a la inquietud de la sociedad que se ve reflejada en la inestabilidad familiar y para atender dicha problemática se buscó información teórica relevante y actualizada lo que permitió la consolidación del marco teórico que sustenta la presente tesis.

La Violencia de Género es definida como todo acto de violencia ejercido contra la mujer, por parte de una persona con la que mantiene o ha mantenido una relación amorosa, que tiene como resultado un daño físico, sexual o psíquico, incluidas las amenazas, la coacción o la privación de libertad, ya sea que ocurra en el ámbito público o privado. (OPS) Organización Panamericana de la Salud 2002.

La presente investigación "Efectos de la Terapia del Perdón en Parejas que sufren Violencia Familiar en el centro de emergencia mujer CEM en el distrito de Miraflores en Arequipa 2015" tiene como propósito aplicar la terapia del perdón como una herramienta terapéutica que beneficie emocionalmente, a las parejas víctimas de violencia familiar, este programa está basado en el enfoque de la psicología positiva de Seligman, enfocada en el bienestar psicológico y de la felicidad así como de las fortalezas y debilidades, las hipótesis general y específicas: La Terapia del Perdón ayuda significativamente a las parejas que sufren violencia familiar en el Centro de Emergencia Mujer CEM del Distrito de Miraflores en la ciudad de Arequipa 2015. a)

La Terapia del Perdón disminuye significativamente en relación a la evitación en las parejas que sufren Violencia Familiar. b) La Terapia del Perdón disminuye las motivaciones de venganza en las parejas que sufren Violencia Familiar. c) La Terapia de Perdón estimula la benevolencia de las parejas que sufren violencia familiar.

El instrumento que se utilizó el resultado para medir los efectos del programa aplicado es el **Transgression-Related Interpersonal Motivations Inventory (TRIM-18; McCullough et al., 2006)**. Posee un formato de respuesta de tipo Likert de 5 puntos, que varía desde 1 (totalmente en desacuerdo) a 5 (totalmente de acuerdo), donde puntuaciones altas dan cuenta de mayor tendencia hacia la evitación, venganza y benevolencia, respectivamente.

El TRIM-18 posee buenos índices de consistencia interna, con un alfa de Cronbach superior a 0,85 en cada una de sus escalas (McCullough et al., 1998; McCullough, Fincham & Tsang, 2003; McCullough & Hoyt, 2002), y adecuados indicadores de validez, demostrada por su asociación con la medición del perdón mediante un ítem único ($p < 0,01$) y con variables de la relación, tales como la satisfacción, el compromiso y la cercanía ($p < 0,01$) (McCullough et al., 1998).

La estructura del presente trabajo de investigación, consta de 4 capítulos: Planteamiento del problema, Marco Teórico, Metodología y Resultados:

En el capítulo I Se describe el Planteamiento del problema, describiendo la situación problemática actual de la de las mujeres en situación de violencia en la pareja y de la terapia del perdón de tales planteamientos obtenemos las preguntas problema, general y específica objetivo general y específico, hipótesis generales y específicas.

En el capítulo II Se describe el Marco Teórico, contiene los antecedentes internacionales y nacionales, así como la fundamentación científica y teórica importantes para nuestro trabajo de investigación. Se detalla la importancia, la pertinencia, lo novedoso, lo útil, lo necesario de la aplicación de nuestro trabajo de investigación.

En el capítulo III Se muestra la metodología tipo y diseño de investigación, la población y muestra de la investigación, variables dimensiones e indicadores, Técnicas e instrumentos de la recolección de datos, y el procedimiento.

En el Capítulo IV Resultados, Se hace un recorrido por lo que fue el desarrollo de la investigación y su credibilidad, describiendo sus resultados mediante un análisis e interpretación de los mismos. Para demostrar la afirmación o negación de la hipótesis de la investigación.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Descripción de la realidad problemática.

En los últimos doce años venimos observando un mayor porcentaje de casos de violencia familiar o de pareja dentro de los hogares de nuestra sociedad y localidad arequipeña, pues vemos ahora es mayor el grupo de mujeres que acuden a buscar ayuda profesional, rompiendo así con el silencio, el temor, la vergüenza de hablar sobre la situación de violencia, maltratos; gritos, humillaciones, violaciones, golpes, privaciones causadas por sus cónyuges, quienes lo hacen sin ninguna consideración de su condición de mujer y madre merecedoras de respeto y honor. Estos casos son recibidos en el centro de emergencia mujer CEM en el Distrito de Miraflores en Arequipa.

Las víctimas, en su mayoría, son mujeres que vienen tristes, llorando, físicamente golpeadas, moreteadas, ensangrentadas, quemadas, cortadas con los ojos morados, humilladas emocionalmente, con sentimiento de culpa, angustiadas con sentimientos de amargura y rencor y en otros casos sexualmente ultrajadas, finalmente vienen cansadas ya del maltrato y los golpes que sus ex esposos o

convivientes infringen contra ellas contantemente de manera salvaje e irracional y cuando se les pregunta porque esperaron tanto para buscar ayuda profesional, algunas dicen que por vergüenza al qué dirán, a los chismes de los vecinos incluso su propia familia, o el temor de que al poner la denuncia sus maridos las maltraten más o en el peor de los casos las dejen. Están completamente desconfiadas, dependientes económica y emocionalmente de la pareja y al ver que la situación se pone peor entonces recién vienen a buscar ayuda en algunos de los casos ambos cónyuges vienen a buscar ayuda al percibir la separación o al ver la situación traumática que están pasando sus hijos.

En estos centros se procura la recuperación del daño sufrido y se presta asistencia social basada en la Terapia del Perdón como herramienta clínica, en forma individual y de pareja. Esta es una actividad dinámica, un consenso, un análisis, una reflexión, una concientización de los beneficios emocionales que implica perdonar y las consecuencias de no perdonar, cuando se ve roto la armonía, la paz, la seguridad, la confianza, el respeto el amor que debe haber en una pareja que ha decidido formar un hogar.

A nivel mundial La OMS (2015), reporta que la violencia contra la mujer especialmente la ejercida por su pareja y la violencia sexual, constituyen un grave problema de salud pública y una violación de los derechos humanos, indica que una de cada tres (35%) mujeres en el mundo han sufrido violencia física y/o sexual de pareja o violencia sexual por terceros en algún momento de su vida.

En todo el mundo, casi un tercio (30%) de las mujeres que han tenido una relación de pareja refieren haber sufrido alguna forma de violencia física y/o sexual por parte de su pareja. Un 38% de los asesinatos de mujeres que se producen en el mundo son cometidos por su pareja y entre los factores asociados ay un mayor riesgo de cometer actos violentos, citan el bajo nivel de instrucción, el maltrato infantil o haber estado expuesto a escenas de violencia en la familia, el uso nocivo del alcohol, actitudes de aceptación de la violencia y las desigualdades de género.

El Instituto Nacional de Estadística INEI (2013), informo que en el Perú el 37,2% de las mujeres entre 15 y 49 años de edad, fue víctima de violencia física y sexual ejercida por el esposo o conviviente.

Los resultados de la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (2012), muestran que las mujeres agredidas sufrieron empujones, golpes, patadas, ataques o amenaza con cuchillo, pistola u otra arma y obligadas a tener relaciones sexuales sin su consentimiento; las mujeres víctimas se encuentran en el rango de edad entre 15 y 49 años.

Arequipa ocupa el 4to lugar de incidencias de violencia familiar y sexual después de las ciudades de Lima y Junín, según el Rankin anual del boletín 2015. según las estadísticas por región con un total de 962 casos atendidos de violencia anual. La población objetivo, son todas las personas, mujeres y varones de entre 17 a 49 años afectadas por violencia familiar, estamos hablando de maltrato psicológico, físico y sexual, siendo el maltrato psicológico más alto porcentaje.

El Centro de Emergencia Mujer CEM en el Distrito de Miraflores de nuestra localidad atiende 04 casos de violencia por día y un total de 914 casos al año, la población más vulnerable al maltrato, que acude a estos servicios son: mujeres, adolescentes, niños y ancianos víctimas de violencia familiar. (Registro de Casos y Atenciones de Violencia Familiar y Sexual del Centro Emergencia Mujer, 2015)

El fenómeno de la violencia no puede ser comprendido solamente dentro del marco familiar y como resultado de las interacciones que se dan en ella, la situación tiene una historia que viene preparándose desde antes de formar el vínculo matrimonial y que depende de la formación, la educación, la ideología acerca del género masculino y femenino que recibió cada individuo. Son problemáticas individuales que luego se sintonizan en el encuentro amoroso, produciéndose, entonces, un acoplamiento entre la mujer preparada para la sumisión y el hombre preparado para el dominio. Esto entre otras cosas indica que la recuperación debe ser

individual en primera instancia, para que la mujer se sobreponga a su rol desvalorizado y para que el hombre rehabilite su conducta violenta, aprendiendo otras respuestas a las situaciones que le plantean, de allí la importancia de la presente investigación: Efectos de la Terapia del Perdón en Parejas que sufren Violencia Familiar en el centro de emergencia mujer CEM en el distrito de Miraflores.

1.2. Delimitaciones de la investigación.

1.2.1. Delimitación temporal.

El trabajo de investigación comprende desde los meses de noviembre del año 2015 hasta setiembre del presente año 2016.

1.2.2. Delimitación geográfica.

La presente investigación es aplicable a las Instituciones Privadas o del estado dedicadas a brindar servicio de prevención, protección y orientación a mujeres y parejas en casos de violencia y maltratos físicos, psicológico, sexual a efecto de esta investigación, se efectuó en el Centro de Emergencia Mujer CEM del Distrito de Miraflores en la ciudad de Arequipa ubicada en MZ E LT-28 Urb. Chapí Chico.

1.2.3. Delimitación social.

Esta investigación está dirigido a parejas específicamente a las mujeres víctimas de violencia o maltrato físicos, psicológicas y sexuales, en general mujeres que acuden en busca de ayuda al centro de emergencia mujer CEM del distrito de Miraflores en la ciudad de Arequipa.

1.3. Formulación del problema a investigar.

1.3.1. Problema principal.

¿Cuáles son los efectos de la terapia del perdón en parejas que sufren violencia familiar en el Centro de Emergencia Mujer CEM del Distrito de Miraflores en la ciudad de Arequipa 2015?

1.3.2. Problemas secundarios.

1.3.2.1. ¿Cuáles son los efectos de la Terapia del Perdón en la evitación en las parejas que sufren violencia familiar en el Centro De Emergencia Mujer CEM del distrito de Miraflores en la ciudad de Arequipa 2015?

1.3.2.2 ¿Cuáles son los efectos de la Terapia del Perdón en las motivaciones de venganza en las parejas que sufren violencia en el Centro De Emergencia Mujer CEM del distrito de Miraflores en la ciudad de Arequipa 2015?

1.3.2.3 ¿Cuáles son los efectos de la Terapia de Perdón en la benevolencia de las parejas que sufren violencia familiar en el Centro De Emergencia Mujer CEM del distrito de Miraflores en la ciudad de Arequipa 2015?

1.4. Objetivos de la investigación

1.4.1. Objetivo general.

Determinar los efectos de la Terapia del Perdón en parejas que sufren violencia familiar en el Centro de Emergencia Mujer (CEM) del distrito de Miraflores en Arequipa 2015

1.4.2. Objetivos específicos.

1.4.2.1. Demostrar cuáles son los efectos de la Terapia del Perdón en relación a la evitación en las parejas que sufren violencia familiar en el Centro de Emergencia Mujer CEM del distrito de Miraflores en la ciudad de Arequipa 2015.

1.4.2.2. Determinar cuáles son los efectos de la Terapia del Perdón en las motivaciones de venganza en las parejas que sufren violencia familiar en el Centro de Emergencia Mujer CEM del distrito de Miraflores en la ciudad de Arequipa 2015

1.4.2.3. Describir cuáles son los efectos de la Terapia de Perdón en la benevolencia de las parejas que sufren violencia familiar en el Centro De Emergencia Mujer CEM del distrito de Miraflores en la ciudad de Arequipa 2015

1.5. Hipótesis de la investigación

1.5.1 Hipótesis general.

La Terapia del Perdón ayuda significativamente en las parejas que sufren violencia familiar en el Centro de Emergencia Mujer CEM del distrito de Miraflores en la ciudad de Arequipa 2015.

1.5.2 Hipótesis específicas.

1.5.2.1. La Terapia del Perdón disminuye la evitación en las parejas que sufren Violencia Familiar en el Centro de Emergencia Mujer CEM del distrito de Miraflores en la ciudad de Arequipa 2015.

1.5.2.2. La Terapia del Perdón disminuye las motivaciones de venganza en las parejas que sufren Violencia Familiar en el centro de emergencia mujer de CEM del distrito de Miraflores en la ciudad de Arequipa 2015.

1.5.2.3. La Terapia de Perdón estimula los sentimientos de benevolencia de las parejas que sufren violencia familiar en El Centro de Emergencia Mujer CEM del distrito de Miraflores en la ciudad de Arequipa 2015.

1.6. Justificación de la investigación.

Consideramos de gran importancia la investigación relacionada con la terapia del perdón en casos de conflictos en la pareja, en la vida cotidiana, de ambos cónyuges al abordar el conflicto vivido por el otro, como ofensivos o hirientes. Sería de esperar que las dinámicas de perdón tuviesen un papel relevante en la construcción de la convivencia lo cual justificamos desde los siguientes criterios:

1.6.1. Justificación legal:

La justificación desde el punto de vista legal se ampara en la Ley N° 30364 para prevenir, sancionar y erradicar la violencia contra la mujer y los integrantes del grupo familiar; comprende como sujetos de protección a las mujeres durante todo su ciclo de vida: niña, adolescente, joven, adulta y adulta mayor y a los miembros del grupo familiar, de acuerdo al artículo 7 de la presente ley. el art. detalla los tipos de violencia contra las mujeres y los integrantes del grupo familiar: violencia física, psicológica, sexual o económica, ya sea en cualquiera de sus formas o tipos de maltratos que producen daño emocional lo que generara problemas en su salud mental y física, esto afectara su conducta en lo social familiar y laboral.

Dentro del marco normativo declarativo por el Estado Peruano en los CEM para enfrentar todo tipo de violencia familiar y sexual. El Estado peruano ha evidenciado su compromiso frente a la violencia familiar y sexual suscribiendo los siguientes acuerdos y compromisos de índole nacional e internacional. MINDES. (2012). En los Lineamientos para las Acciones Preventivas Promocionales de los Centros de Emergencia Mujer:

- La Declaración Universal de los Derechos Humanos (1948), Estipula que: “Todos los seres humanos nacen libre e iguales en dignidad y derechos, derecho a la vida, libertad y seguridad. La familia es el elemento natural y fundamental de la sociedad. Nadie puede ser sometido a tortura ni a penas o a tratos crueles inhumanos o degradantes, así como que todo ser humano es igual ante la ley y sin distinción tiene derecho a igual protección ante la ley”.
- La Convención sobre la Eliminación de todas las formas de discriminación contra la Mujer, (CEDAW), aprobada por Resolución Legislativa N° 25278 el 4 de junio de 1982, ratificada el 20 de agosto del mismo año. Entro en vigencia 4 de octubre de 1982: Condena la discriminación contra la mujer en todas sus formas, consagra el principio de la igualdad entre hombres y mujeres.
- La Convención Interamericana para prevenir, Sancionar y erradicar la Violencia contra la Mujer, (Belén Do Pará) aprobada por resolución Legislativa N° 26583 del 25 de marzo de 1993, ratificada el 2 de abril del mismo año: “Toda mujer tiene derecho a una vida libre de violencia tanto en el ámbito público como en el privado, derecho al goce, ejercicio y protección de todos los derechos humanos: respeto a la vida, respeto a su integridad física, psíquica y moral, libertad y seguridad personales, a no ser sometida a torturas, respeto a la dignidad inherente a su persona y protección a su familia; pudiendo ejercer libre y plenamente sus derechos civiles políticos económicos sociales y culturales”. Es deber de los estados entre otros modificar los patrones socioculturales de conducta de hombres y mujeres, para contrarrestar prejuicios y costumbres, practicas basadas en la premisa de inferioridad o superioridad de cualquiera de los géneros que conlleven a exacerbar la violencia.

1.6.2. *Justificación Metodológica.*

El presente estudio propone una estrategia novedosa para prevenir y afrontar en forma positiva los casos de violencia familiar y maltrato a la mujer; sabemos que los programas para prevenir violencia relacionados con la Terapia del perdón se usan muy poco o no se emplean en nuestro medio, razón por el cual la investigación realizada propone estrategias que genera conocimiento válido y confiable.

Asimismo, esta investigación incluye nuevas técnicas a través de la aplicación de programas secuenciados que le darán valor al trabajo investigativo y que a su vez generaran nuevos conocimientos; entonces podemos decir que la investigación tiene una justificación metodológica.

1.6.3. *Justificación Práctica:*

El perdón como herramienta clínica en terapia individual y de pareja, es importante, así como el tomar soluciones alternativas que ayude a restaurar la relación de pareja el amor, el respeto, la confianza, en sí mismo y en la pareja, la fidelidad anteponiendo fundamentos básicos que sostengan el núcleo familiar tomando conciencia que las heridas o huellas del alma son problemas íntimos personales que requiere tomar una decisión consiente de entender.

El presente trabajo de investigación es una herramienta de intervención psicológica que puede ser usada por psicólogos, docentes y profesionales interesados en el tratamiento de la violencia familiar y de la mujer.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la Investigación.

En este capítulo se muestran los antecedentes nacionales e internacionales, así como la fundamentación científica y bases teóricas de las variables, importantes para nuestro trabajo de investigación.

2.1.1. Estudios a Nivel Nacional.

Herrera M. (2015). Realiza un trabajo de investigación en la Pontificia Universidad Católica del Perú, para obtener el título de Licenciada en Psicología titulado "Relación entre sexismo ambivalente y violencia de pareja íntima según nivel educativo". La muestra estaba compuesta por 38 hombres trabajadores de una empresa metalmeccánica ubicada en Lurín, que en el momento de la aplicación una relación de pareja estable (convivientes o casados), El rango de edades de los participantes fluctuaban entre los 22 y 60 años ($M = 38.3$; $DE = 9.06$), respecto al nivel de instrucción, el 44.7% contaban con secundaria completa como máximo nivel educativo, mientras que el 55.3% contaba con estudios superiores. Alrededor de la mitad había nacido en Lima (47.4%). En cuanto al estado civil, el 44.7% era conviviente y el 55.3% se encontraba casado. La mayoría (95%) tenía al menos 1 hijo.

Utilizo como instrumento la Escala de Sexismo Ambivalente, adaptada por Cruz et al. (2005) Se compone de 24 ítems desarrollados en escala Likert de respuestas que van de 1 (totalmente en desacuerdo) a 5 (totalmente de acuerdo). Estos reactivos se basaron en la teoría propuesta por Glick y Fiske (1996). La presente escala fue validada con población mexicana, en la que se halló la presencia de dos factores que corresponden al Sexismo Hostil y Benevolente, los cuales explican el 64.3% de la varianza.

Llego a la conclusión que el Sexismo Benevolente correlaciona solo con la Coerción Sexual, mientras que el Sexismo Hostil se asocia de manera directa con el Ataque Psicológico. Respecto al nivel educativo, se encontraron mayores niveles de Sexismo Benevolente, Ataque Físico y Coerción Sexual en los hombres con menor grado de instrucción.

Arenas L. (2012). Realiza un trabajo de investigación en la Universidad Católica del Perú, para obtener el título de licenciada en Psicología, titulado "Violencia psicológica y mantenimiento en relaciones de pareja", emplea el tipo de investigación descriptivo, ya que su intención fue analizar como el perdón y la reconciliación juegan un papel importante en la relación de pareja. Las participantes de este estudio fueron 57 mujeres que se encontraban dentro de una relación de pareja o que terminaron la misma en el lapso máximo de un año al momento de la recolección de la información. El rango de edad de las participantes oscilaba entre los 20 y 55 años como unidades de análisis.

Utilizo la Escala del modelo de la inversión. La escala del modelo de inversión (Rusbult, Martz y Agnew, 1998) cuenta con ítems generales y específicos, los cuales miden cuantitativamente las variables de compromiso, satisfacción, calidad en alternativas e inversión en una relación. Para fines de esta investigación se realizó la traducción de los ítems al castellano y posteriormente, una adaptación lingüística con las evaluaciones piloto para asegurar la comprensión de la escala en la muestra. Como se señaló anteriormente, diversos estudios revelaron una buena confiabilidad para los ítems que miden cada constructo. Los coeficientes alfa varían entre $\alpha = .91$ a $\alpha = .95$ para los niveles de compromiso, de $\alpha = .92$ a $\alpha = .95$ para los niveles de

satisfacción, de $r = .82$ a $r = .88$ para los niveles de calidad en alternativas, y de $r = .82$ a $r = .84$ para los niveles de tamaño de inversión. La escala cuenta con validez convergente y discriminante (Rusbult y cols., 1998).

Llego a la conclusión, que fue posible profundizar el tema, describir y comprender las herramientas y estrategias implementadas por las mujeres para salir de la dinámica violenta, el aporte de este estudio, se dedicó a comprender la manera como las mujeres a través de las conversaciones terapéuticas y de los propios procesos reflexivos lograron registrar y transformar el dolor causado por el maltrato, definirse a sí mismas desde la prosperidad, tomar decisiones propias y generar nuevas relaciones que parten de las construcciones que cada mujer ha hecho acerca de sus relaciones en distintos momentos de su vida.

Quevedo R. (2011). De la Universidad San Martín de Porres de Lima realizó el estudio titulado, "Actitudes hacia la infidelidad de pareja conyugal en Lima Metropolitana", uso el tipo de investigación descriptivo simple, participaron una población de 303 parejas conyugales de 4 centros educativos de Lima y un Centro de Salud Reproductivo. La muestra estuvo conformada por 203 sujetos, 95 hombres y 135 mujeres con un intervalo de edades desde los 20 años a 50 años de edad.

Utilizo tres instrumentos:

La Escala de Satisfacción Marital, elaborada por Pick y Andrade (1988), diseñada específicamente para personas de origen hispano, realizadas con hombres y mujeres casadas de nivel socioeconómico medio de la Ciudad de México.

El Cuestionario para evaluar Satisfacción Sexual en la Pareja, que fue desarrollado por Szpirman (1989) empleando una población mexicana. El objetivo del instrumento es medir el grado de satisfacción que los miembros de la pareja obtienen en su relación sexual.

El Cuestionario de Comunicación Marital, elaborado y validado por Estrella (1991), en una muestra de parejas de la ciudad de México. Para lo cual llevó a cabo dos estudios pilotos a fin de identificar las áreas de comunicación más importantes y redactar los reactivos, además de un estudio final para analizar y verificar la validez de constructo y su consistencia interna, este cuestionario mide el contenido de comunicación marital, entendiéndose por ello, la manera como un cónyuge le comunica a su pareja diferentes temas.

Los resultados indican que existe una correlación significativa entre la satisfacción marital y la sexual mostrando que una alta calidad en la vida sexual de las parejas contribuye a que la pareja perciba como satisfactoria su relación.

Ottazzi A. (2010). Realiza un trabajo de investigación en la Pontificia Universidad Católica del Perú, para obtener el grado de licenciada de psicología, titulada. "Estilos de amor, satisfacción y compromiso en relaciones de pareja estables". La muestra estuvo compuesta por 71 personas casadas, 83.1% mujeres y 16.9 % hombres entre 37 y 78 años de edad, pertenecientes a estratos socio económicos altos y medio altos, mientras que el 28.5% de los participantes de estratos socio económicos bajos.

Utilizo como instrumento, la ficha de datos socio demográfico donde los participantes debieron consignar sus datos generales: edad, sexo, años de matrimonio, matrimonios previos y separaciones, número de hijos, número de hijos viviendo en el hogar, edad del último hijo, ocupación, distrito de residencia y nivel socioeconómico percibido.

La Adaptación de la escala de actitudes sobre el amor (LAS), (Hendrick y Hendrick, 1986): se basa en la teoría de Lee (1973) "los colores del amor", la cual propone una tipología de 6 estilos diferentes de amar, y se le pide al participante contestar la escala de 42 ítems pensando en su pareja actual. A través de un análisis

factorial, los autores verificaron la existencia de los 6 factores en la prueba, correspondientes a los 6 tipos de amor, mostrando una independencia adecuada entre estos. Cada escala fue sometida a un análisis test-retest, arrojando correlaciones de .70 a más. Los coeficientes alpha de Cronbach fueron de $\alpha = .68$ hasta $\alpha = .83$, reflejando una adecuada consistencia interna.

Adaptación de la escala del modelo de Inversión (Rusbult, Martz y Agnew, 1998): La escala del modelo de inversión se compone de 36 ítems distribuidos en 4 subescalas, las cuales miden el nivel de compromiso, tamaño de inversión, nivel de satisfacción y calidad de alternativas, variables propuestas por Rusbult en su modelo de Inversión. La existencia de 4 variables en la escala ha sido verificada por los autores, a través de un análisis factorial y el alpha de Cronbach para la subescala de compromiso va de $\alpha = .91$ a $\alpha = .95$; para nivel de satisfacción el alpha de Cronbach va de $\alpha = .92$ a $\alpha = .95$; para la subescala calidad de alternativas de $\alpha = .82$ a $\alpha = .88$ y para tamaño de inversión de $\alpha = .82$ a $\alpha = .84$, comprobando la adecuada confiabilidad de la prueba. Igualmente, se ha establecido la validez discriminante y convergente de esta, siendo las tres variables buenos predictores conjuntos del compromiso (Rusbult, Martz et al. 1998)

Para fines de esta investigación, realizó un proceso de traducción al español de los ítems de ambas escalas, las cuales fueron sometidas a un proceso de traducción cruzada y una adaptación lingüística por medio de evaluaciones piloto con diferentes grupos de personas. La finalidad era evaluar la comprensión de los ítems para así modificarlos o corregirlos.

Entre sus conclusiones presenta evidencia confirmatoria de un modelo estructural en las relaciones duraderas: el estilo de amor Eros predice el compromiso, siendo la satisfacción mediadora entre ambas. Adicionalmente, el estilo de amor Ágape predice, junto con Eros, la satisfacción y el compromiso. Asimismo, existe una diferencia significativa en el nivel de satisfacción según la duración del matrimonio,

siendo las relaciones con un menor número de años aquellas que evidencian un mayor nivel de satisfacción.

Recomienda o sugiere un mayor número de participantes con una mayor representatividad muestral con el fin de afinar o confirmar el modelo estructural encontrado. La adaptación de las pruebas en diferentes grupos poblacionales a nivel nacional con el objetivo de mostrar las semejanzas y diferencias culturales de las variables que intervienen en la duración de las relaciones maritales, según la región geográfica y contemplar la posibilidad de incluir otras variables al modelo inicial como puede ser la variable sacrificio, la cual representa una variable conductual influyente en el nivel de compromiso como lo muestran investigaciones previas.

2.1.2. Estudios realizados a nivel internacional.

Gonzales M. Alfaro I., Alcides. H. (2013). Realizaron un estudio en Universidad Católica del Norte, Antofagasta, Chile titulada, "Perdón y satisfacción marital: Una mirada desde lo sistémico" de tipo transversal con un diseño no experimental, los sujetos de la muestra estaban constituida por 96 parejas chilenas heterosexuales, que se encontraban viviendo juntas durante al menos un año de convivencia, utilizo el instrumento transgression-Related Interpersonal Motivations Inventory (TRIM-12, McCullough et al., 1998). Es un cuestionario de auto reporte utilizado compuesto de 12 ítems en formato Likert de 5 puntos (1 =Totalmente en desacuerdo, 5 = Totalmente de acuerdo), que evalúan las reacciones ante una ofensa interpersonal.

Los resultados obtenidos en esta investigación, refuerzan la riqueza que se obtiene, en términos de comprensión de los fenómenos, cuando se va más allá de la mirada individual y se integran aspectos contextuales (como las diferencias de género, por ejemplo) e interaccionales, los autores sugieren que, dado el carácter no probabilístico de la muestra, la generalización de los resultados amerita cautela. Además, recomiendan que es importante considerar que el carácter transversal del

estudio, no permite establecer relaciones de causalidad. Agregan que este estudio de aplicarse en otros estudios implicaría la necesidad de aplicar intervenciones diferenciales para hombres y mujeres, por cuanto el efecto del perdón sobre la satisfacción no opera en ambos miembros del mismo modo de la diada.

García., F & Martínez LL (2013), Realizan un trabajo de investigación en la Universidad Santo Tomas de Chile, titulado "Ruptura de pareja, afrontamiento y bienestar psicológico en parejas jóvenes", emplean el tipo de investigación descriptivo, correlacional y transversal. Participaron en este estudio 227 personas, tanto estudiantes universitarios como profesionales, entre 18 y 35 años de edad (M=25, DE=5.09), de los cuales 104 (45.8%) fueron hombres y 123 (54.2%) mujeres, todos residentes de la ciudad de Concepción, Chile. Como instrumento emplearon el Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI), adaptado al español por Cano, Rodríguez y García (2007) del instrumento creado por Tobin et al. (1989). La escala se compone de 40 ítems que se responden en una escala Likert de 5 puntos desde 0=En absoluto hasta 4=Totalmente. El CSI mide 8 estrategias distintas: resolución de problemas, reestructuración cognitiva, apoyo social, expresión emocional, evitación de problemas, pensamiento desiderativo, retirada social y autocrítica. Estas estrategias obtuvieron un alfa de Cronbach entre 0.63 (Evitación de Problemas) y 0.89 (Autocrítica)

Concluyeron que la búsqueda de apoyo social y las estrategias de evitación suelen relacionarse con mayores niveles de bienestar psicológico tanto a nivel general como en las dimensiones de auto aceptación, relaciones positivas con otros, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal. Así mismo, la expresión emocional aporta al bienestar psicológico general y a la dimensión de relaciones positivas con otros.

Como orientación para futuros estudios, creen importante explorar otras variables que podrían estar mediando o moderando la relación entre las estrategias de afrontamiento y el bienestar psicológico en jóvenes que atraviesan una ruptura de

pareja, entre las que se cuentan algunas variables personales como la autoestima y el optimismo, así como las distintas fuentes y tipos de apoyo social que puedan recibir, del mismo modo, consideran relevante replicar este estudio en adultos intermedios que enfrenten este mismo tipo de crisis, de modo de observar si existen o no diferencias en las estrategias empleadas.

Los autores, Eguiluz L., Calvo R., De la Orta D. (2012). Realizaron un estudio en la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), titulada “Relación entre la percepción marital, y sexual y la comunicación en la pareja.”, La muestra estuvo constituida por 30 parejas que colaboraron de manera voluntaria en la investigación. Todas ellas residentes del Estado de México. Las edades de los participantes fluctuaron desde los 19 a los 63 años de edad con una media de 35 años, de éstas parejas el 76% está legalmente casado y el 24% viven en unión libre, respecto al tiempo de unión, las parejas participantes refirieron tener de 5 a 37 años, con un promedio de 14 años de vida conyugal. Utilizaron como instrumentos:

La escala de Satisfacción Marital, elaborada por Pick y Andrade (1988), diseñada específicamente para personas de origen hispano. Las autoras sobre la base de instrumentos anteriores y entrevistas abiertas, realizadas con hombres y mujeres casadas de nivel socioeconómico medio de la Ciudad de México, desarrollaron dos estudios con el objeto de elaborar una escala de satisfacción marital que fuera válida y confiable para parejas mexicanas.

Cuestionario para evaluar Satisfacción Sexual en la Pareja, Este cuestionario fue desarrollado por Szpirman (1989) empleando una población mexicana. El objetivo del instrumento es medir el grado de satisfacción que los miembros de la pareja obtienen en su relación sexual.

Cuestionario de Comunicación Marital, Fue elaborado y validado por Estrella (1991), en una muestra de parejas de la Ciudad de México. Para ello llevó a cabo dos estudios pilotos a fin de identificar las áreas de comunicación más importantes y redactar los reactivos; además de un estudio final para analizar y verificar la validez de constructo y su consistencia interna. Este cuestionario mide el contenido de

comunicación marital, entendiéndose por ello, la manera como un cónyuge le comunica a su pareja diferentes temas.

Las conclusiones de la investigación indican que existe una correlación significativa entre la satisfacción marital y la sexual mostrando que una alta calidad en la vida sexual de las parejas contribuye a que la pareja perciba como satisfactoria su relación, tal como señalan Sager (1997), Master y Johnson (1974) y Cortés, et al. (1996), quienes asocian la plenitud sexual como un elemento fundamental para el buen funcionamiento de la pareja. Además, consideran necesario incrementar la muestra para futuras investigaciones, lo que puede favorecer la distribución normal, así como la validez de los hallazgos.

Prada A. (2012). Realiza un trabajo de investigación en la Pontificia Universidad Javeriana de Bogotá Colombia, para obtener el título de licenciada en Psicología, titulado "Violencia hacia las mujeres en la relación de pareja: una comprensión de como a través del proceso de dignificación de la mujer es posible salir de las dinámicas interaccionales violentas", emplea el tipo de investigación intervención. Las participantes fueron 3 mujeres que habían estado inmersas en situaciones de maltrato psicológico y o físico por parte de su pareja y que contaban con la disposición para iniciar un proceso psicoterapéutico.

La información fue recogida a través de los procesos terapéuticos individuales llevados a cabo con las mujeres, por un periodo aproximadamente de 6-8 meses. Las sesiones terapéuticas fueron grabadas en audio y posteriormente transcritas.

Llego a la conclusión que, sí es posible romper la pauta interaccional violenta, con el fin de establecer formas relacionales más respetuosas y significativas. Adicionalmente recomienda realizar una investigación que dé cuenta detallada de la manera como la terapeuta es un personaje participe dentro del proceso de dignificación de las mujeres, dado que en esta investigación el foco estuvo puesto en las mujeres, y en los procesos realizados por estas, y aunque se incluyó la relación

terapéutica como un elemento facilitador y movilizador se cuenta con el material que puede ser analizado en una futura investigación en la cual la relación terapéutica sea el centro de la investigación, ya que de allí se pueden desprender modelos de intervención individual, que invitan a comprender que la transformación de las narrativas, ocurren en un contexto relacional como es la terapia y que las particularidades del terapeuta en la forma de hablar, de hacer preguntas, de tratar a sus consultantes y demás elementos que caracterizan la relación terapéutica influyen de alguna manera en las reflexiones y actuaciones de las consultantes.

López A. (2012), Realiza un trabajo de investigación en la Universidad Autónoma de León en México para obtener el grado de maestría en ciencias, titulada "Estructura Cognitiva que subyace al perdón de Transgresiones específicas en relación de parejas". El estudio lo llevo a cabo a través de la aplicación de una escala Likert para la determinación de la estructura factorial que subyace los juicios del perdón en jóvenes universitarios con la participación de 315 estudiantes de pregrado en la carrera de psicología, cuyo rango de edad oscila entre 18 y 36 años de edad ($M= 20.59$, $SD=2.1$). El 80% eran del sexo femenino y el 20% masculino. Posterior al análisis de los datos se obtuvo más información acerca de la muestra. Utilizo como instrumento de medida la adaptación al español del Transgression-Related Interpersonal Motivations Inventory (TRIM-12) (McCullough et al., 1998), realizada por Guzmán (2010) con el fin de evaluar el comportamiento de la escala.

Llegando a los hallazgos que nos permite conocer como las personas reaccionan a situaciones de conflicto en las relaciones de pareja. Nos brinda información del tipo de estrategia que las personas utilizan cuando son ofendidas por su pareja, en este caso, la evitación parece ser la estrategia más utilizada. Esto quizás porque las 75 personas tienen la concepción de que la venganza es algo sumamente negativo y esto puede poner en riesgo la integridad de cada uno de los miembros de la pareja, así como de la relación. A si mismo indica que son necesarios estudios posteriores en el área del perdón, en los cuales se tomen en cuenta no solo las dimensiones negativas que involucra este fenómeno, sino además incluir una

dimensión positiva, ya que no se puede inferir que existe el perdón mediante la disminución de las dimensiones negativas. Además, sería interesante explorar que factores participan en la facilitación del perdón en transgresiones específicas en la relación de pareja, como, por ejemplo, la violencia o la infidelidad.

2.2. Bases teóricas de la investigación:

2.2.1. La terapia del perdón-concepto

Los autores Enright y Coyle (1998), consideran que:

La Terapia del Perdón es una herramienta útil en situaciones de conflictos emocionales interpersonales que generan una serie de malestares tanto psicológicas, fisiológicas y sociales en las personas según ellos el hecho de Perdonar es un proceso complejo que generalmente se extiende durante un tiempo considerable, e incluye cambios intrapsíquicos e interpersonales muy variados y sustanciales en las personas que lo experimentan.(p.84)

Karremans & Worthington (2003), consideran que el perdón predice y restaura las relaciones y el comportamiento, y que además de la empatía, hay otros factores relacionales importantes (i.e., la cercanía, el compromiso y la confianza en las relaciones) que han sido unidos al perdón, a esto fueron relacionados la *comunicación* y la *resolución de conflictos* y demostraron, que el perdón está positivamente correlacionado con la *comunicación constructiva en la relación*, y negativamente correlacionado con la *agresión psicológica*. (...) desde nuestra opinión la comunicación constructiva y asertiva juega un papel relevante junto al perdón en la restauración de la relación de pareja que evitara malos entendidos y posibles agresiones.(pp. 343-353)

Según los autores López, et, al, (2008). En la revista "Los efectos psicoterapéuticos de estimular la connotación positiva en el incremento del perdón" han observado que algunos investigadores han vinculado la capacidad de perdonar con la salud psíquica y el bienestar psicológico y cuando el proceso de perdonar falla por diversas razones, emergerían síntomas de naturaleza psicológica como ansiedad, depresión e ideación paranoide, que dejar a un lado las quejas y los agravios, daría lugar a que los sentimientos negativos se vayan, logrando de esta manera un mayor bienestar emocional. Es por esto que en los últimos años el constructo relacionado con el perdón ha sido objeto de investigación, al integrar el conjunto de capacidades y disposiciones que analiza la llamada *psicología positiva*. Esta corriente tiende a enfatizar el aumento del bienestar y el incremento de la activación de emocionalidad positiva y su incidencia en la calidad de vida, según los teóricos. (...) pensamos que en los estudios realizados con anterioridad que con el simple hecho decidir perdonar al agresor la ofensa o transgresiones pueden evitar malestares fisiológicos y psicológicos que se generan a corto y largo plazo. (pp. 211-226)

Los teóricos López, et, al. (2008). dicen que aquellas personas a las que más se ama generalmente son a las que más probabilidades de herir se tienen. Cuando una agresión interpersonal ocurre en una relación cercana, surgen fuertes sentimientos negativos y emerge el potencial que puede conducir al trastorno de la relación. (...) Desde nuestro punto de vista, el perdón es muy importante para la restauración y la prevalencia de la relación de pareja; empezando con uno mismo, los errores propios cometidos hacen que reflexionemos sobre nuestras falencias y por ende somos personas sujetas a fallar por lo tanto no sería justo juzgar al agresor y condenarlo, sino entender la situación que genero el conflicto y entre ambos llegar a una solución de acuerdo. (pp. 179-199)

Los teóricos Coyle & Enright (1997) en su obra "*El golpeador: Un perfil psicológico*" encontraron cambios en el afecto interpersonal, la cognición y el comportamiento de las víctimas hacia sus perpetradores luego de participar en una intervención tendiente a facilitar el perdón. (...) Consideramos que los programas de

intervención basadas en el perdón, son unas herramientas útiles en estas situaciones de conflictos interpersonales que ayuda a generar cambios perceptuales y emocionales del antes y después de la psicoterapia de terapia.

Otros trabajos plantean un lado no tan benévolo en cuanto a la capacidad de perdonarse a uno mismo que dicha capacidad estaba correlacionada positivamente con cualidades antisociales como el narcisismo y la agresión, y negativamente con cualidades pro sociales como la empatía, la simpatía y el autocontrol. Los autores (Zechmeister & Romero 2002, p.90) en la obra " Violencia y abusos sexuales en la familia" encontraron que los ofensores que pedían ser perdonados tenían mayores probabilidades de inculpar a sus víctimas y de describir las reacciones de estas como exageradas, además de presentar una mayor tendencia a justificar sus acciones injustas. (...) entendemos según estos estudios que las que personas que tienen una les cuesta perdonarse a sí mismas juzgan y condenan con mayor facilidad a los demás, que además los agresores que reciben perdón tienen mayor facilidad también a perdonar.

En una investigación reciente de Fincham et al., (2006). Encontraron que el reconocimiento de las maldades que se cometen y aceptar la responsabilidad de ello puede ser una experiencia humillante para el agresor. Ser humillado, pensar en el dolor, puede hacer que las personas estén más dispuestas a arrepentirse sinceramente por sus acciones. A la fecha, los estudios empíricos no han incluido la aceptación de la responsabilidad como un prerrequisito para perdonarse a sí mismo, aumentando así la posibilidad de confundir entre el perdón a uno mismo y las justificaciones de sus ofensas. (...) en nuestra opinión cuando el agresor no reconoce sus acciones malas tampoco estará arrepentido de nada por lo tanto no tiene nada de que perdonarse ni pedir perdón según ellos. (p. 415-422)

2.2.2. Naturaleza de las transgresiones o infracciones.

López A. (2012) en su tesis sobre "la estructura cognitiva que subyace al perdón en transgresiones específicas en la relación de pareja" dice que existe en los seres

humanos una tendencia innata a responder de manera recíproca a las transgresiones o conductas que viola el derecho de otra persona en forma agresiva y adrede negativamente, ya sea por el insulto de una amistad, el rechazo o abandono de una pareja romántica, o bien, el ataque de algún enemigo, esta naturaleza motiva a las personas a evitar al ofensor o buscar venganza en contra de este.(p.62) en nuestra opinión la reacción de rechazo o evitación después de sufrir una agresión de parte de otra persona es normal pero también se pueden generar sentimientos positivos como la compasión.

Feeney. (2004). Aunque estas reacciones (evitación y venganza) suelen ser destructivas, son bastante típicas en el contexto de ser ofendidos. Sin embargo, de estas dos motivaciones, la venganza resulta especialmente poderosa y hasta cierto punto satisfactoria; aunque esta satisfacción temporal suele ser contrarrestada por su tendencia a largo plazo de crear angustia y sentimiento de culpa, Precisamente, la venganza, ha sido definida como “la intención de causar sufrimiento a aquellos que nos han hecho daño, por el solo hecho de habernos hecho sufrir” (...) según los autores el sentimiento de venganza hacia el agresor genera satisfacción en la persona dañada, pero a largo produce angustia y sentimiento de culpa. Tal como pudimos ver en los antecedentes de una paciente quien participo en el programa basada en la terapia del perdón. (p. 862).

Los teóricos Fincham et al., (2009). Dicen que con la finalidad de evitar ciclos interminables de venganza y “contra venganza”, las personas han buscado la manera de sobreponerse al conflicto social y a la agresión de formas más positivas. La pacificación no solo se trata de la ausencia de agresión, sino que es un proceso activo. Los humanos y otras especies sociales suelen trabajar activamente para restablecer relaciones positivas con los individuos de sus entornos sociales después de la agresión y el conflicto.(pp, 415-422) Dicen que las herramientas que nos permite eso es el perdón, debido a evidencia que sugiere que la capacidad de perdonar puede surgir por medio de la elección natural, diversos autores han propuesto que la capacidad de perdonar es tan intrínseca a la naturaleza humana

como la propensión a la venganza. (...) Para estos autores el perdón es una herramienta útil para de sobreponerse al conflicto social y a la agresión de formas más positivas y así terminar con ciclos de odio, interminables de venganza.

López et al., (2008) definen el perdón como “un esfuerzo por restaurar el amor y la confianza en las relaciones” (pp. 43). El perdón repara el corazón herido de la mujer maltratada y da la posibilidad a un nuevo inicio en la relación de pareja. (...) En nuestra opinión estos autores dicen que el perdón es una forma de intervención en los conflictos emocionales en el vínculo afecto de la pareja que está pasando por situaciones de celos, inseguridad, falta comunicación todos estos factores que se genere comportamientos agresivos violentos que rompe la confianza en la pareja y sobre todo repara el corazón herido de la mujer que ha sido dañada.

2.2.3. *El perdón en psicología*

Los autores McCullough, et al. (1997) desde una perspectiva de la psicología social, definen el perdón como un conjunto de cambios motivacionales en donde existe: a) una disminución en la motivación de vengarse o tomar represalias en contra de la persona ofensora; b) una disminución en la motivación de mantenerse apartado del ofensor; y c) un incremento en la motivación de conciliación y buena voluntad hacia el ofensor, a pesar de las acciones hirientes del ofensor. Aquí vemos que la empatía juega un papel importante, ya que es considerado un componente pro-social clave para facilitar el perdón. (p. 321-322).

Basándose en la idea de la reciprocidad de los vínculos, los autores señalan que, ante una ofensa, las personas tienden a distanciarse de quien las agravió y a experimentar sentimientos de dolor y rabia que se traducen en pensamientos de venganza, tales reacciones serían parte de una respuesta básica y natural de los seres humanos que impide seguir siendo dañados y permite controlar la agresión, protegiendo de esta manera al sí mismo. (McCullough, et, al, 2009) Sostienen que cuando una persona perdona a otra, regula dichas motivaciones, experimentando un

descenso en su tendencia a alejarse y tomar revancha del ofensor. (p. 75). Estos aspectos, evitación y venganza, constituyen lo que más recientemente se ha conceptualizado como la dimensión negativa del perdón (Fincham, et al., 2009). Pensamos que, cuando una persona perdona al ofensor de cierta manera se genera en el que perdona sentimientos de seguridad de tranquilidad y experimenta un deseo de cercanía hacia quien antes le causaba dolor y rabia.(p. 52)

La discusión acerca del potencial benéfico del perdón como estrategia para enfrentar invariablemente las transgresiones es un tema aún sujeto a debate por algunos autores; (Coyle & Enright, 1997 p. 38) lo cual es especialmente atinente cuando se le confunde con otros conceptos relacionados, tales como el olvido: perdonar no implica eliminar de la conciencia el hecho ocurrido; la reconciliación: perdonar no implica necesariamente el restablecimiento de la relación; o la justificación de la ofensa: perdonar no implica aceptar las razones por las que el otro actuó de manera hiriente (para una revisión sobre los aspectos de consenso y disenso en la conceptualización del perdón)

Guzmán, (2010) en su libro "La violencia contra las mujeres en la pareja" el hecho de perdonar no significa que el ofensor tenga razón en haber agredido a la víctima por una u otra causa nada justifica la violencia, en el caso del perdón es una forma de liberarse de la carga del dolor, de la rabia, del resentimiento y soltar ese peso y ser libre, sea que se restaure la relación o no el perdón es necesario para ser libre de la carga emocional negativa en la víctima. (pp. 39-53)

Feeney (1995) de igual forma propone que: "el perdón es el acto de superar el resentimiento contra un ofensor, no negando este derecho, pero intentando tratar al ofensor con benevolencia, compasión, e incluso amor, reconociendo al mismo tiempo que este renunció a su derecho a todo eso". Los puntos importantes de esta definición son: a) que aquel que perdona ha sufrido y de ahí su resentimiento, b) que la persona ofendida tiene derecho moral al resentimiento, no obstante, lo supera, c) que una respuesta nueva a la ofensa se produce (una respuesta de compasión y amor), y d)

que esta respuesta positiva se produce a pesar del hecho de que la parte ofendida no tiene obligación de amar al ofensor” (p. 3). De acuerdo a esta definición, el perdón es esencialmente un regalo de una persona a otra. Habitualmente, un regalo es ofrecido con la finalidad de realzar la unión, armonía y el amor entre las personas. Lo mismo ocurre en el caso del perdón. (...). La persona ofendida renuncia a su derecho a la venganza y al resentimiento causado por un acto dañino. La víctima ofrece al ofensor el restablecimiento del estatus inicial de la relación, sin condicionar su ofrecimiento a través de alguna compensación por parte del ofensor.

2.2.4. El perdón en la relación de pareja

Anteriormente se mencionó que la literatura en el área del perdón es relativamente nueva. Se puede decir entonces que el estudio del perdón en las relaciones de pareja representa un tema reciente. De acuerdo a (Fincham et al., 2009), el primer artículo de perdón centrado específicamente en las relaciones de pareja fue publicado en el año 2000, lo cual es sorprendente ya que diversos estudios han demostrado que la capacidad de solicitar y conceder el perdón es uno de los factores más importantes que contribuyen a la satisfacción y longevidad marital a través de matrimonios que llevan más de 20 años de casados. (pp.415-422)

Feeney (2004). En su libro "Hurt feelings in couple relationships" demuestra la relevancia que cobra el perdón en las relaciones de pareja. Consideramos que perdonar las ofensas de la pareja, es vital en la relación, porque ayuda a mantener el amor la confianza, la estabilidad, la armonía, la seguridad en la relación conyugal.(pp. 487-508).

2.2.4.1. Las heridas en la relación de pareja

Los autores Leary et al., (1998), dicen que el ser herido por otros y a pesar de la ofensa, querer mantener una relación con esa persona representa un conflicto, con el cual es difícil luchar, en especial en las relaciones de pareja. °Las relaciones de pareja

representan la relación más cercana y significativa que tienen las personas, es por esto que resulta muy probable resultar herido por una pareja°. Lo anterior representa algo importante, ya que los sentimientos de dolor son mayores cuando el ofensor es una pareja romántica que cuando es un miembro de la familia, amigo o compañero de trabajo, un hecho que refleja la naturaleza emocional del amor romántico. Precisamente, un término utilizado para definir aquellas conductas que causan daño en una relación es el de transgresiones relacionales.(p.73) Las transgresiones relacionales ocurren cuando las personas violan las reglas implícitas o explícitas dentro de una relación. Desde el punto de vista de los autores las agresiones en la pareja son más dolorosas por una connotación más afectiva emocional, sentimental de confianza, por lo cual es más fácil sentirse ofendido.

Los autores Fincham et., al 2009). refieren que las transgresiones relacionales se presentan de diferentes formas y grados, desde ofensas pequeñas como un comentario sin pensar, hasta ofensas más serias tales como una infidelidad o abuso. Con la finalidad de establecer una categorización en relación a las transgresiones dentro de las relaciones de pareja, propusieron seis categorías de eventos dolorosos: disociación activa (definida como rechazo explícito, abandono); disociación pasiva (rechazo implícito, tal como ser ignorado); criticismo; traición; burla; y sentimiento de menosprecio. (p.243)

2.2.4.2. Variables relacionadas a la transgresión y el contexto

Se han estudiado ampliamente los elementos de una situación que hacen que el perdón parezca más fácil o más difícil. Dentro de las variables contextuales más estudiadas podemos encontrar: la presencia de disculpas por parte del ofensor, el grado de intencionalidad, la severidad o consecuencias derivadas de la transgresión y la proximidad social de la persona que ha cometido la ofensa. Asimismo, existen variables dentro de la relación que facilita el perdón.

La presencia de disculpas sinceras por parte de la persona que cometió la ofensa constituye un elemento de facilitación muy importante. La presencia de una disculpa explícita, como, por ejemplo, las palabras “lo siento” o “estaba equivocado” implica que el transgresor reconoce que ha hecho mal y que siente remordimiento por la ofensa. La presencia de disculpas amortigua el impacto negativo de una transgresión tanto para la víctima como para el ofensor refieren (Paleari et., al 2010), además de facilitar el perdón, mientras brinda la oportunidad de empatizar con el ofensor agrega. (pp. 207-226).

Según dicen los autores McCullough et al., (1997). Las disculpas compensan a las víctimas en el grado de dolor experimentado, facilitando el proceso de perdón y ofreciendo motivación para la reconciliación. Desde nuestra opinión, en esta variable de transgresión la actitud positiva de arrepentimiento por parte del agresor ayuda al sentimiento de benevolencia en la víctima de modo que facilita de cierto modo la reconciliación y el perdón. (p.84)

Según Feeney (1997), considera que el ofensor no necesariamente debe tener la intención de hacer daño, o ser consciente del daño que ha causado, sin embargo, su acción puede resultar muy nociva y por lo tanto, tiene el potencial de desencadenar resentimiento. (p.86). Es por eso que, para algunas personas, el perdonar es más fácil como un acto negativo resultante de un incidente fortuito o de una negligencia que un acto cuya intención era deliberadamente nociva la ofensa ya sea intencional o de forma inconsciente genera sentimientos negativos en la víctima. Por lo tanto, el agresor debe explicar las causas de su comportamiento agresivo a la víctima pues esto facilita los sentimientos de benevolencia en las emociones. (...) En el caso de una transgresión deliberada, esto quiere decir que una persona se ha propuesto ocasionar un daño de manera voluntaria. Dado que las consecuencias de tales intenciones pueden producir efectos devastadores para la víctima, es común que las víctimas reaccionen de una manera cautelosa y de auto protección.

Según los autores Maltby & Day (2004). Dicen que los actos intencionales tienen como consecuencia la formación de inferencias disposiciones acerca de los ofensores, es decir, los factores contextuales que pueden ayudar a facilitar el perdón son descartados y la víctima se centra exclusivamente en la intención del transgresor. Por lo tanto, después de una atribución de intento, el perdón es menos probable para las víctimas de una ofensa interpersonal debido a que los juicios disposiciones y las estrategias de autoprotección que a menudo acompañan a dichos eventos, no conducen al perdón.(...) En nuestra opinión el perdón se da cuando hay una buena actitud de arrepentimiento de parte del agresor, pero si no hay ninguna intención la víctima se alejará más aun para protegerse. .(p. 80)

Un último factor contextual importante es la proximidad social entre el autor del acto negativo y su víctima. Estamos más dispuestos a perdonar a un miembro de la familia que a alguien que apenas se conoce (Frances, 2006). Lo anterior nos lleva a pensar que existen características propias de la relación específica en que la ofensa se presenta que pueden facilitar el perdón. (...). Desde nuestro punto de vista, entre las variables relacionadas a la transgresión y el contexto más facilitador del perdón es actitud que el agresor tenga con respecto a sus malas acciones, que reconozca su falta y se arrepienta.(pp. 77–94)

2.2.4.3. Factores asociados al perdón

Tres son las variables más investigadas dentro de los factores de la relación asociados al perdón: cercanía, satisfacción y compromiso. Se ha visto que el perdón es más probable que ocurra cuando hay un alto grado de cercanía con la pareja según los teóricos: (McCullough & Fincham, 2006 p. 56). En nuestra opinión entre las variables relacionadas al perdón (cercanía, satisfacción y compromiso) el compromiso juega un papel relevante en el deseo de reconciliación pues el compromiso es un pacto hecho entre los dos de estar juntos en las buenas y malas, formar una familia basadas en el amor el respeto.

2.2.4.4. Perdón, Salud y Bienestar

Ciertos estudios han mostrado también una relación con las tendencias psicopatológicas y con diversos desordenes. Kendler, (2006). Dice que el resentimiento puede también asociarse a valores elevados de algunos parámetros fisiológicos. Diversas técnicas han sido utilizadas para observar las implicaciones que el resentimiento tiene sobre la fisiología y la salud, entre ellas técnicas de la electromiografía (p. 114)

Observamos que estos estudios han demostrado que la inducción experimental de pensamientos rencorosos (recordar situaciones donde se fue víctima de una ofensa y donde aún no se ha perdonado a la persona que cometió la ofensa) produce, en comparación que cuando se es testigo, un incremento de la actividad eléctrica frontal, del nivel de conductancia de la piel, del ritmo cardíaco y de la presión sanguínea. (Worthington, et, al, 2007 p.78). Dicen que el resentimiento duradero puede también asociarse al dolor físico, y la aparición de numerosos síntomas ordinarios pero dolorosos (ej., males de cabeza, diarrea) y a la toma de medicamentos. En resumen, los pacientes capaces de perdonar sufren menos que los que son menos capaces.

Vemos que en la actualidad se han llevado una serie de estudios correlacionales encargados de estudiar la relación entre resentimiento y salud mental. Estos estudios han mostrado que existe una correlación positiva entre la ausencia o la dificultad para perdonar y la depresión y la ansiedad y que existe una correlación negativa entre las dificultades para perdonar y la satisfacción de vida y en general con un alto bienestar psicológico, según los autores (McCullough et al., (2014). El perdón tiende a ser positivamente relacionado con el bienestar psicológico, con la salud física, y con relaciones cercanas satisfactorias.(p.56) Además de esto, provee una alternativa para las respuestas psicológicas mal adaptativas tales como rumiación y supresión, las cuales afectan negativamente la salud física y mental. (...) según estudios realizados con anterioridad, pensamos que una persona que no puede o quiere

perdonar esta propensa a sufrir enfermedades tanto mentales como físicas y que a larga tendrá consecuencias graves.

2.2.4.5. El perdón y la resolución de conflictos

Creemos que los autores Maltby, y Day (2004). Quienes trabajan en el campo de las relaciones de las parejas han puesto de manifiesto frecuentemente la importancia que tiene en la vida cotidiana de una pareja la manera que tienen ambos cónyuges de abordar los conflictos y desavenencias. (p. 42) Puesto que la vida en común trae consigo desencuentros, dificultades y en ocasiones los miembros de las parejas desarrollan comportamientos que son vividos por el otro como ofensivos o hirientes, sería de esperar que las dinámicas de perdón tuviesen un papel relevante en la construcción de la convivencia.

El resentimiento generado por un comportamiento hiriente de la pareja, junto con una tendencia hacia la inclemencia y la inflexibilidad, con gran probabilidad fomentará el conflicto entre los cónyuges y dificultarán la puesta en marcha de estrategias eficaces de resolución de problemas. En este contexto el perdón puede facilitar que las parejas salgan de dinámicas basadas en la reciprocidad de negatividad son situaciones que observamos algunos casos presentados como muestra de la presente investigación.

2.3. Violencia Conyugal o Violencia en la Pareja

2.3.1. La violencia en la pareja

Para efectos de este trabajo el foco de interés está en los efectos de la terapia del perdón en casos de violencia familiar, que ocurre en las relaciones de pareja heterosexuales de hombre a mujer. Con ánimo de dar respuesta y entender la violencia de género en la pareja, se han consultado diferentes perspectivas teóricas. De las cuales hemos elegido el de enfoque ecológico del teórico Bronfenbrenner

(1997). A continuación, se presenta concepto de la violencia familiar o de pareja, clasificación de la violencia, efectos en la pareja y en la familia, datos estadísticos oficiales sobre violencia familiar y sexual en el Perú, el modelo ecológico.

2.3.2. Concepto de violencia en la pareja

Bronfenbrenner, U. (1987). En su obra °La ecología del desarrollo humano° Dice que una de las formas que adopta la violencia de género es la que tiene lugar en el ámbito doméstico, entendiendo por éste no sólo el espacio físico de la casa u hogar, sino también, el delimitado por las interacciones en contextos privados. Así es que quedan incluidos las relaciones de noviazgo, las de pareja, convivientes o no y los vínculos de ex parejas. El objetivo de la violencia doméstica es ejercer el control y la dominación sobre la mujer para aumentar o conservar el poder del varón en la relación. Las causas hay que buscarlas en las bases de una sociedad sexista que promueve la desigualdad en las relaciones entre varones y mujeres, permitiendo el ejercicio del poder, el control y la violencia. Desigualdades y violencias avaladas por la sociedad en general y las instituciones en particular, con sus prácticas, sus normas y sus leyes que la naturalizan y le dan legitimidad. Pensamos que es la misma sociedad la que forma hombres machistas con los modelos de desigualdad entre hombres y mujeres dejando de lado el rol que le corresponde a cada uno dentro de la familia.(pp.231-253)

La Violencia de Género es definida como todo acto de violencia ejercido contra la mujer, por parte de una persona con la que mantiene o ha mantenido una relación amorosa, que tiene como resultado un daño físico, sexual o psíquico, incluidas las amenazas, la coacción o la privación de libertad, ya sea que ocurra en el ámbito público o privado.

Podemos definir la conducta violenta como “el uso de la fuerza para la resolución de los conflictos interpersonales” dado que constituye la búsqueda de eliminar los obstáculos que se oponen al propio ejercicio del poder, mediante el uso de la fuerza. Esta fuerza puede ser física, psicológica, económica, política o sexual.

Implica siempre un desequilibrio del empleo del poder que ubica posiciones arriba – abajo simbólicas o reales y que adoptan habitualmente la forma de roles complementarios: padre-hijo, hombre-mujer, joven-viejo. Esta desigualdad puede estar definida por el contexto o por la cultura o por maniobras interpersonales de control de la relación. El desequilibrio puede ser permanente o circunstancial. También se debe considerarse que siempre existe un objetivo para el maltrato y una direccionalidad. El objetivo es la dominación de la víctima para controlar la relación, en un intento de doblegar la voluntad de la persona. (Programa Nacional contra la Violencia Familiar y Sexual.2002)

2.3.3. Características de la Violencia Contra la Mujer

Este tipo de violencia tiene unas características propias que la diferencia de otros tipos de violencia:

- La violencia la ejerce un hombre con quien la mujer mantiene o ha mantenido un vínculo afectivo y amoroso, puede ser el padre de sus hijos e hijas y le une a o le ha unido una relación legal, económica, emocional y/o social.
- Este tipo de violencia se puede producir tanto dentro de una relación de pareja como fuera de ella (noviazgo, separación o divorcio).
- Los hombres que ejercen este tipo de violencia pueden tener una buena imagen pública, y ser incluso seductores y atractivos en los espacios y relaciones sociales, es en el ámbito privado y doméstico donde los hombres se sienten legitimados para ejercer la violencia.
- Los malos tratos se producen generalmente en el ámbito de la privacidad, dentro de la casa, por lo que a veces pasan desapercibidos para las personas que rodean a la mujer (familiares, compañeros y compañeras, amistades, vecinos y vecinas)
- La violencia que el hombre ejerce contra la mujer puede afectar a otros miembros de la familia, como a los hijos e hijas, personas mayores, familiares.

- Los malos tratos no son actos aislados, sino sucesión de hechos que se prolongan en el tiempo, cuyo objetivo es el de conseguir el control y dominio sobre la mujer, lo que va debilitando gradualmente sus defensas físicas y psicológicas, generando miedo y sentimiento de indefensión e impotencia.
- Las mujeres maltratadas sienten vergüenza de sufrir violencia, de no ser capaces de pararla ni de protegerse a sí mismas y a sus hijas e hijos. Se sienten culpables de haber elegido como pareja a un hombre violento o incluso por no haber podido cambiarle. Estos sentimientos impiden a las mujeres contar lo que les pasa, y les lleva a minimizar o negar la violencia.
- Las mujeres víctimas de malos tratos no son consideradas inocentes por un gran sector de la población, sino débiles, cómplices, consentidoras o responsables de la violencia que sufren.

2.3.3.1. Causas Psicológicas

Generalmente la principal causa psicológica de violencia contra la mujer es un trauma, producido por haber sufrido o presenciado actos de violencia en el hogar tanto en hombres como en mujeres. En las mujeres se crea un precedente de que este tipo de conductas es lo normal dentro de una relación. Mientras que en los hombres se ve como una representación de virilidad ante la sociedad el maltratar a su pareja.

2.3.3.2. Causas Económicas

Algunas de las causas económicas que fomentan la violencia contra la mujer son aquellas que se producen cuando la fémina desea trabajar, ya que se produce una serie de situaciones con su cónyuge: debido a que este no la deja trabajar, y si la fémina se opone y continua con trabajando el agresor hace todo lo posible por impedir que mantenga su empleo.

2.3.3.3. Causas Sociales

Determinadas actitudes y creencias existentes en nuestra sociedad hacia la violencia y hacia los diversos papeles y relaciones sociales en cuyo contexto se produce (hombre, mujer, hijo, autoridad, o personas que se perciben como diferentes o en situación de debilidad) ejercen una decisiva influencia en los comportamientos violentos. (Programa Nacional contra la Violencia Familiar y Sexual.2002)

2.3.4. Clasificación de violencia

2.3.4.1. Violencia física

Se denomina así a cualquier acción que cause daño físico de forma no accidental por parte de cualquier familiar o allegado (ver Ley 26260). Dicha acción puede darse bajo la forma de puntapiés o patadas, puñetazos, bofetadas, tirones de cabello, empujones, derribamientos; golpes con palos, leñas, maderas, bastones; ahorcamiento o intento de asfixia; latigazos, correazos, golpes con sogas, heridas con arma punzocortante o arma de fuego, golpes con otros objetos contundentes (piedras, fierros, botellas, herramientas); otras agresiones físicas con el cuerpo (arañazos, mordeduras, rodillazos, cabezazos, pisotones, etc.) y otros. (Programa Nacional contra la Violencia Familiar y Sexual.)

2.3.4.2. Violencia psicológica

Es la forma de violencia que más daño causa, por que inicialmente pasa desapercibida y cuando la víctima, se da cuenta en general es por que la situación ya está avanzada. Puede estar o no acompañada de agresión física en sus etapas posteriores, pero en general la violencia psicológica es la que primero se instaura, generando pues todos los sentimientos de minusvalía, donde la víctima se siente intimidada e invadida en su espacio vital e íntimo, confusa y deprimida sin saber por que.

Las acciones se pueden dar bajo la forma de gritos, insultos, indiferencia, rechazo, desvalorización y humillación; amenazas de daño o de dar muerte a la víctima, impedimento de estudiar y/o recibir visitas o salir; también romper o destruir las cosas del hogar o las cosas personales de la víctima, así como la vigilancia continua. Para el caso de niños, niñas, adolescentes, adultos mayores y personas con discapacidad, se consideran además como formas de violencia psicológica, el abandono y la expulsión de la casa. (...) en nuestra opinión, la violencia psicológica es el tipo de violencia más desbastador porque daña aspectos fundamentales de la personalidad, de la autoestima, en la violencia psicológica se debate la violencia privada o callada, que está dentro del acoso moral o psicológico de tres tipos, en lo que la clasificaremos: el dominio, la violencia indirecta y la separación. (Programa Nacional contra la Violencia Familiar y Sexual. 2002).

2.3.4.3. *Violencia sexual*

Se considera así a la acción que obliga a una persona a mantener contacto sexualizado, físico o verbal, a participar en otras interacciones sexuales mediante el uso de la fuerza, intimidación, coerción, chantaje, soborno, manipulación, amenaza o cualquier otro mecanismo que anule o limite la voluntad personal. Igualmente se considerará violencia sexual la obligación de realizar alguno de estos actos con terceras personas. (Programa Nacional contra la Violencia Familiar y Sexual. 2002)

2.3.5. Efectos y consecuencias de los malos tratos en la pareja

¿Por qué aguanta? ¿Por qué no se separa?

Esas son las preguntas que oímos continuamente cuando se habla de este tema. Es difícil de entender si no se tiene en cuenta el proceso que lleva a una mujer a adquirir el síndrome de la mujer maltratada. La conducta violenta, tanto en el terreno físico como en el psíquico va causando un deterioro psicológico en la mujer que desde el

punto de vista conductual se manifiesta en una auténtica sumisión a los deseos y órdenes del agresor. El agresor llega a tener un control y dominio de la mujer que hace que cada vez sea más inflexible, por lo cual la violencia continúa su ciclo de intensidad creciente, y la mujer llega a perder su propia identidad para convertirse en una posesión más. Y en la posesión peor tratada (ya quisieran muchas mujeres que sus parejas las cuidaran tan bien como cuidan a sus coches, por ejemplo). Y por supuesto tampoco ayuda a la víctima a decidirse a romper esta situación la falta de apoyo jurídico existente (tener que abandonar su hogar, tener que seguir manteniendo una relación con el maltratador si tiene hijos...)

Una de las mayores barreras que se han interpuesto en el avance de nuestro conocimiento sobre las consecuencias reales del trauma doméstico, ha sido la propensión tan extendida a culpar a la esposa maltratada de su propia desdicha. Tanto se ha repetido que ella misma ha llegado a creerlo.

Además de serios daños físicos, la violencia familiar causa en las víctimas trastornos emocionales que serán más profundos y duraderos cuanto más tiempo dure la relación:

- Baja autoestima.
- Interiorización del machismo, dependencia del varón y en general de todas las figuras de autoridad.
- Tienen depresión profunda: falta total de esperanza, se sienten sin fuerzas, respuestas emocionales muy limitadas, altos niveles de autocrítica y baja autoestima.
- Tienen miedo, estrés, conmoción psíquica aguda, ansiedad y desorientación.
- Incomunicación y aislamiento provocado por el continuo desamparo social.
- Tienen sentimientos de subordinación, dependencia y sometimiento.
- Sentido de culpabilidad. Ellas mismas se sienten culpables de la situación.
- Están desmotivadas y tienen una profunda ausencia de esperanza.
- Incertidumbre, dudas e indecisiones por bloqueo emocional.

- Falta total de esperanza.
- Impotencia/indecisión: Carecen de poder interior para superar los problemas.
- Se crea el “síndrome de la mujer maltratada”, que es parecido al síndrome de Estocolmo, donde uno se identifica con la figura de poder y de valor, en este caso el marido.
- Vivencia y transmisión de roles sexistas.
- Tienen poco o nulo margen en la toma de decisiones con lo que respecta a la vida de pareja y a la suya propia. Padecen a veces trastornos alimentarios severos como anorexia o bulimia.
- Trastornos del sueño.
- Irritabilidad y reacciones de indignación fuera de contexto.
- Frecuentes trastornos de alcoholismo y de ludopatía.
- Baja interiorización de valores sociales y democráticos.

2.3.5.1. Factores que mantienen enganchadas a las mujeres maltratadas

- El amor romántico como adicción y dependencia.
- La creencia mágica de que él cambiará.
- El miedo, tanto a cómo le hace sentirse como a lo que pueda hacer el maltratador si ella no se sigue mostrando sumisa.
- La convivencia: “Él es el bueno y yo soy la mala. Si me trata así es para mejorarme”.
- El Síndrome de Estocolmo (Se da principalmente en secuestros de larga duración, en los que la víctima llega a identificarse con el maltratador para intentar ganarse su simpatía y salvar así su vida).
- La dependencia económica y el aislamiento social.

El maltratador

La violencia es una elección y es siempre la elección de la persona que la realiza. El maltratador no es un enfermo, por lo que es siempre responsable de su conducta, ejerce la violencia porque quiere hacerlo y porque piensa que sus actos quedarán impunes. Les gusta la sensación de sentirse poderosos, el centro del mundo, al menos de su mundo privado. Las características consideradas masculinas, como la fortaleza, la autosuficiencia, la racionalidad y el control del entorno, son percibidas como superiores, en oposición a las femeninas e inferiores. A los maltratadores podemos encontrarlos en cualquier trabajo, clase social, nivel cultural o económico.

La agresión a la mujer pretende el control y su sumisión, con ella quieren llegar a convertir a la mujer en una cosa de su propiedad para así poder hacer y deshacer sin consideración alguna hacia ella, hasta llegar a anularla completamente. Para lograr el dominio absoluto, el maltratador utiliza estas estrategias:

- Estrategias de control psicológico: chantaje emocional, amenazas, alteración de la realidad, negación, pasar de ser “encantador” a los insultos, gritos, críticas sin ninguna razón. Culpar y utilizar a hija/o, manipular a los familiares y amigos/as.
- Estrategias de control económico. Quien provee el dinero es el que manda o tiene el control.
- Estrategias de control sexual.- pensamientos como (tu eres mi mujer, tú me perteneces)
- Estrategias de control social y físico. - quien es el más fuerte

Tomado del boletín 21: Mujeres para la salud 2002

2.3.6. Datos estadísticos oficiales sobre violencia familiar y sexual en el Perú ***Datos y cifras:***

- Las cifras recientes de la prevalencia mundial indican que alrededor de una de cada tres (35%) mujeres en el mundo han sufrido violencia física y/o sexual de pareja o violencia sexual por terceros en algún momento de su vida.
- La mayoría de estos casos son violencia infligida por la pareja. En todo el mundo, casi un tercio (30%) de las mujeres que han tenido una relación de pareja refieren haber sufrido alguna forma de violencia física y/o sexual por parte de su pareja.
- Un 38% de los asesinatos de mujeres que se producen en el mundo son cometidos por su pareja.
- Estas formas de violencia pueden afectar negativamente a la salud física, mental, sexual y reproductiva de las mujeres y aumentar la vulnerabilidad al VIH.
- Entre los factores asociados a un mayor riesgo de cometer actos violentos cabe citar un bajo nivel de instrucción, el maltrato infantil o haber estado expuesto a escenas de violencia en la familia, el uso nocivo del alcohol, actitudes de aceptación de la violencia y las desigualdades de género.
- Entre los factores asociados a un mayor de ser víctima de la pareja o de violencia sexual figuran un bajo nivel de instrucción, el hecho de haber estado expuesto a escenas de violencia entre los progenitores, el maltrato durante la infancia, actitudes de aceptación de la violencia y las desigualdades de género.
- En entornos de ingresos altos, hay datos que apuntan que los programas escolares de prevención de la violencia de pareja (o violencia en el noviazgo) entre los jóvenes pueden ser eficaces.
- En los entornos de ingresos bajos, aparecen como prometedoras las estrategias de prevención primaria, como la micro financiación unida a la formación en igualdad de género y las iniciativas comunitarias dirigidas contra la desigualdad de género o tendentes a mejorar la comunicación y las aptitudes para las relaciones interpersonales.
- Las situaciones de conflicto, posconflicto y desplazamiento pueden agravar la violencia, como la violencia por parte de la pareja, y dar lugar a formas adicionales de violencia contra las mujeres. OMS (2016)

La violencia contra la mujer es un problema de salud pública en nuestro país, el cual ha sido subestimado hasta la actualidad. Más de la mitad de las mujeres en el Perú han sido víctima de agresión física. La población en general, particularmente la población masculina, los líderes sociales y los hacedores de justicia y políticas de estado, debieran conocer las graves consecuencias de la violencia y sus efectos a corto y largo plazo en la salud de la mujer, en la salud.

Si existen mujeres víctimas, es porque existen varones agresores. Por lo tanto, urge iniciar un programa de promoción de la salud mental, de buen trato y de cultura de paz en la población general, desde el hogar y en la escuela, el cual nos permitiría prevenir actitudes y conductas violentas en los seres humanos del futuro, mejorando el estado mental de la mujer y su situación social. Con esta estrategia basada en la solidaridad, podemos asegurar no sólo la continuación de la vida y la perpetuación de la especie humana, sino también, establecer las condiciones reales para el desarrollo social.

2.3.7. Los principales estudios oficiales realizados en el tema son:

2.3.7.1. Según la encuesta Nacional Demográfica y de Salud Familiar (2015)

El 33% de mujeres que han estado unidas alguna vez, con rangos que fluctúan entre 15% y 52%, han sufrido alguna forma de violencia física por parte de sus parejas (8). La violencia basada en género representa la mitad de las muertes violentas de mujeres en el mundo. El feminicidio es la sexta causa de muerte de mujeres entre 15 y 49 años. Anualmente más de mil mujeres mueren por violencia de sus parejas y 3 millones sufren abuso físico de parte de sus maridos o novios. El 20% de niñas y más de 5% de niños sufren de abusos sexuales, casi siempre de familiares o conocidos. Una de cada cuatro mujeres adultas sufrirá un ataque sexual por parte de su pareja a lo largo

de su vida. A pesar de sus serias implicaciones y predominio elevado, la violencia sexual ha sido prácticamente ignorada. Estando incluida muy ocasionalmente dentro de los programas que proporcionan el cuidado médico sexual y reproductivo para las mujeres. La violencia sexual merece una atención mucho mayor por varios motivos: implica una violación seria de derechos humanos, tiene consecuencias severas para la salud mental y física de las víctimas y tiene una alta prevalencia.

Según el Ministerio de la Mujer, del total de denuncias recibidas este año por violencia contra la mujer, el 51% se dio por maltrato psicológico. Según vemos en el gráfico siguiente

Cuadro									
CASOS ATENDIDOS EN LOS CENTROS EMERGENCIA MUJER, SEGÚN TIPO DE VIOLENCIA Y AÑO									
Período: 2002-2015									
Años	Total	Tipo de Violencia							
		Psicológica	%	Física	%	Sexual	%	N.E.	%
2002	29,759	11,140	37%	15,048	51%	3,194	11%	377	1%
2003	28,053	11,904	42%	11,455	41%	2,254	8%	2,440	9%
2004	30,280		27,902		92%	2,378	8%	0	0%
2005	28,671		26,011		91%	2,656	9%	4	0%
2006	29,844	15,719	53%	11,021	37%	3,104	10%	0	0%
2007	33,212	17,220	52%	12,304	37%	3,688	11%	0	0%
2008	45,144	23,210	51%	16,555	37%	5,379	12%	0	0%
2009	40,882	21,782	53%	14,831	36%	4,269	10%	0	0%
2010	43,159	22,598	52%	16,225	38%	4,336	10%	0	0%
2011	41,084	20,776	51%	15,672	38%	4,636	11%	0	0%
2012	42,537	21,124	50%	16,191	38%	5,222	12%	0	0%
2013	49,138	24,549	50%	19,039	39%	5,550	11%	0	0%
2014	50,485	25,357	50%	19,401	38%	5,727	11%	0	0%
2015	58,429	28,499	49%	23,615	40%	6,315	11%	0	0%

Fuente: MIMP Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables (2015)

2.3.8. Teoría que explica la violencia de genero

2.3.8.1. Modelo Ecológico

Diferentes organismos internacionales, como la Organización Mundial de la Salud OMS el Fondo de Desarrollo de las Naciones Unidas para la Mujer (UNIFEM, 2003) y la Asociación de Psicología Americana (APA, 2002), recomiendan el uso del modelo ecológico para explicar la violencia de género en la pareja e identificar factores de protección contra dicho problema. Heise (1998) explica que esta perspectiva teórica fue inicialmente propuesta para organizar los resultados de estudios sobre abuso infantil y posteriormente utilizada para el tema de maltrato en la pareja. Así, esta autora sugiere la adopción de la estructura ecológica como herramienta útil para compilar una gran cantidad de investigaciones existentes y entender la violencia de género en la pareja de manera integradora.

Bronfenbrenner (1977) precursor de este enfoque, considera que la comprensión del desarrollo humano exige ir más allá de la observación de la conducta e implica examinar los sistemas de interacción y las características del entorno donde tiene lugar el comportamiento; expone que son diversas las causas que dan origen a la violencia de género en la pareja y recomienda una mirada que contemple la interacción de factores culturales, sociales y psicológicos; para ello propone que se visualice esa interrelación de factores a partir de círculos concéntricos, los cuales denomina nivel individual, microsistema, exosistema y macrosistema.

a. Nivel individual

Ellsberg y Heise (2007). destacan los siguientes factores de la historia del desarrollo del individuo: la rigidez de los roles de género en la familia, la influencia del género en la historia de la persona, el uso de la violencia para resolver los problemas, la presencia de violencia en la familia, el maltrato infantil y el desarrollo del apego. Según

esos autores, dichas experiencias constituyen un factor de riesgo que no eximen ni desculpabilizan al agresor, pero que no son su causa única.

En relación con la exposición a la violencia en la familia de origen, Heise (1998) aclara que no es un requisito para futura violencia, pues todavía no está claro el mecanismo de esta relación entre experimentar y/o testimoniar violencia en la infancia y sufrir violencia en la vida adulta. A modo ilustrativo, Grauerholz (2000) explica que no todas las víctimas de abuso sexual en la infancia sufren violencia en la vida adulta, pero defiende que esos factores individuales modulan la relación con potenciales abusadores y pueden tener impacto en las probabilidades de que la persona sea Re victimizada. Con ello, esta autora quiere decir que las víctimas de abuso sexual con autoestima baja pueden “buscar” relaciones abusivas en las cuales el perpetrador refuerce su autoimagen negativa.

b. Microsistema

El microsistema representa el contexto inmediato en el que tiene lugar la violencia y generalmente se refiere al entorno familiar Heise, (1998). Siguiendo a esta autora, la toma de decisión masculina es un indicador de maltrato en las sociedades que revelan índices de mayor violencia, pues los hombres maltratadores tienden a ejercer el control sobre el dinero y los movimientos de la mujer. En esta dirección, esta teórica explica que los conflictos conyugales giran en torno a la división del trabajo, los problemas de drogas y la mayor formación académica de la mujer.

Con respecto al consumo de sustancias psi-coactivas, subrayan que estas no causan la violencia de género, sino que potencian conductas violentas dado que la persona agresora utiliza los efectos del uso de las drogas para no responsabilizarse por sus conductas delictivas. Sobre esto, Heise (1998) aclara que a pesar de que los resultados de estudios sobre la asociación entre alcohol y violencia revelan que esta sustancia actúa como desinhibidora al aumentar la probabilidad de que se produzcan

actos agresivos, cabe recordar que hay hombres alcohólicos que no pegan a sus esposas y que no todos los que maltratan son alcohólicos.

Además, Fincham, (1994) & Hall, (2007) añaden que el alcoholismo puede ser un factor de riesgo que favorece la violencia cuando al combinarse con otros determinantes macro sistémicos y micro sistémico puede conllevar a actos violentos, pero eso no quiere decir que el abuso y/o dependencia de alcohol sea una causa. Dicho en otras palabras, (Prada & Andrea, 2012) explican que, aunque las drogas actúen como factor desinhibido, eso no significa que la violencia se extingue al tratar el abuso o dependencia de sustancias.

c. Exosistema

El exosistema comprende las estructuras formales e informales como la vecindad, el mundo del trabajo, las redes sociales, la iglesia o la escuela, que hacen perdurar el problema del maltrato a través de pautas culturales sexistas y autoritarias (Heise, 1980). También se incluyen en este contexto la ineffectividad de la ley y la falta de respuesta de las instituciones ante las situaciones de violencia de género en la pareja, así como el rol que los medios de comunicación ejercen al presentar los modelos violentos.

Además, Grauerholz (2000) aclara que el aislamiento producto de la experiencia de abuso sexual infantil reduce las posibilidades de que las víctimas accedan a recursos disponibles en la comunidad, con lo cual este factor ex sistémico no resulta en victimización en la vida adulta, pero modula los tipos de interacciones que la persona establece.

De Maris et al. (2003) ponen el acento en el tema de la actividad laboral, pues sostienen que la violencia suele aumentar cuando sólo una persona está empleada, mientras se reduce cuando los dos miembros de la pareja tienen empleo. Ellsberg y Heise (2007) se refieren a un estudio en Bangladesh donde la autonomía

económica femenina es factor de riesgo al maltrato en la pareja en un contexto conservador, mientras es factor de protección en un entorno menos conservador.

Benson et al. (2003) explican que la inestabilidad masculina laboral puede aumentar el riesgo de violencia de género en la pareja por el hecho de que el hombre perciba su sentido de masculinidad amenazado. Además, la naturaleza del trabajo a través de actividades que resulten más desgastantes puede provocar irritabilidad y agotamiento, lo cual constituye factores que contribuyen a la vulnerabilidad al maltrato.

Por otro lado, la ocupación femenina puede constituir una condición que aumenta el riesgo de vulnerabilidad a la violencia, pues sus ingresos no son interpretados como extras, sino como imprescindibles (Fox et al., 2002). Por otro lado, esos(as) teóricos(as) explican que el trabajo femenino puede convertirse en un factor de protección, pues reduce el aislamiento y las horas que la mujer se queda en casa.

De igual manera, el estudio de Flake (2005) revela que el status socioeconómico de la mujer puede ser tanto un factor de riesgo cuando de protección en relación a la violencia de género en la pareja en Perú. Por un lado, algunas mujeres que cursan educación postsecundaria y tardan en contraer matrimonio tienen menos probabilidades de sufrir violencia de género en la pareja, pues la educación afecta al acceso a la información y aumenta la independencia de la autoridad del esposo, mientras el matrimonio tardío no compromete el status social de la mujer que puede disfrutar de las oportunidades de educación formal al no centrar la vida en la maternidad. Por otro lado, las mujeres empleadas, con más formación académica que sus esposos y que participan en las decisiones en el hogar tienen más probabilidades de ser objeto de violencia, pues sus compañeros, al sentirse incapaces de mantener la dominación, recurren a la violencia para restablecer el control de la situación.

Macrosistema

Finalmente, el macrosistema representa los valores culturales y la ideología que permean la sociedad Brofenbrenner, (1977). Esas creencias culturales que fomentan

la violencia influyen en el microsistema y el exosistema Belski, (1980); Grauerholz, 2000). Algunas de ellas son las normas que legitiman el uso de la agresión en una sociedad y se transmiten por medio de los procesos de socialización como la masculinidad y la feminidad tradicionales, la distribución rígida de roles de género, el uso de la fuerza como método de resolución de conflictos o los mitos sobre la violencia que culpan a la víctima por el maltrato sufrido. (UNIFEM, 2003),

La desigualdad de género surge como consecuencia del sexismo predominante que posiciona a la mujer en un lugar secundario en la sociedad (Turinetti y Vicente, 2008). Según estos autores, dicha desigualdad no es algo externo a las personas, sino que se interioriza como elemento que constituye y estructura la personalidad.

Una vez explicadas las premisas del modelo ecológico, se comparte el planteamiento de Flake (2005), que señala que la ventaja de esta perspectiva teórica es el reconocimiento de la multiplicidad de causas del maltrato que operan en diferentes niveles de modo simultáneo, independiente o interactivo. Debido a la combinación de distintos factores, la Organización Mundial de la Salud establece que ningún factor de modo exclusivo explica por qué algunas personas tienen mayor riesgo de sufrir violencia, mientras otras están protegidas contra el riesgo.

En este caso, es en la familia, como institución matriz de la sociedad, la instancia en donde este fenómeno se está produciendo con mayor grado de dramatismo. La violencia de pareja es un fenómeno que no acepta un enfoque de simplicidad por el carácter de multiplicidad de relaciones, representaciones, y situaciones estructurales implicadas en su producción. En el sentido del abordaje de complejidad entonces, privilegiamos 3 tipos de encuadres teóricos: la teoría de las representaciones, la teoría de la ideología-alienación y el enfoque del poder, como categorías heurístico-explicativas.

CAPÍTULO III

METODOLOGIA DE LA INVESTIGACION

3.1. Tipo de Investigación

El presente estudio es de tipo cuasi-experimental, en razón, que podemos aproximarnos a los resultados de una investigación experimental en situaciones en las que no es posible el control y manipulación absolutos de las variables. La descripción de diseño cuasi-experimental propuesta por Hedrick et al. (1993) es la siguiente:

Los diseños cuasi-experimentales tienen el mismo propósito que los estudios experimentales: probar la existencia de una relación causal entre dos o más variables. Cuando la asignación aleatoria es imposible, los cuasi-experimentos (semejantes a los experimentos) permiten estimar los impactos del tratamiento o programa, dependiendo de si llega a establecer una base de comparación apropiada (p. 58).

3.2. Diseño de la Investigación

De acuerdo a la naturaleza del estudio de investigación, reúne las características de una investigación explicativa de diseño cuasi experimental. La muestra se elige no

aleatoriamente con un enfoque cuasi-experimental longitudinal, de un pre-test y post-test de un tratamiento psicoterapéutico, con diseño de grupo control no equivalente. Este diseño de investigación, denominado inicialmente por Campbell y Stanley (1963), es un formato donde se toman, de cada sujeto, registros o medidas antes y después de la aplicación del tratamiento. Debido precisamente a la ausencia de aleatorización en la asignación de las unidades, es posible que se den diferencias en las puntuaciones.

Se trabajó con una muestra conformada por 16 parejas de las cuales a 08 parejas se aplicará el programa terapéutico basado en la dinámica del perdón para establecer el efecto en esta población, y el grupo control constituido por 08 parejas.

Se tomó un pretest a ambos grupos, antes de la aplicación del programa terapéutico y un postest después a ambos grupos al terminar el programa. que consistió en aplicación del mismo test al grupo experimental y de control:

PRE-TEST	VI	POS -TEST
GE 01	X	O2
GC 03		04

Donde:

X = Variable Independiente

01,03 = Mediciones pre test

02,04 = Mediciones pos test

3.3. Población y Muestra de la investigación

3.3.1. Población. - La población comprende de 45 casos de parejas que sufren violencia presentados en el centro de emergencia mujer CEM del distrito de Miraflores en el periodo de tiempo comprendido desde noviembre del 2015 hasta junio del 2016

3.3.2. Muestra. - Para la selección de los sujetos de la investigación se empleó la fórmula de probabilidades para muestra finita, con el 95% de nivel de significación y un margen de error del 10%. La fórmula es la siguiente:

$$n = \frac{4 \cdot (N) \cdot p \cdot q}{E^2 (N-1) + 4 \cdot p \cdot q}$$

Donde:

4= constante

N= población

N= muestra

p. q= probabilidades de éxito y fracaso (p=50; q= 50)

E² = error al cuadrado

$$n = \frac{4 \cdot (45) \cdot 50 \cdot 50}{10^2 (45-1) + 4 \cdot 50 \cdot 50} = 31.25 = 32 \text{ casos}$$

La muestra quedo constituida por 16 parejas entre 19 a 59 años de edad en su mayoría comerciantes, amas de casa, y choferes entre otros en total 32 casos víctimas de violencia familiar, de los cuales 8 parejas (grupo control) y 8 (grupo experimental).

3.3.2.1. Criterios para la selección de la muestra. -

Para la selección de los sujetos de investigación se empleó el muestreo aleatorio simple, se asignaron números a las parejas y a través de un sorteo se eligieron 16 parejas.

Debido a la asistencia irregular de las parejas al CEM, se eligió intencionalmente 16 parejas que acudían con regularidad

Finalmente, la selección de los grupos tanto experimental como control se realizó a través de un muestreo aleatorio simple. Quedando conformados los grupos de la siguiente manera:

Grupo experimental = 8

Grupo control = 8

Total, de parejas = 16

Comprenden entre 19 a 59 años de edad y todas son víctimas de violencia.

3.4. Variables, Indicadores, Dimensiones de la investigación.

VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES
<i>Variable independiente:</i> <i>Programa basado en la Terapia del Perdón</i>	<i>-Evitación Motivaciones:</i> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Mantenerse alejada del agresor</i> • <i>Evitar acercarse al agresor</i> 	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Vivir ignorando a la persona agresora</i> • <i>Desconfianza del agresor</i> • <i>Separarse del agresor</i>
	<i>-Motivaciones de venganza:</i> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Deseos negativos hacia el agresor</i> • <i>Pensamientos negativos</i> 	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Deseos de dañar, herir al agresor</i> • <i>Actitudes agresivas hacia el agresor</i>
	<i>-Benevolencia Motivaciones:</i>	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Tener buena voluntad hacia el agresor</i>

	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Motivaciones y actitudes positivas hacia el agresor</i> • <i>Ponerse en el zapato del otro</i> 	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Empezar una nueva relación positiva con el agresor</i> • <i>Renunciar al dolor y resentimiento</i> • <i>Trabajar en restaurar la relación de pareja</i>
<p><i>Variable dependiente:</i></p> <p><i>Violencia en mujeres maltratadas</i></p>	<p><i>Violencia física (golpes, moretones, quemaduras, etc.)</i></p> <p><i>Violencia psicológica (insultos, amenazas, humillaciones etc.)</i></p> <p><i>Violencia sexual. (forzar a mantener relaciones sexuales)</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Sentimientos de amargura venganza, resentimiento</i> • <i>Baja autoestima</i> • <i>Conductas agresivas estar a la defensiva</i> • <i>Temor angustia inseguridad</i> • <i>Aislamiento</i>

Fuente: *Elaboración propia*

3.5. Técnicas, Instrumentos y Fuentes de Recolección de Datos

3.5.1. Técnicas:

Las principales técnicas que se utilizó en la investigación son:

3.5.1.1. Entrevista:

La entrevista tuvo como propósito obtener información relevante del psicólogo y de la asistente social del centro, acerca de situaciones específicas de casos de violencia familiar o de pareja sobre la prevalencia de edad, sexo, tipo de violencia situación socioeconómica de las personas en violencia.

Se coordinó las reuniones con los usuarios víctimas de violencia familiar informándoles acerca del programa experimental sobre la terapia del perdón y su

importancia como programa de intervención en casos de violencia familiar y de pareja. Para contar con su participación voluntaria.

3.5.1.2. Observación:

Se observó y registro de forma detallada la actitud verbal y no verbal en las mujeres y hombre antes y después de la aplicación del programa terapéutico, los cambios a nivel cognitivo, emotivo y conductual.

3.5.2. Instrumentos

Los principales instrumentos que se aplicaron son:

3.5.2.1. *Transgression-Related Interpersonal Motivations Inventory (TRIM-18; McCullough et al., 2006).*

Transgression-Related Interpersonal Motivations Inventory (TRIM-18; McCullough et al., 2006). Es un cuestionario de reporte que evalúa las reacciones de una persona ante transgresiones específicas (perdón episódico). Consta de 18 ítems divididas en tres escalas: la motivación a buscar venganza, compuesta por cinco ítems (e.g., "Hago que pague por lo que hizo"), la motivación a evitar al ofensor, compuesta por siete ítems (e.g., "Lo/a evito") y seis ítems correspondientes a la dimensión de benevolencia (e.g., "A pesar de que sus acciones me han herido, igual le deseo lo mejor").

Posee un formato de respuesta de tipo Likert de 5 puntos, que varía desde 1 (totalmente en desacuerdo) a 5 (totalmente de acuerdo), donde puntuaciones altas dan cuenta de mayor tendencia hacia la evitación, venganza y benevolencia, respectivamente.

El TRIM-18 posee buenos índices de consistencia interna, con un alfa de Cronbach superior a 0,85 en cada una de sus escalas (McCullough et al., 1998; McCullough, Fincham & Tsang, 2003; McCullough & Hoyt, 2002), y adecuados indicadores de validez, demostrada por su asociación con la medición del perdón mediante un ítem único ($p < 0,01$) y con variables de la relación, tales como la satisfacción, el compromiso y la cercanía ($p < 0,01$) (McCullough et al., 1998).

Evitación Motivaciones:

Sume los puntajes para los artículos 2, 5, 7, 10, 11, 15 y 18

Motivaciones de venganza:

Sume los puntajes para los artículos 1, 4, 9, 13 y 17

Benevolencia Motivaciones

Sume los puntajes para los artículos 3, 6, 8, 12, 14 y 16

Se realizó la traducción cruzada del instrumento, siguiendo los lineamientos propuestos por Coyle & Golant, (2005). En primera instancia, el TRIM-18 fue traducido al español por dos psicólogos bilingües de manera independiente, previa autorización del autor del instrumento. Posteriormente, se realizó la traducción cruzada por otros dos profesionales, un traductor y un psicólogo bilingüe, para asegurar que el significado de los ítems en español fuese equivalente al de los originales. Las dos traducciones previas fueron evaluadas según exactitud y discrepancia por estos últimos, quienes dieron recomendaciones respecto del instrumento. Dichas sugerencias fueron incorporadas en la versión en español del TRIM-18. Posteriormente, la escala fue examinada por seis jueces expertos de manera independiente, quienes la revisaron en función de su comprensibilidad y claridad. Los jueces fueron psicólogos con experiencia en temas relativos a las relaciones de pareja y/o la adaptación y validación de instrumentos. Se realizaron pequeños ajustes en algunos de los ítems de acuerdo a las sugerencias recibidas. Dado que el ítem 15 “Corto la relación con él/ella” no aplica con claridad a relaciones de pareja en curso, no se incluyó en los análisis, siguiendo las sugerencias sobre la

adaptación de instrumentos de Streiner y Norman (2008). De esta manera, se probó una versión con 17 de los 18 ítems originales.

Al responder a las preguntas de este cuestionario, se pidió a las personas que pensarán en una situación en la que se hubiesen sentido heridas u ofendidas por su pareja y que respondiesen de acuerdo a los pensamientos o sentimientos actuales hacia ella. Investigación fue evaluar la consistencia interna y validez de la versión en español del *Transgression-Related Interpersonal Motivations Inventory* (TRIM-18) para medir el perdón en el ámbito de las relaciones de pareja en contexto chileno. El TRIM-18 es un cuestionario de auto-reporte que evalúa la motivación hacia la evitación, la venganza y la benevolencia frente a una transgresión relacional. A fin de examinar las propiedades psicométricas de este instrumento.

3.5.2.2. Programa terapéutico basado en la terapia del perdón

Primero. - Se inicia el programa con la presentación de los distintos pasos de la realización del programa, con el material necesario: fotografías, videos motivadores, fichas de trabajo, test, cuestionario referente a las tareas.

Segundo. - Las sesiones consisten en la realización práctica de la tarea por parte de las parejas y monitoreo por parte del investigador. Las ayudas que se les preste a cada pareja fueron instruccionales y están en función de las necesidades de tipo conductual cognitivo, y programación neurolingüística PNL.

Después de cada instrucción practica se dieron actividades para realizar en casa. Nuestra intención fue ayudarlos a establecer los diferentes pasos que deben seguir en la realización de la terapia.

3.5.3. Momentos del programa:

3.5.3.1. Enseñanza recíproca. - Esta estrategia se orientó a desarrollar destreza conductual cognitiva, consiste en un proceso interactivo entre psicóloga y pareja para guiar la focalización de la atención, en el monitoreo de las conductas, en determinar metas y lograrlas con éxito y en resolver dificultades en proceso. Nos basamos en las técnicas de evaluación de las Habilidades Sociales (tomado de Caballo 1999) como son:

3.5.3.2. El modelado. Consiste en la exposición de la pareja a un modelo que muestre correctamente la conducta que está siendo el objetivo del entrenamiento, pueden presentarse en vivo, grabado o en video. La atención es necesaria para el aprendizaje, pues en el modelado se aprende vicariamente por medio de la observación, pues en el modelado se aprende vicariamente por medio de la observación, la escucha, el que va a actuar tiene que saber a qué conductas tiene que prestar atención y acordarse de ellas. El modelado tiene más influencia cuando el observador considera la conducta del modelo como deseable y cuando estas conductas tienen consecuencias positivas.

Es importante que la pareja no interprete la conducta modelada como la manera correcta de comportarse sino como una forma de abordar una situación particular.

3.5.3.3. Instrucciones.- Denominado también retroalimentación correctiva, intenta proporcionar al sujeto información explícita sobre la naturaleza y el grado de discrepancia entre su actuación y el criterio, por ejemplo “tu contacto ocular fue demasiado breve, aumentarlo”, también suele incluir información específica sobre lo que constituye una respuesta apropiada, ejemplo “quiero que practiquen el mirar directamente a la cara de la pareja cuando estás hablando con ella”, anotaciones que dirigen la atención del sujeto hacia sus necesidades. La información se puede presentar por medio de representaciones de papeles,

discusiones, material escrito, descripciones en la pizarra, grabaciones en video, etc.

3.5.3.4. El Role Play. - Se define como una observación de una serie de conductas interpersonales en una situación artificialmente estructurada o inducida en la que cada uno de los participantes desempeña un determinado rol asignado intencionalmente por la persona experta que va a observar o monitorear la situación. Se puede utilizar video o representar el rol por parte de la persona experta e induciendo a responder a la pareja y que manifieste que haría en dicha situación.

3.6. Procedimientos

Primero se les dio información a los participantes respecto a los objetivos del estudio y la naturaleza de la participación en el mismo. Se enfatizó el carácter voluntario y anónimo de su colaboración.

Se procedió a tomar en test de entrada ambos grupos experimental Posteriormente, se pidió a los participantes a pensar en una pareja con la que hubieran tenido una relación amorosa y se les pidió que proporcionaran por escrito una breve descripción de una experiencia importante para ellos(as), en la que se hubiesen sentido heridos por dicha pareja.

Los participantes respondieron el instrumento de perdón (ítem global de perdón y TRIM-18). Aquí los participantes leían cada uno de los ítems y posteriormente señalaban su respuesta en una escala de cinco puntos, en donde el primero correspondía a “Totalmente en desacuerdo” y el último punto a “Totalmente de acuerdo”.

Segundo se dio inicio al programa terapéutico basado en la terapia del perdón, se trabajó con las 8 parejas grupo experimental El programa consta de 6

sesiones realizadas en forma grupal (taller) cada terapia es de 45 min. Cada una aplicado 1 vez a la semana según el cronograma del programa durante 6 meses.

Finalmente se procedió a tomar la prueba de salida a ambos grupos experimental y de control después del programa psicoterapéutico basado en la terapia del perdón lo cual se trabajó con el grupo experimental

Para la presente investigación se utilizó la prueba T de student para determinar la homogeneidad de los grupos de control y experimental y la prueba de Levene para la igualdad de varianza, además de un análisis descriptivo de los datos obtenidos.

CAPÍTULO IV:

RESULTADOS

4.1. Resultados

En este capítulo se muestra los resultados finales del pretest y postes de ambos grupos de la presente investigación: tablas de frecuencias, tablas, estadísticas, gráficos análisis cualitativo, cuantitativo, y prueba de hipótesis de las variables

4.1.1. Tablas de frecuencia

A continuación, mostramos las tablas de frecuencia del pretest y posttest de ambos grupos. El grupo experimental y de control.

a. Pretest del grupo experimental y control

Tabla N° 1

Tabla de frecuencia del pretest del grupo experimental para medir Los “Efectos de la Terapia del Perdón en Parejas que sufren violencia familiar en el Centro de Emergencia Mujer (CEM) del Distrito de Miraflores en Arequipa 2015”

Ítems	1		2		3		4		5		TOTAL	
	Muy en desacuerdo		desacuerdo		neutral		De acuerdo		Muy de acuerdo			
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
1. Hago que pague por lo que me hizo	3	19	7	44	2	13	4	25	0	0	16	100
2. Mantengo entre nosotros la mayor distancia posible	0	0	5	31	6	38	5	31	0	0	16	100
3. A pesar que sus acciones me han herido, igual le deseo lo mejor	1	6	5	31	8	50	2	13	0	0	16	100
4. Deseo que le suceda algo malo.	2	13	9	55	2	13	3	19	0	0	16	100
5. Vivo como si él / ella no existiera, como si no estuviera cerca	1	6	5	31	5	31	5	31	0	0	16	100
6. He dejado de lado el rencor para que retomemos nuestra relación	2	13	7	43	6	38	1	6	0	0	16	100
7. No me fío en el/ ella.	0	0	5	31	5	31	6	38	0	0	16	100
8. A pesar de lo que me hizo, deseo que volvamos a tener una buena relación	1	6	5	31	8	50	2	13	0	0	16	100
9. Deseo que el / ella obtenga su merecido	0	0	9	56	4	24	3	19	0	0	16	100
10. Me cuesta ser cariñoso(a) con el/ella.	0	0	2	13	3	19	9	56	2	13	16	100
11. Lo (a) evito	1	6	2	13	4	25	9	56	0	0	16	100

12. <i>A pesar que me daño. He dejado el dolor de lado para retomar nuestra relación</i>	0	0	6	38	7	43	3	19	0	0	16	100
13. <i>Planeo vengarme.</i>	1	6	9	56	5	31	1	6	0	0	16	100
14. <i>He dejado atrás el dolor y el resentimiento.</i>	1	6	6	37	7	44	2	13	0	0	16	100
15. <i>Yo corte la relación</i>	0	0	4	25	3	19	7	44	2	13	16	100
16. <i>He dejado atrás la rabia para trabajar en intentar rehacer nuestra relación</i>	0	0	6	37	8	50	2	12	0	0	16	100
17. <i>Quiero verlo (a) sufrir y en estado de miseria.</i>	4	25	8	50	3	19	1	6	0	0	16	100
18. <i>Me alejo de el/ella</i>	1	6	7	44	5	31	3	19	0	0	16	100

Fuente: elaboración propia

Análisis cualitativo: en el cuadro N° 1 podemos apreciar que el 44% (7) se encuentra en desacuerdo que su pareja pague por lo que hizo, asimismo el 19% (3) está muy en desacuerdo, lo que muestra que no hay venganza.

El 38% (6) mantiene distancia con la pareja otro 31 % (5), está en desacuerdo con mantener distancia. El 55% (9), está en desacuerdo que le suceda algo malo a su pareja; 19 (3), está de acuerdo que le suceda algo malo a su pareja

El 31% (5) está en desacuerdo con vivir como si su pareja no existiera, otro 31% (5) es indiferente mientras que otro 31% (5) está de acuerdo en vivir como si su pareja no existiera.

El 43% (7) estaba en desacuerdo de dejar de lado el rencor para retomar la relación, otro 38% (6) es neutral, el 50% (8), se muestra neutral o indiferente para afirmar que a pesar de lo que me hizo, deseo que volvamos a tener una buena relación

El 56% (9), está en desacuerdo que su pareja obtenga su merecido.

El 56% (9) Está de acuerdo que le cuesta ser cariñoso con su pareja

Un 43% (7), es neutral en que A pesar que lo daño, ha dejado el dolor de lado para retomar nuestra relación

El 56% (9), está en desacuerdo vengarse y solo el 6% (1) desea vengarse,

El 43 (7) es neutra al pensar que a pesar de lo que me hizo, deseo que volvamos a tener una buena relación

El 56% (9), está en desacuerdo con la venganza

El 44% (7) Ha dejado atrás el dolor y el resentimiento, demuestra indiferencia

El 44% (7) corto la relación mientras que el 37% (4) está en desacuerdo en cortar con la relación y solo el 13 (2) está muy de acuerdo en cortar la relación

EL 50% (8) es neutral, indiferente para dejar atrás la rabia, trabajar e intentar rehacer la relación

El 50% (8) está en desacuerdo con verlo (a) sufrir y en estado de miseria. Solo un 6% (1) está de acuerdo

El 44% (7), está en desacuerdo con alejarse de la pareja, solo el 19% (3) se alejaría de la pareja.

En conclusión, los datos muestran tendencia a la neutralidad e indiferencia de las parejas que sufren violencia familiar en el Centro de Emergencia Mujer (CEM) del Distrito de Miraflores en Arequipa 2015” en el pretest del grupo experimental.

Tabla N° 2

Tabla de frecuencia del pretest del grupo control para medir Los “Efectos de la Terapia del Perdón en Parejas que sufren violencia familiar en el Centro de Emergencia Mujer (CEM) del Distrito de Miraflores en Arequipa 2015”

Ítems	1		2		3		4		5		TOTAL	
	Muy en desacuerdo		desacuerdo		neutral		De acuerdo		Muy de acuerdo			
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
1. Hago que pague por lo que me hizo	(1)	6	(5)	31	(4)	25	(6)	38	0	0	16	100
2. Mantengo entre nosotros la mayor distancia posible	0	0	(2)	13	6	38	8	50	0	0	16	100
3. A pesar que sus acciones me han herido, igual le deseo lo mejor	3	19	7	44	3	19	3	19	0	0	16	100
4. Deseo que le suceda algo malo.	0	0	5	31	7	44	3	19	1	6	16	100
5. Vivo como si él / ella no existiera, como si no estuviera cerca	1	6	4	25	6	38	5	31	0	0	16	100

6. He dejado de lado el rencor para que retomemos nuestra relación	0 0	7 44	6 38	1 6	0 0	16 100
7. No me fío en el/ella.	0 0	3 19	6 38	5 31	2 12	16 100
8. A pesar de lo que me hizo, deseo que volvamos a tener una buena relación	2 12	8 50	4 25	2 12	0 0	16 100
9. Deseo que el / ella obtenga su merecido	0 0	6 38	3 19	7 44	0 0	16 100
10. Me cuesta ser cariñoso(a) con el/ella.	0 0	2 12	3 19	6 38	3 19	16 100
11. Lo (a) evito	0 0	2 12	4 25	10 63	0 0	16 100
12. A pesar que me daño. He dejado el dolor de lado para retomar nuestra relación	0 0	6 38	7 44	3 19	0 0	16 100
13. Planeo vengarme.	1 6	7 44	7 44	1 6	0 0	16 100
14. He dejado atrás el dolor y el resentimiento.	1 6	5 31	8 44	2 12	0 0	16 100
15. Yo corte la relación	1 6	6 38	4 25	8 50	0 0	16 100
16. He dejado atrás la rabia para trabajar en intentar rehacer nuestra relación	0 0	6 38	8 50	2 12	0 0	16 100
17. Quiero verlo (a) sufrir y en estado de miseria.	1 6	10 63	2 12	3 19	0 0	16 100
18. Me alejo de el/ella	0 0	7 44	3 19	6 38	0 0	16 100

Fuente: elaboración propia

Análisis cualitativo: en el cuadro N° 3 podemos apreciar que el 38% (6) se encuentra de acuerdo en que su pareja pague por lo que hizo mientras que el 31%(5) está en desacuerdo y solo el 25%(4) no sabe no opina

El 50% (8) está de acuerdo en mantener distancia con la pareja mientras que el 13 % (5), está en desacuerdo con mantener distancia. y el 38% (6) se mantiene neutral

El 31% (5), está en desacuerdo que le suceda algo malo a su pareja; 19 (3), está de acuerdo que le suceda algo malo a su pareja un 44% (7) esta neutral

El 31% (5) está de acuerdo con vivir como si su pareja no existiera, el 38% (8) es indiferente mientras que otro 24% (4) no está de acuerdo en vivir como si su pareja no existiera.

El 44% (7) estaba en desacuerdo de dejar de lado el rencor para retomar la relación, otro 38% (6) es neutral, y solo 6% (1), está de acuerdo mientras que un 38% (6) se muestra neutral o indiferente para afirmar que a pesar de lo que me hizo, deseo que volvamos a tener una buena relación

El 44% (7), está de acuerdo que su pareja obtenga su merecido. Y el 38% (6) es en desacuerdo con la venganza

El 38% (9) Está de acuerdo que le cuesta ser cariñoso con su pareja

El 63% (10) está de acuerdo en evitar a su pareja

Un 38% (6), está en desacuerdo en dejar el dolor de lado para retomar nuestra relación y solo el 19% (3) está de acuerdo

El 44% (8), está en desacuerdo vengarse y solo el 6% (1) desea vengarse,

El 31 (5) está en desacuerdo en pensar que a pesar de lo que me hizo, deseo que volvamos a tener una buena relación el 44% (7) se mantiene neutral

El 44% (7), está en desacuerdo con la venganza

El 31% (5) 44% (7) Ha dejado atrás el dolor y el resentimiento, demuestra indiferencia

El 50% (8) corto la relación mientras que el 38% (6) está en desacuerdo en cortar con la relación

EL 50% (8) es neutral, indiferente para dejar atrás la rabia, trabajar e intentar rehacer la relación

El 63% (10) está en desacuerdo con verlo (a) sufrir y en estado de miseria. Solo un 6% (1) está de acuerdo

El 44% (7), está en desacuerdo con alejarse de la pareja, solo el 38% (6) se alejaría de la pareja.

En conclusión, los datos muestran tendencia a la neutralidad e indiferencia de las parejas que sufren violencia familiar en el Centro de Emergencia Mujer (CEM) del Distrito de Miraflores en Arequipa 2015” en el pretest del grupo experimental.

b. Postest del grupo experimental y grupo control

Tabla N° 3

Tabla de frecuencia del postest del grupo experimental para medir Los “Efectos de la Terapia del Perdón en Parejas que sufren violencia familiar en el Centro de Emergencia Mujer (CEM) del Distrito de Miraflores en Arequipa 2015”

Ítems	1		2		3		4		5		TOTAL	
	<i>Muy en desacuerdo</i>		<i>desacuerdo</i>		<i>neutral</i>		<i>De acuerdo</i>		<i>Muy de acuerdo</i>			
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
1. Hago que pague por lo que me hizo	2	13	13	81	1	6	0	0	0	0	16	100
2. Mantengo entre nosotros la mayor distancia posible	0	0	4	25	6	38	6	38	0	0	16	100
3. A pesar que sus acciones me han herido, igual le deseo lo mejor	0	0	7	44	4	25	5	31	0	0	16	100
4. Deseo que le suceda algo malo.	2	13	10	63	2	13	2	13	0	0	16	100
5. Vivo como si él / ella no existiera, como si no estuviera cerca	0	0	1	6	6	38	9	56	0	0	16	100
6. He dejado de lado el rencor para que retomemos nuestra relación	0	0	13	81	0	0	3	19	0	0	16	100
7. No me fío en el / ella.	0	0	10	63	6	19	0	0	0	0	16	100
8. A pesar de lo que me hizo, deseo que volvamos a tener una buena relación	0	0	8	50	6	38	2	13	0	0	16	100
9. Deseo que el / ella obtenga su merecido	0	0	15	94	1	6	3	19	0	0	16	100

10. Me cuesta ser cariñoso(a) con el/ella.	0	0	0	0	5	31	11	69	0	0	16	100
11. Lo (a) evito	13	81	3	19	4	25	9	56	0	0	16	100
12. A pesar que me daño. He dejado el dolor de lado para retomar nuestra relación	0	0	3	19	6	38	8	50	0	0	16	100
13. Planeo vengarme.	4	25	10	63	2	13	0	0	0	0	16	100
14. He dejado atrás el dolor y el resentimiento.	1	6	0	0	5	31	10	63	0	0	16	100
15. Yo corte la relación	3	19	8	50	5	31	0	0	2	13	16	100
16. He dejado atrás la rabia para trabajar en intentar rehacer nuestra relación	0	0	5	31	8	50	3	19	0	0	16	100
17. Quiero verlo (a) sufrir y en estado de miseria.	12	75	4	25	0	0	0	0	0	0	16	100
18. Me alejo de el/ella	1	6	7	44	5	31	3	19	0	0	16	100

Fuente: elaboración propia

Análisis cualitativo: en la tabla N°3 podemos apreciar que el 81% (13) se encuentra en desacuerdo que su pareja pague por lo que hizo, asimismo el 13% (2) está muy en desacuerdo, lo que muestra que no hay venganza.

El 38% (6) está de acuerdo en mantiene distancia con la pareja mientras que el otro 38 % (6), se mantiene neutral y solo el 25% (4), está en desacuerdo con mantenerse alejada de su agresor lo que muestra que aún hay temor a que vuelvan a agredirla, a pesar que ya hubo un primer paso al perdón.

El 44% (7) está en desacuerdo en a pesar de todo desear que le vaya bien agresor y un 31% (5), está de acuerdo que a pesar de todo le vaya bien a su agresor y solo y 25% (4) se mantiene neutral.

El 63% (10) está en desacuerdo con vivir como si su pareja no existiera, otro 13% (2) está de acuerdo mientras que otro 13% (2) está muy en desacuerdo en vivir como si su pareja no existiera.

El 81% (13) está en desacuerdo de dejar de lado el rencor para retomar la relación, otro 19% (6) está de acuerdo con dejar el rencor para retomar la relación. Lo que significa que aún queda resentimiento.

El 63% (10), no confía en pareja mientras que un 36%(6) se mantiene al margen

El 69% (11) Está de acuerdo que le cuesta ser cariñoso con su pareja,

El 50% (8), está de acuerdo que pesar que lo daño, ha dejado el dolor de lado para retomar nuestra relación, mientras 13%(2) no está de acuerdo. Esto muestra que si se puede perdonar cuando hay una buena actitud de la pareja

El 62% (10), está en desacuerdo en vengarse, el 25%(4) está muy en desacuerdo y solo el 13% (2) no sabe no opina lo que demuestra que el deseo de venganza no es saludable

El 63% (10) Ha dejado atrás el dolor y el resentimiento, el 31% (5)demuestra indiferencia y solo el 6%(1) no está de acuerdo en dejar atrás el dolor y el resentimiento

El 50% (8) no está de acuerdo en cortar la relación mientras que el 31% (5) está muy desacuerdo en cortar con la relación y solo el 19% (5) no sabe no opina

EL 50% (8) es neutral, indiferente para dejar atrás la rabia, trabajar e intentar rehacer la relación y mientras que el 19%(3) está de acuerdo y solo el 31%(5) no está de acuerdo

El 75% (12) está muy en desacuerdo con verlo (a) sufrir y en estado de miseria. un 25% (4) está en desacuerdo

El 44% (7), está en desacuerdo con alejarse de la pareja, el % (5) no sabe no opina y solo el 19%(3) está de acuerdo se alejaría de la pareja.

En conclusión, los datos muestran que aún se mantiene la evitación a la pareja por temor a ser agredida de nuevo y un buen porcentaje está de acuerdo en dejar atrás el dolor y el resentimiento y trabajar en su relación un buen porcentaje está en desacuerdo en vengarse, que no es nada saludable entre las parejas que sufren violencia familiar en el Centro de Emergencia Mujer (CEM) del Distrito de Miraflores en Arequipa 2015” en el pretest del grupo experimental.

Tabla N° 4

Tabla de frecuencia del postest del grupo control para medir Los “Efectos de la Terapia del Perdón en Parejas que sufren violencia familiar en el Centro de Emergencia Mujer (CEM) del Distrito de Miraflores en Arequipa 2015”

Ítems	1		2		3		4		5		TOTAL	
	Muy en desacuerdo		desacuerdo		neutral		De acuerdo		Muy de acuerdo			
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
1. Hago que pague por lo que me hizo	(2)	12	(5)	31	(4)	25	(5)	31	0	0	16	100
2. Mantengo entre nosotros la mayor distancia posible	0	0	(2)	13	5	31	9	56	0	0	16	100
3. A pesar que sus acciones me han herido, igual le deseo lo mejor	3	19	7	44	3	19	3	19	0	0	16	100
4. Deseo que le suceda algo malo.	4	25	4	25	7	44	1	6	1	6	16	100
5. Vivo como si él / ella no existiera, como si no estuviera cerca	1	6	4	31	6	38	5	31	0	0	16	100
6. He dejado de lado el rencor para que retomemos nuestra relación	0	0	7	44	6	38	1	6	0	0	16	100
7. No me fío en el/ ella.	0	0	3	19	6	38	5	31	2	12	16	100
8. A pesar de lo que me hizo, deseo que volvamos a tener una buena relación	2	12	8	50	4	25	2	12	0	0	16	100
9. Deseo que el / ella obtenga su merecido	0	0	6	38	3	19	7	44	0	0	16	100
10. Me cuesta ser cariñoso(a) con el/ella.	0	0	2	12	3	19	6	38	3	19	16	100
11. Lo (a) evito	0	0	2	12	4	25	10	63	0	0	16	100
12. A pesar que me daño. He dejado el dolor de lado para retomar nuestra relación	0	0	3	19	7	44	6	38	0	0	16	100
13. Planeo vengarme.	1	6	7	44	7	44	1	6	0	0	16	100

14. He dejado atrás el dolor y el resentimiento.	1	6	5	31	8	44	2	12	0	0	16	100
15. Yo corte la relación	1	6	6	38	4	25	8	50	0	0	16	100
16. He dejado atrás la rabia para trabajar en intentar rehacer nuestra relación	0	0	2	12	8	50	6	38	0	0	16	100
17. Quiero verlo (a) sufrir y en estado de miseria.	1	6	10	63	2	12	3	19	0	0	16	100
18. Me alejo de el/ella	0	0	8	50	3	19	5	31	0	0	16	100

Fuente: elaboración propia

Análisis cualitativo: en el cuadro N° 4 podemos apreciar que el 31% (5) se encuentra de acuerdo en que su pareja pague por lo que hizo mientras que el otro 31%(5) está en desacuerdo y solo el 25%(4) no sabe no opina

El 56% (9) está de acuerdo en mantener distancia con la pareja mientras que el 13 %(2), está en desacuerdo con mantener distancia. y el 31%(5) se mantiene neutral

El 31% (5), está en desacuerdo que le suceda algo malo a su pareja; 19 (3), está de acuerdo que le suceda algo malo a su pareja un 44%(7) esta neutral

El 31% (5) está de acuerdo con vivir como si su pareja no existiera, el 38% (8) es indiferente mientras que otro 24% (4) no está de acuerdo en vivir como si su pareja no existiera.

El 44% (7) estaba en desacuerdo de dejar de lado el rencor para retomar la relación, otro 38% (6) es neutral, y solo 6% (1), está de acuerdo mientras que un 38%(6)se muestra neutral o indiferente para afirmar que a pesar de lo que me hizo, deseo que volvamos a tener una buena relación

El 44% (7), está de acuerdo que su pareja obtenga su merecido. Y el 38%(6) es en desacuerdo con la venganza

El 38% (9) Está de acuerdo que le cuesta ser cariñoso con su pareja

El 63%(10) está de acuerdo en evitar a su pareja

Un 38% (6), está en desacuerdo en dejar el dolor de lado para retomar nuestra relación y solo el 19%(3) está de acuerdo

El 44% (8), está en desacuerdo vengarse y solo el 6% (1) desea vengarse,

El 31 (5) está en desacuerdo en pensar que a pesar de lo que me hizo, deseo que volvamos a tener una buena relación el 44%(7) se mantiene neutral

El 44% (7), está en desacuerdo con la venganza

El 31%(5) 44% (7) Ha dejado atrás el dolor y el resentimiento, demuestra indiferencia

El 50% (8) corto la relación mientras que el 38% (6) está en desacuerdo en cortar con la relación

EL 50% (8) es neutral, indiferente para dejar atrás la rabia, trabajar e intentar rehacer la relación

El 63% (10) está en desacuerdo con verlo (a) sufrir y en estado de miseria. Solo un 6% (1) está de acuerdo

El 50% (8), está en desacuerdo con alejarse de la pareja, solo el 31% (5) se alejaría de la pareja.

En conclusión, los datos muestran tendencia a la neutralidad e indiferencia de las parejas que sufren violencia familiar en el Centro de Emergencia Mujer (CEM) del Distrito de Miraflores en Arequipa 2015” en el pretest del grupo experimental

4.1.2. Prueba de hipótesis

1. Hipótesis general

H₁: La Terapia del Perdón ayuda significativamente en la evitación, venganza y benevolencia de las parejas que sufren violencia familiar en el Centro de Emergencia Mujer CEM del distrito de Miraflores en la ciudad de Arequipa 2015.

H₀: La Terapia del Perdón NO ayuda significativamente en la evitación, venganza y benevolencia de las parejas que sufren violencia familiar en el Centro de Emergencia Mujer CEM del distrito de Miraflores en la ciudad de Arequipa 2015.

2. Hipótesis específicas.

H₁: La Terapia del Perdón disminuye la evitación en las parejas que sufren Violencia Familiar en el Centro de Emergencia Mujer CEM del distrito de Miraflores en la ciudad de Arequipa 2015.

H₀: La Terapia del Perdón NO disminuye la evitación en las parejas que sufren Violencia Familiar en el Centro de Emergencia Mujer CEM del distrito de Miraflores en la ciudad de Arequipa 2015.

H₁: La Terapia del Perdón disminuye las motivaciones de venganza en las parejas que sufren Violencia Familiar en el centro de emergencia mujer de CEM del distrito de Miraflores en la ciudad de Arequipa 2015.

H₀: La Terapia del Perdón NO disminuye las motivaciones de venganza en las parejas que sufren Violencia Familiar en el centro de emergencia mujer de CEM del distrito de Miraflores en la ciudad de Arequipa 2015.

H₁: La Terapia de Perdón estimula la benevolencia de las parejas que sufren violencia familiar en El Centro de Emergencia Mujer CEM del distrito de Miraflores en la ciudad de Arequipa 2015.

H₀: La Terapia de Perdón NO estimula la benevolencia de las parejas que sufren violencia familiar en El Centro de Emergencia Mujer CEM del distrito de Miraflores en la ciudad de Arequipa 2015.

Tabla N° 5: One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test. Análisis de Normalidad de los puntajes totales Pre y Post Test Grupo Experimental

	TOTAL PRETEST	TOTAL POSTTEST
N	16	16
Kolmogorov-Smirnov Z	.734	.642
Asymptotic Significance (2-tailed)	.653	.804

Fuente: elaboración propia

Esta prueba nos permite determinar que los puntajes totales antes y después de la intervención para el grupo experimental se distribuyen de forma normal; por lo tanto, se puede aplicar el estadístico paramétrico t de Student.

Tabla N° 6: Prueba T de Student para los puntajes Pre y Post Test Grupo Experimental

TOTAL	t	df	Sig(2-tailed)...
TOTAL PRETEST - TOTAL POSTTEST ...	2.116	15	.052

En esta tabla podemos observar la prueba t de student para el puntaje total cuyo valor es 2.116 y su nivel de significación de 0.05 nos indica que la Terapia del Perdón ayuda significativamente a las personas que han sufrido violencia familiar. Por cuanto aceptamos la hipótesis alternativa:

H₁: La Terapia del Perdón ayuda significativamente en la evitación, venganza y benevolencia de las parejas que sufren violencia familiar en el Centro de Emergencia Mujer CEM del distrito de Miraflores en la ciudad de Arequipa 2015.

Y rechazamos la hipótesis nula:

H₀: La Terapia del Perdón NO ayuda significativamente en la evitación, venganza y benevolencia de las parejas que sufren violencia familiar en el Centro de Emergencia Mujer CEM del distrito de Miraflores en la ciudad de Arequipa 2015.

Dimensiones	X	N	S
<i>total pretest</i>	48.81	16	4.578
<i>total posttest</i>	45.75	16	3.697

Grafico n° 01 para los puntajes Pre y Post Test Grupo Experimental

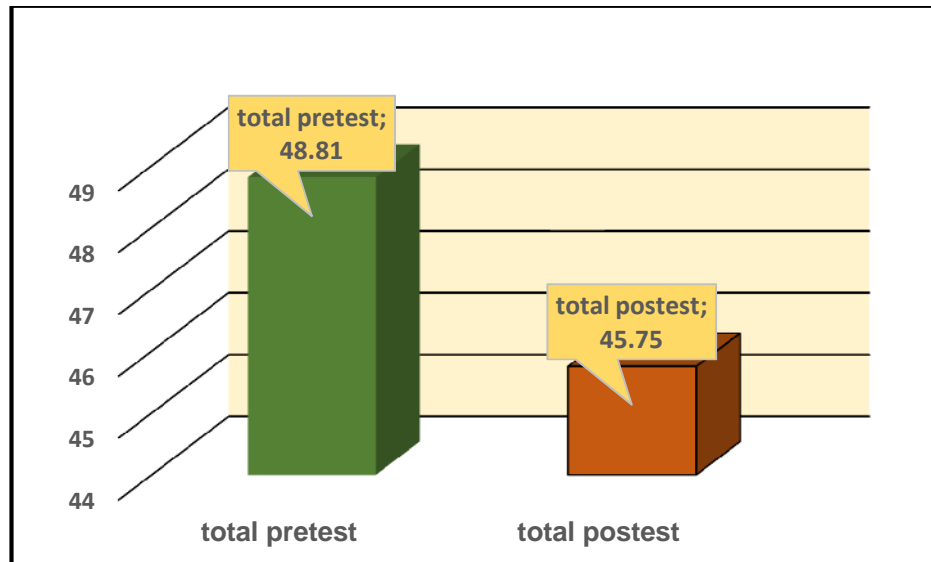


Tabla N° 7: Prueba T de Student para los puntajes Pre y Post Test Grupo Experimental, terapia de perdon-evitacion

<i>DIMENSION</i>	<i>t</i>	<i>df</i>	<i>Sig(2-tailed)...</i>
<i>EVITACION PRETEST - EVITACION POSTTEST ...</i>	8.961	15	.000

Fuente: elaboración propia

En esta tabla podemos observar la Prueba T de Student para el puntaje total cuyo valor es 8.961 y su Nivel de Significación de 0.00 nos indica que la Terapia del Perdón ayuda a las personas que han sufrido violencia familiar a disminuir su nivel de evitación. Por cuanto aceptamos la hipótesis alternativa:

H₁: La Terapia del Perdón disminuye la evitación en las parejas que sufren Violencia Familiar en el Centro de Emergencia Mujer CEM del distrito de Miraflores en la ciudad de Arequipa 2015.

y rechazamos la hipótesis nula:

H₀: La Terapia del Perdón NO disminuye la evitación en las parejas que sufren Violencia Familiar en el Centro de Emergencia Mujer CEM del distrito de Miraflores en la ciudad de Arequipa 2015.

DIMENSIONES	X	N	S
<i>Evitación pretest</i>	21.31	16	3.591
<i>Evitación posttest</i>	16.13	16	2.335

Grafico N° 02 de la dimensión Evitación del antes y después de la intervención

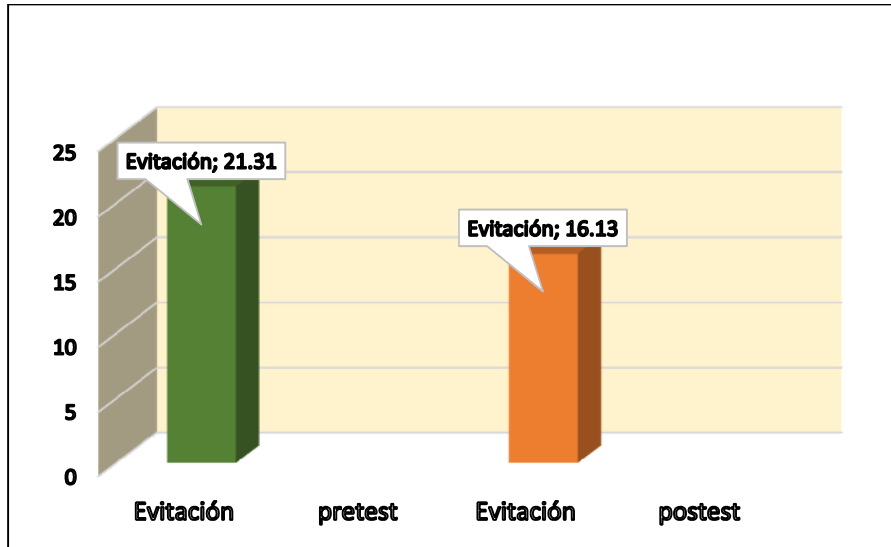


Tabla N° 10: Prueba T de Student para los puntajes Pre y Post Test Grupo Experimental, terapia de perdon-motivacion de venganza.

DIMENSION	t	df	Sig(2-tailed) ...
VENGANZA PRETEST - VENGANZA POSTTEST ...	7.132	15	.000

En esta tabla podemos observar la Prueba T de Student para el puntaje total cuyo valor es 7.132 y su Nivel de significación de 0.00 nos indica que la Terapia del Perdón ayuda a las personas que han sufrido violencia familiar a disminuir su nivel de venganza. Por cuanto aceptamos la hipótesis alternativa:

H₁: La Terapia del Perdón disminuye las motivaciones de venganza en las parejas que sufren Violencia Familiar en el centro de emergencia mujer de CEM del distrito de Miraflores en la ciudad de Arequipa 2015.

y rechazamos la hipótesis nula:

H₀: La Terapia del Perdón NO disminuye las motivaciones de venganza en las parejas que sufren Violencia Familiar en el centro de emergencia mujer de CEM del distrito de Miraflores en la ciudad de Arequipa 2015.

DIMENSIONES	X	N	S
6.2. Venganza pretest	12.44	16	3.119
Venganza posttest	2.38	16	1.586

Grafico N°03 .de la dimensión Venganza del antes y después de la intervención

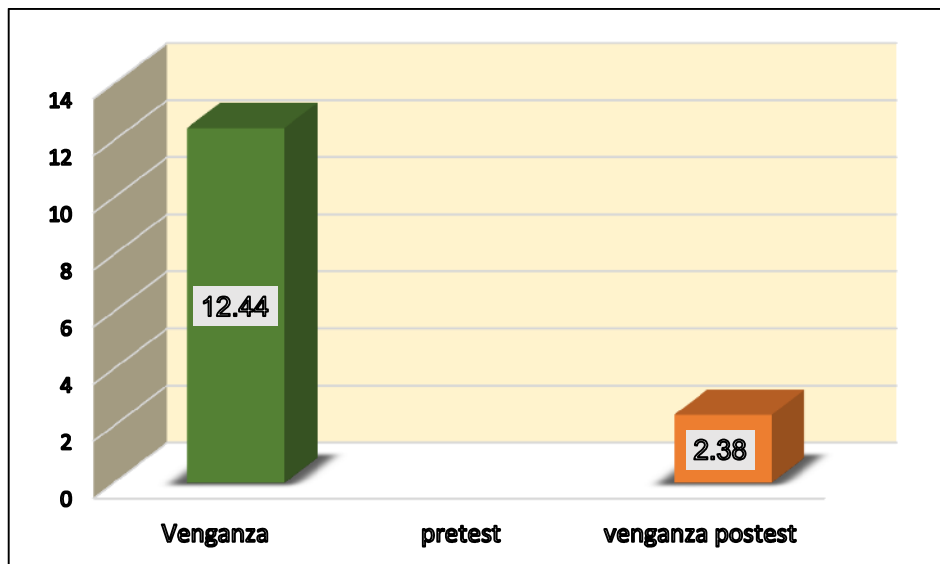


Tabla N° 11: Prueba T de Student para los puntajes Pre y Post Test Grupo Experimental, terapia de perdón-benevolencia.

DIMENSION	t	df	Sig(2-tailed)...
BENEVOLENCIA PRETEST - BENEVOLENCIA POSTTEST ...	-6.953	15	.000

Fuente: elaboración propia

En esta tabla podemos observar La Prueba T de Student para el puntaje total cuyo valor es -6.953 y su nivel de significación de 0.00 nos indica que la Terapia Del Perdón ayuda a las personas que han sufrido violencia familiar a aumentar su nivel de benevolencia. Por cuanto aceptamos la hipótesis alternativa

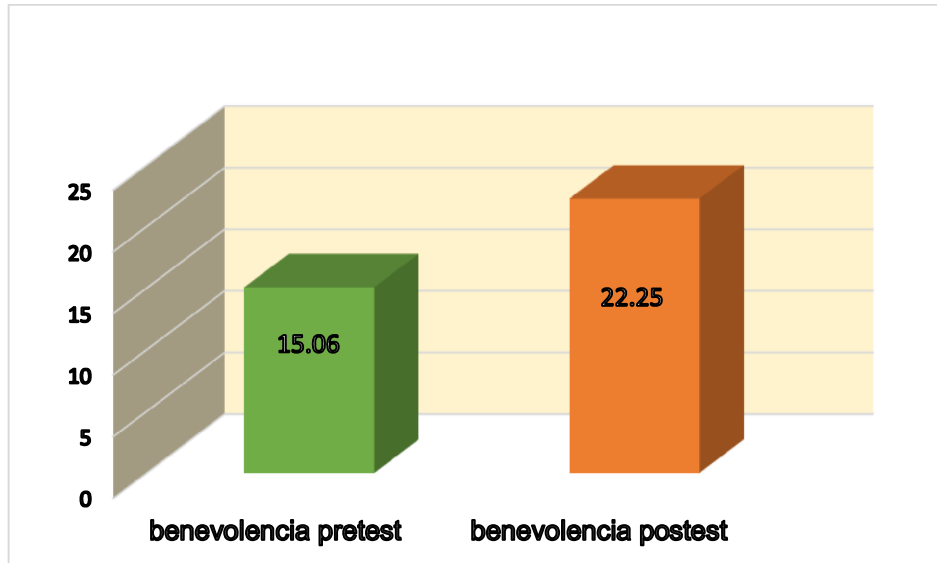
H₁: La Terapia de Perdón estimula la benevolencia de las parejas que sufren violencia familiar en El Centro de Emergencia Mujer CEM del distrito de Miraflores en la ciudad de Arequipa 2015.

Y rechazamos la Hipótesis nula:

H₀: La Terapia de Perdón NO estimula la benevolencia de las parejas que sufren violencia familiar en El Centro de Emergencia Mujer CEM del distrito de Miraflores en la ciudad de Arequipa 2015.

DIMENSIONES	X	N	S
<i>benevolencia pretest</i>	15.06	16	2.081
<i>benevolencia posttest</i>	22.25	16	3.821

Grafico N° 04: de la dimensión Benevolencia del antes y después de la intervención



4.2. Discusión de resultados

En la tesis titulada, EFECTOS DE LA TERAPIA DEL PERDÓN EN PAREJAS QUE SUFREN VIOLENCIA FAMILIAR EN EL CENTRO DE EMERGENCIA MUJER (CEM) DEL DISTRITO DE MIRAFLORES EN AREQUIPA 2015, hemos demostrado las hipótesis tanto general como específicas. En la hipótesis general:

La Terapia del Perdón ayuda significativamente en la evitación, venganza y benevolencia de las parejas que sufren violencia familiar en el Centro de Emergencia Mujer CEM del distrito de Miraflores en la ciudad de Arequipa 2015. Los datos demostraron los efectos significativos de la Terapia del perdón como ayuda a solucionar los problemas que presentan las parejas que han sufrido de violencia familiar, lo que indica que ambas parejas deben tener la voluntad para enfrentarse y perdonarse mutuamente, lo demostraron los talleres aplicados a las parejas que previamente se habían agredido, física y verbalmente y se corrobora con los trabajos realizados por Arenas L. (2012), quien en su estudio sobre "Violencia psicológica y mantenimiento en relaciones de pareja", concluyo que las mujeres a través de las

conversaciones terapéuticas y de los propios procesos reflexivos en base a la terapia del perdón, lograron registrar y transformar el dolor causado por el maltrato, definirse a sí mismas desde la prosperidad, tomar decisiones propias y generar nuevas relaciones que parten de las construcciones que cada mujer ha hecho acerca de sus relaciones en distintos momentos de su vida.

Del mismo modo estos hallazgos se relacionan estrechamente los autores Enright y Coyle (2003), quienes consideran que la Terapia del Perdón es una herramienta útil en situaciones de conflictos emocionales interpersonales y que generan una serie de malestares tanto psicológicas, fisiológicas y sociales en las personas, así mismo McCullough y otros, desde una perspectiva de la psicología social, definen el perdón como un conjunto de cambios motivacionales en donde existe una disminución en la motivación de vengarse o tomar represalias en contra de la persona ofensora y una disminución en la motivación de mantenerse apartado del ofensor como también un incremento en la motivación de conciliación y buena voluntad hacia el ofensor, a pesar de las acciones hirientes, considera la empatía como un componente pro-social clave para facilitar el perdón.

En la hipótesis específica 1: demostramos que la Terapia del Perdón ayuda a las personas que han sufrido violencia familiar a disminuir su nivel de evitación, por tanto coincidimos con los estudios realizados por López A. (2012), "Estructura Cognitiva que subyace al perdón de Transgresiones específicas en relación de parejas", nos permite conocer como las personas reaccionan a situaciones de conflicto en las relaciones de pareja y explica que la " evitación" es el tipo de estrategia más utilizado por las personas cuando son ofendidas por su pareja.

Esto nos lleva a corroborar la importancia de la teoría ecológica de Bronfenbrenner (1977) precursor de este enfoque, quien considera que la comprensión del desarrollo humano exige ir más allá de la observación de la conducta, sostiene que la historia personal del individuo aporta a su relación de pareja, es decir las características del desarrollo personal aumenta la probabilidad de

ser víctima o autor de violencia, es decir procurar o evitar la ofensa. Desde nuestro punto de vista la capacidad de evitación de las parejas depende de su entorno cultural, mientras más rico sea el entorno, abra más probabilidades de evitar la agresión.

En la hipótesis específica 2, demostramos que la Terapia del Perdón disminuye las motivaciones de venganza en las parejas que sufren Violencia Familiar y coincidimos con los estudios de Prada A. (2012) quien en su trabajo de investigación sobre la "Violencia hacia las mujeres en la relación de pareja: una comprensión de como a través del proceso de dignificación de la mujer es posible salir de las dinámicas interaccionales violentas", Llego a la conclusión que, sí es posible romper la pauta interaccional violenta para establecer formas relacionales más respetuosas y significativas en la pareja, lo que indicaría que la venganza en las parejas quedaba de lado para entrar a un dialogo productivo.

Estos estudios o antecedentes coinciden con los teóricos Coyle & Enright (1997) quienes encontraron cambios en el afecto interpersonal, la cognición y el comportamiento de las víctimas hacia sus perpetradores luego de participar en una intervención tendiente a facilitar el perdón. Asimismo, asociamos los resultados de los teóricos con los efectos en la terapia del perdón aplicados en parejas que sufren violencia familiar en el Centro de Emergencia Mujer (CEM) del distrito de Miraflores en Arequipa 2015.

Finalmente, en la hipótesis N° 3 demostramos que la Terapia de Perdón estimula la benevolencia de las parejas que sufren violencia familiar en El Centro de Emergencia Mujer CEM del distrito de Miraflores en la ciudad de Arequipa 2015. Los resultados guardan relación con la propuesta de Feeney (1995). Quien propone que: "el perdón es el acto de superar el resentimiento contra un ofensor, intentando tratar al ofensor con benevolencia, compasión, e incluso amor. La persona ofendida renuncia a su derecho a la venganza y al resentimiento causado por un acto dañino. La victima ofrece al ofensor el restablecimiento del estatus inicial de la relación, sin condicionar su ofrecimiento a través de alguna compensación por parte del ofensor.

Frente a todos estos argumentos nosotros opinamos que el perdón es la forma más adecuada para que las personas que han sufrido o sufren de cualquier tipo de maltrato puedan superar el dolor, el rencor y el resentimiento para tener una perspectiva diferente en la vida ya sea de reconciliación o de vivir libre del dolor después de haber perdonado a la persona que causo daño a su vida con la ofensa con esperanza y nuevas posibilidades en la vida,

Llegando a los hallazgos que nos permite conocer como las personas reaccionan en situaciones de conflicto de las relaciones de pareja y nos brinda información del tipo de estrategia que las personas utilizan cuando son ofendidas por su pareja, en este caso, la evitación parece ser la estrategia más utilizada. Esto quizás porque las 16 personas tienen la concepción de que la venganza es algo sumamente negativo y esto puede poner en riesgo la integridad de cada uno de los miembros de la pareja, así como de la relación, por cuanto se concluye que:

Conclusiones:

La aplicación del programa psicoterapéutico basado en la terapia del perdón" es una herramienta eficaz en situaciones de violencia familiar. La prueba t de Student para el puntaje total cuyo valor es 2.116 y su nivel de significación de 0.05 nos indica que la Terapia del Perdón ayuda a las personas que han sufrido violencia familiar.

Hay una diferencia significativa de las medias de los resultados con respecto a las variables de estudio evitación, venganza y estimula sentimientos de benevolencia como la empatía comprensión antes y el después del tratamiento psicoterapéutico. Por lo que se concluye que la terapia del perdón tiene efectos significativos en las parejas que sufren Violencia.

La Prueba T de Student para el puntaje total cuyo valor es 8.961 y su Nivel de Significación de 0.00 nos indica que la Terapia del Perdón ayuda a las personas que han sufrido violencia familiar a disminuir su nivel de evitación.

La Prueba T de Student para el puntaje total cuyo valor es -6.953 y su nivel de significación de 0.00 nos indica que la Terapia Del Perdón ayuda a las personas que han sufrido violencia familiar a aumentar su nivel de benevolencia.

Recomendaciones

1. Se recomienda La aplicación del programa psicoterapéutico basado en la terapia del perdón por ser una herramienta eficaz en de situaciones de violencia familiar. en instituciones públicas y privadas encargadas de esta problemática.
2. Se recomienda la terapia del perdón porque tiene efectos significativos evitación, venganza y estimula sentimientos de benevolencia como la empatía comprensión en las parejas que sufren Violencia.
3. Se recomienda la terapia del perdón en todas las personas que han roto vínculos de respeto confianza fidelidad dentro de una relación afectiva.

Adicionalmente se recomienda realizar otras investigaciones que den cuenta detallada de la manera como el terapeuta es un personaje participe dentro del proceso del perdón de las parejas, dado que en esta investigación el foco estuvo puesto en las parejas según las dimensiones: evitación, venganza y benevolencia, y en los procesos realizados por estas, y aunque se incluyó la relación terapéutica como un elemento facilitador y movilizador se cuenta con el material que puede ser analizado en una futura investigación en la cual la relación terapéutica sea el centro de la investigación, ya que de allí se pueden desprender modelos de intervención individual, que invitan a comprender que la transformación de las narrativas, ocurren en un contexto relacional como es la terapia y que las particularidades del terapeuta en la forma de hablar, de hacer preguntas, de tratar a sus consultantes.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- American Psychological Association (2002). Causal models of relationship violence: mediating variables, risk factors (perpetrators) and vulnerability markers (victims). Recuperado de: www.apa.org/pi/women/programs/violence/partner-violence.pdf.
- Arenas R. Lina (2012) *Violencia psicológica y mantenimiento en relaciones de pareja*, tesis para obtener el título de licenciada en psicología, Universidad Católica del Perú
- Bronfenbrenner, U. (1987). *La ecología del desarrollo humano*. Barcelona: Paidós.
- DeMaris A, Benson ML, Fox GL, Hill T, Van Wyk J. (2003) Distal and proximal factors in domestic violence: A test of an integrated model. *Journal of Marriage and Family*. 2003; 65:652–667.
- Coyle D.G. & Golant, S.K. (1997). *El golpeador: Un perfil psicológico*. Barcelona: Paidós.
- Ellsberg, M. & Heise, L. (2007). *Investigando la violencia contra las mujeres: Una guía práctica para la investigación y acción*. Managua, Nicaragua: Organización Mundial de la Salud, PATH.
- Escobedo C. Francisco (2010) *Perdón y reconciliación medio para reducir la violencia, exclusión y promover el desarrollo humano* TESIS de Maestría en desarrollo humano, Universidad Iberoamericana de DF México
- Edleson, J.L. & Tolman, R.M. (1992). *Intervention for men who batter: An ecological approach*. London: Sage Publications.
- Ellsberg, M. & Heise, L. (2007). *Investigando la violencia contra las mujeres: Una guía práctica para la investigación y acción*. Managua, Nicaragua: Organización Mundial de la Salud, PATH.

- Eguiluz L, Calvo R., De la Orta D. (2012) Relación entre la percepción marital, y sexual y la comunicación en la pareja, *Revista de Peruana de Psicología y Trabajo Social* 2012, Volumen 1- N° 1: 15-28
- Enright, Robert y Catherine T. Coyle, "Researching The Process of Modelo of Forgiveness Witthin Psychological intervención" in dimensiones of forgiveness: Psychological research and theological perspectivas, edited by Everett T Worthington Jr. 139-61 Philadelphia Templeton: Foundations 1998
- Fincham, F. D., Hall, J. y Beach, S. R. (2006). Forgiveness in marriage: current status and future directions. *Family Relations*, 55, 415-422.
- Feeney, J. A. (2004). Hurt feelings in couple relationships: Towards integrative models of the negative effects of hurtful events. *Journal of Social and Personal Relationships*, 21, 487-508. Fenell,
- Flake, D.F.(2005), individual family, and community rish markers for domestic violence in Perú. *Violence against Women*, 11-352-373
- Gonzales G. M. Alfaros I., Alcides. H. (2013) Perdón y satisfacción marital: Una mirada desde lo sistémico” de tipo transversal
- Grauerholz, L. (2000). An ecological approach to understanding sexual revictimization: Linking personal, interpersonal, and sociocultural factors and processes. *Child Maltreatment*, 5, 5–17
- García E. Felipe Y Martínez LL. Daniela (2013) “Ruptura de pareja, afrontamiento y bienestar psicológico en parejas jóvenes, fundación vida. Chile 2012
- López A. & Kasanzew A. & Fernández M.(2008) Los efectos psicoterapéuticos de estimular la connotación positiva en el incremento del perdón. *Avances en Psicología Latinoamericana*, /Bogotá (Colombia)/Vol. 26(2) /pp. 211-226
- López A. (2012), "Estructura Cognitiva que subyace al perdón de Transgresiones específicas en relación de parejas". para obtener el grado de maestría en ciencias, Universidad Autónoma de León en México. Recuperado de: <http://eprints.uanl.mx/3030/1/1080224774.pdf>

- McCullough, M. E., Worthington, E.L. Jr. y Rachal, K. C. (1997). Interpersonal forgiving in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 321-336.
- Zechmeister, R. & Romero, M. (1995). *Violencia y abusos sexuales en la familia: Un abordaje sistémico y comunicacional*. Buenos Aires: Paidós.
- Paleari, F. G., Regalia, C. y Fincham, F. D. (2009). Measuring Offence-Specific Forgiveness in marriage: The
- Frunces, H. A. (2006). *Violencia masculina en el hogar*. México: Editorial Paz México.
- Worthington Jr., E. L. & Wade, N. G. (1999). The psychology of forgiveness and forgiveness and implications for clinical practice. *Journal of Social & Clinical Psychology*, 18, 385-418.
- Karremans, N. G. y Worthington, E. L. (2003). Overcoming Interpersonal Offenses: ¿Is Forgiveness the Only Way to Deal with Unforgiveness? *Journal of Counseling & Development*, 81, 343-353.
- Kendler KS, Morris NA, Ohlsson H, Lönn SL, Sundquist J, Sundquist K. (2016) Criminal offending and the family environment: Swedish nacional high-risk home-reared and adopted-away co-sibling control study,. *Br J Psychiatry*. 2016 Aug 18. pii: bjp.bp.114. [Recuperado de: http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27539295](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27539295)
- Quevedo P. Rosario (2011) *Actitudes hacia la infidelidad de pareja conyugal en Lima Metropolitana*, Universidad San Martín de Porres de Lima F
- Herrera H. María (2015) *Relación entre sexismo ambivalente y la relación de pareja íntima según nivel educativo*, para obtener el título de Licenciada en Psicología Pontificia Universidad Católica del Perú. recuperado de: http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/123456789/6177/HERRERA_HIDALGO_MARIA_RELACION_EDUCATIVO.pdf?sequence=1
- Heise, L.L. (1998). Violence Against Women: An integrated, ecológica framework. *Violence Against Women*, 4 (3), 262-290.

- Ottazzi P. Andrea (2010), *Estilos de amor, satisfacción y compromiso en relaciones de pareja estables*, para obtener el grado de licenciada de psicología, Pontificia Universidad Católica del Perú. Recuperado de:
http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/123456789/430/OTAZZI_PONCE_ANDREA_ESTILOS_AMOR.pdf?sequence=1
- Prada O. Andrea, (2012) *Violencia hacia las mujeres en la relación de pareja: una comprensión de como atreves del proceso de dignificación de la mujer es posible salir de las dinámicas interaccionaes violentas*, para obtener el grado de licenciada de psicología, Pontificia Universidad Javeriana de Bogotá Colombia, agosto 2012
- Guzmán, I. (2010). La violencia contra las mujeres en la pareja. In E. Gil & I. Lloret (Eds), *La violencia de género* (pp. 39-53). Barcelona: Editorial UOC.
- Seligman, M. E. P. (2002). Positive psychology, positive prevention, and positive therapy. En C. R. Snyder & S. J. Lopez. (Eds.), *Handbook of positive psychology* (2nd ed., pp. 3-12). New York: Oxford University Press.
- Worthington Jr., E. L. & Wade, N. G. (1999). The psychology of unforgiveness and forgiveness and implications for clinical practice. *Journal of Social & Clinical Psychology*, 18, 385-418.

ANEXOS

PROBLEMA	OBJETIVO	HIPOTESIS	VARIABLES	INDICADORES	METODOLOGIA
<p>Problema general:</p> <p>¿Cuáles son los Efectos de la Terapia del Perdón en Parejas que sufren Violencia Familiar en el centro de emergencia mujer (CEM) del distrito de Miraflores en Arequipa 2015?</p> <p>Problemas secundarios:</p> <p>1.- ¿Cuál es el Efecto de la Terapia del Perdón en la evitación en las parejas que sufren Violencia Familiar en el centro de emergencia mujer (CEM) del distrito de Miraflores en Arequipa 2015?</p> <p>2. ¿Cuáles son los Efectos de la Terapia del Perdón en las motivaciones de venganza en las parejas que sufren Violencia el centro de emergencia mujer (CEM) del distrito de Miraflores en Arequipa 2015?</p> <p>3.- ¿Cuál es el efecto de la Terapia de Perdón en la benevolencia de las parejas que sufren violencia familiar</p>	<p>Objetivo general:</p> <p>Determinar los efectos de la Terapia del Perdón en parejas que sufren violencia familiar en el Centro de Emergencia Mujer (CEM) del Distrito de Miraflores en Arequipa 2015</p> <p>Objetivos específicos:</p> <p>1.- Demostrar cuál es el Efecto de la Terapia del Perdón en la evitación en las parejas que sufren Violencia Familiar en el centro de emergencia mujer (CEM) del distrito de Miraflores en Arequipa 2015</p> <p>2.- Determinar cuáles son los Efectos de la Terapia del Perdón en las motivaciones de venganza en las parejas que sufren Violencia Familiar en el centro de emergencia mujer (CEM) del distrito de Miraflores en Arequipa 2015</p>	<p>Hipótesis general</p> <p>La Terapia del Perdón ayuda significativamente a las parejas que sufren violencia familiar en el centro de emergencia mujer (CEM) del distrito de Miraflores en Arequipa 2015.</p> <p>Hipótesis específicos</p> <p>1. La Terapia del Perdón ayuda en la evitación en las parejas que sufren Violencia Familiar en el centro de emergencia mujer (CEM) del distrito de Miraflores en Arequipa 2015</p> <p>2. La Terapia del Perdón disminuye las motivaciones de venganza en las parejas que sufren Violencia Familiar en el centro de emergencia mujer (CEM) del distrito de Miraflores en Arequipa 2015.</p>	<p>▶ Programa basado en la terapia del perdón</p> <p>▶ Características de mujeres que sufren violencia familiar</p>	<p>▶ Vivir ignorando a la persona agresora</p> <p>▶ Desconfianza del agresor</p> <p>▶ Separarse del agresor</p> <p>▶ golpes, mordeduras, cortaduras, quemaduras etc.</p> <p>▶ Tristeza, llanto, ira, agresividad, inseguridad, aislamiento sin ganas de vivir desconfianza</p> <p>▶ Sentirse que no vale nada temor</p>	<p>Cuestionario de violencia familiar contra la mujer</p> <p>Programa terapéutico de la terapia del perdón (cuatro sesiones)</p> <p>Es una investigación cuasi experimental con diseño de grupo control no equivalente</p> <p>Se medirá a los sujetos antes y después de la aplicación del programa</p>

<p>en el centro de emergencia mujer (CEM) del distrito de Miraflores en Arequipa 2015?</p>	<p>3 Considerar cuál es el efecto de la Terapia de Perdón en la benevolencia de las parejas que sufren violencia familiar en el centro de emergencia mujer (CEM) del distrito de Miraflores en Arequipa 2015.</p>	<p>3. La Terapia de Perdón estimula la benevolencia de las parejas que sufren violencia familiar el centro de emergencia mujer (CEM) del distrito de Miraflores en Arequipa 2015.</p>		<p>angustia pesadillas</p>	<p>terapéutico del perdón</p>
---	---	---	--	--------------------------------	-----------------------------------

Programa Experimental basado en la Terapia del Perdón en parejas víctimas de violencia familiar en el Centro de Emergencia Mujer CEM 2015

Sesión	Fecha	Temas	Objetivos	Actividad	Metodología	Tiempo	Recursos
		Prueba de entrada	Obtener los datos previos de cada uno de los participantes	Aplicación del test. A ambos grupos (GE; GC)	Prueba individual	45 minutos	Test impreso Lápiz borrador
1ra sesión (grupal)		“Reconociendo como las agresiones afectan a la persona” restaurando mi autoestima.	<ul style="list-style-type: none"> Examinando las ofensas sufridas Tomar conciencia de mi valía como mujer y decidir perdonarme y aceptarme tal cual soy con mis defectos y virtudes 	Trabajo grupal con 8 parejas (grupo experimental) Tomar responsabilidad de sus ofensas antes de perdonarse a sí misma	<ul style="list-style-type: none"> Presentación del grupo El video audio "mujer eres valiosa" 	45 minutos	Video
2da sesión (grupal)		“Comprendiendo la importancia del perdón para mi salud mental.”	<ul style="list-style-type: none"> Reconocer que situaciones generaron los conflictos Reconocer mi responsabilidad en el conflicto 	<ul style="list-style-type: none"> Se trabajó en grupo con 8 parejas (grupo experimental) que estoy haciendo mal que hace que se genere conflicto Tomar responsabilidad y dialogar con la pareja 	<ul style="list-style-type: none"> VIDEO importancia de perdonas 	45min	Micrófono Video
3ra sesión (individual)		“Mejorando la evitación al ofensor”	<ul style="list-style-type: none"> Tomar conciencia de la situación y ponernos en el lugar de la otra persona. Tomando la decisión de perdonar al agresor 	<ul style="list-style-type: none"> Lograr el acercamiento en la pareja Restaurar la confianza en la pareja Procurar expresiones de afecto 	<ul style="list-style-type: none"> Un video motivador "Abrasando el perdón" 	45 minutos	video

4ta sesión (en pareja)		"Restaurando la confianza en el agresor y por ende la cercanía"	<ul style="list-style-type: none"> • Reafirmar la cercanía, el compromiso y la confianza en la relación de pareja • Aceptando a la persona tal como es 	<ul style="list-style-type: none"> • Disminuyendo la indiferencia y la evitación al agresor • desear lo mejor para la pareja 	<ul style="list-style-type: none"> • Practicar la comunicación asertiva • Aprendiendo a resolver conflictos 	45min	
5ta sesión (en pareja)		"Desarrollando una actitud de amor hacia el agresor" la benevolencia como el motor de la propia curación y bienestar psicológico	<ul style="list-style-type: none"> • empatía en la pareja • dejar el rencor y retomar la relación • saber perdonar • rehacer la relación, empezar de nuevo 	<ul style="list-style-type: none"> • Concéntrese con los ojos cerrados relájese respire suave • Visualice a la persona y desea amarla tal cual es • Imagínela cerca y dígame te perdono y te amo 	<ul style="list-style-type: none"> • Video aprendiendo a perdonar 	45min	video
6ta sesión		Prueba de salida	<ul style="list-style-type: none"> • medir los aprendizajes obtenidos. • Agradecimiento por la participación de cada uno 	Aplicación del test. A ambos grupos (GE; GC)	Prueba individual	45min	Hojas Lápices

"Programa de intervención basada en la terapia del perdón en Parejas que sufren Violencia Familiar en el centro de emergencia mujer CEM en el distrito de Miraflores en Arequipa 2015"

PRIMERA SESION

Prueba de entrada **(individual)**

OBJETIVOS:

- Obtener los datos previos de cada uno de los participantes
- Aplicación del test. a ambos grupos (GE; GC)

MATERIALES

Test impreso, lápiz, borrador

TIEMPO

45 MIN.

SESION 2

"Reconociendo como las agresiones afectan a la persona" restaurando mi autoestima.

BIENVENIDA

Se Dara la bienvenida de los participantes con mucha amabilidad explicando brevemente la terapia del perdón, en pocas palabras, acomodar al grupo en circulo

Dinámica de grupo para romper el hielo (decir su nombre y a que se dedica)

10 min.

OBJETIVOS:

Examinando las ofensas sufridas

- Qué motivos hubo para que se dé la agresión
- Que sentimientos género en mi esa agresión (resentimiento, odio, rechazo, ira, cólera)
- ¿Qué conducta estoy teniendo con mi agresor?
- ¿Cómo esta situación afecta mi vida mi relación con los demás?

Tomar conciencia de mi valía como mujer y decidir perdonarme y aceptarme tal cual

ACTIVIDADES

- Tomar responsabilidad de sus ofensas antes de perdonarse a sí misma
- Comprenderte y aceptarte a ti misma con errores y virtudes

MATERIALES

Video sobre "mujer eres valiosa" 30min

TIEMPO TOTAL

45 MIN.

Cierre (5 minutos)

Reflexionamos con los y las participantes sobre la importancia de valorar los momentos felices y recordar que tenemos una familia. Asimismo, podemos destacar que necesitamos vivir en paz sin odio ni rencor que nos daña a nosotros mismo y a nuestros hijos.

Conversan sobre cómo se han sentido en la sesión.

SESION 3

“Mejorando la evitación al ofensor”

BIENVENIDA

Se Dara la bienvenida de los participantes con mucha amabilidad a nuestra tercera sesión explicando brevemente la terapia del perdón, en pocas palabras, acomodar al grupo en circulo

10 min.

OBJETIVOS:

- Tomar conciencia de la situación y ponernos en el lugar de la otra persona.
- Tomando la decisión de perdonar al agresor
- Tomar conciencia de la otra persona, ponerme en su lugar

ACTIVIDADES (Aquí se practica la silla vacía)

- Concentrarse con los ojos cerrados relájese respire suavemente, pensar en un momento feliz que tuvo con su pareja
- Visualice a la persona y desea amarla tal cual es
- Imagínela frente a Ud. y dígame te perdono por cada ofensa que le hizo lo perdona y olvida la ofensa. (te perdono, te suelto, te hago libre de mi resentimiento y amargura a la misma ves me libero yo misma.)

MATERIALES

- Un video motivador "Abrazando el perdón"

30min

TIEMPO TOTAL

45 MIN.

Cierre (5 minutos)

Reflexionamos con los y las participantes sobre la importancia de valorar los momentos felices y recordar que tenemos una familia. Asimismo, podemos destacar que necesitamos vivir en paz sin odio ni rencor que nos daña a nosotros mismo y a nuestros hijos.

Conversan sobre cómo se han sentido en la sesión.

SESION 4

"Desarrollando una actitud de amor hacia el agresor" la benevolencia como el motor de la propia curación y bienestar emocional.

BIENVENIDA

Se Dara la bienvenida de los participantes con mucha amabilidad a nuestra tercera sesión explicando brevemente la terapia del perdón, en pocas palabras, acomodar al grupo en circulo

10 min.

OBJETIVOS:

- Empatía en la pareja (ponerse en los zapatos del otro)
- Dejar el rencor y retomar la relación
- Saber perdonar
- Rehacer la relación, empezar de nuevo

Tomar conciencia de la otra persona, ponerme en los zapatos del otro

ACTIVIDADES

- Concéntrese con los ojos cerrados relájese respire suave
- Visualice a la persona y desea amarla tal cual es
- Imagínela (o) cerca y dígale te perdono y te amo

30 min.

MATERIALES

Video aprendiendo a perdonar

TIEMPO TOTAL

45 MIN.

Cierre (5 minutos)

Reflexionamos con los y las participantes sobre la importancia de valorar los momentos felices y recordar que tenemos una familia. Asimismo, podemos destacar que necesitamos vivir en paz sin odio ni rencor que nos daña a nosotros mismo y a nuestros hijos.

Conversan sobre cómo se han sentido en la sesión.

SESION 5

“Restaurando la confianza en el agresor y por ende la cercanía”

BIENVENIDA

Se Dara la bienvenida de los participantes con mucha amabilidad a nuestra tercera sesión explicando brevemente la terapia del perdón, en pocas palabras, acomodar al grupo en circulo

10 min.

OBJETIVOS:

- Reafirmar la cercanía, el compromiso y la confianza en la relación de pareja
- Aceptar a la persona tal como es con sus errores y virtudes
- Disminuir la indiferencia y la evitación al agresor
- Desear lo mejor para la pareja

Tomar conciencia de la otra persona, ponerme en los zapatos del otro

ACTIVIDADES

- Practicar la comunicación asertiva practicar con ejemplos aprender los tipos de comunicación que están teniendo (agresiva, pasiva, asertiva) y aplicar la adecuada que es la asertiva.
 1. Explica lo que piensas o cómo te sientes
 2. Pide lo que quieres
 3. Sé capaz de decir “no”
 4. Acepta las muestras de afecto y los cumplidos con naturalidad, un simple “gracias” es suficiente.
 5. Expresar verbalmente o de otra forma lo que apreciamos de nuestra pareja es bueno para ambos, ya que los dos lograrán sentirse mejor. Nuestro entorno mejoraría notablemente si en vez de quejas o críticas hubiera más muestras de aprecio.

- Es lógico pensar que, si logramos escuchar a nuestra pareja con cariño y empatía, podremos encontrar la solución a nuestros conflictos en la relación

30 min.

MATERIALES

Papel bon o un cuaderno para anotar los ejemplos de comunicación que deben tener para tener y mantener una buena comunicación con la pareja.

TIEMPO TOTAL

45 MIN.

Cierre (5 minutos)

Reflexionamos con los y las participantes sobre la importancia de valorar los momentos felices y recordar que tenemos una familia. Asimismo, podemos destacar que necesitamos vivir en paz sin odio ni rencor que nos daña a nosotros mismo y a nuestros hijos.

Conversan sobre cómo se han sentido en la sesión.

SESION 6

Prueba de salida

OBJETIVOS:

- Medir los aprendizajes obtenidos, sacar resultados y conclusiones. De la investigación
- Agradecimiento a cada participante

ACTIVIDADES (Aquí se practica la silla vacía)

- Aplicación del test a ambos grupos (GE; GC)

MATERIALES

Test Hojas Lápices

TIEMPO TOTAL

45 MIN.

Cierre final (5 minutos) agradecimiento a cada participante

Reflexionamos con los y las participantes sobre la importancia de valorar los momentos felices y recordar que tenemos una familia. Asimismo, podemos destacar que necesitamos vivir en paz sin odio ni rencor que nos daña a nosotros mismo y a nuestros hijos.

Conversan sobre cómo se han sentido en este programa terapéutico, testimonios y conclusiones

