

VIOLENCIA EN EL NOVIAZGO

Evaluación, prevención e intervención
de los malos tratos en parejas jóvenes

César Armando Rey Anacona
Jorge Arturo Martínez Gómez



Manual Moderno[®]

RESEÑA

La adolescencia, llena de experiencias emocionantes y memorables para la mayoría de las personas, incluye las primeras relaciones románticas que, desde ya, pueden presentar situaciones de maltrato y violencia por parte de la pareja. Las relaciones afectivas que se presentan en esta etapa marcan la pauta para las relaciones posteriores y, en ese proceso, es fundamental el modelo que tuvo el adolescente en su familia y las experiencias e influencia de sus pares.

Estudios que revelan elevadas cifras de violencia en el noviazgo, indican la necesidad de contar con estrategias de evaluación, prevención e intervención en las relaciones en donde se presentan malos tratos.

En *Violencia en el noviazgo. Evaluación, prevención e intervención en los malos tratos en parejas jóvenes* se realiza una conceptualización de los malos tratos en el noviazgo; se revisan y analizan diferentes estrategias y técnicas de evaluación del maltrato en parejas jóvenes; se analizan varios programas de prevención de los malos tratos en el noviazgo y se presenta el programa para el mejoramiento de las relaciones de noviazgo “Querámonos bien”, desarrollado por parte de los autores de este libro en el marco de un proyecto de investigación institucional a cargo del Grupo de Investigación en Psicología Clínica y de la Salud (GIPCS) de la Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia.

Violencia en el noviazgo. Evaluación, prevención e intervención en los malos tratos en parejas jóvenes se convertirá en elemento de consulta indispensable para estudiantes, académicos y profesionales interesados en el tema.

CÉSAR ARMANDO REY ANACONA

Profesor Asociado Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia

JORGE ARTURO MARTÍNEZ GÓMEZ

Docente Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia



Editorial El Manual Moderno, S. A. de C. V.
Av. Sonora 206, Col. Hipódromo, 06100
México, D.F.

Editorial El Manual Moderno Colombia S.A.S.
Carrera 12A No. 79-03
Bogotá, D.C.

Bogotá, D. C. - 2018

D. R. ©2018 por
Editorial El Manual Moderno (Colombia) S. A. S.
ISBN libro impreso: 978-958-8993-23-2
ISBN versión electrónica: 978-958-8993-24-9
Editorial El Manual Moderno (Colombia) S. A. S.
Carrera 12A N^o 79 - 03/05
E-mail: info.colombia@manualmoderno.com
Bogotá, D. C., Colombia



es marca registrada de Editorial El Manual Moderno, S. A. de C. V.



www.manualmoderno.com

Presentación

[Reseña](#)

[Violencia](#)

[Violencia en el noviazgo](#)

[Presentación](#)

[1. ¿Qué son los malos tratos en parejas jóvenes?](#)

[2. Estrategias e instrumentos de evaluación](#)

[3. Prevención](#)

[4. Querámonos bien. Programa de mejoramiento de las relaciones](#)

[Apéndices](#)

[Apendice A](#)

[Apéndice B](#)

[Apéndice C](#)

[Apéndice D](#)

[Apéndice E](#)

[Apéndice F](#)

[Apéndice G](#)

[Apéndice H](#)

[Apéndice I](#)

[Apéndice J](#)

[Apéndice K](#)

Presentación

La adolescencia es una etapa transitoria entre la infancia y la vida adulta, llena de muchas experiencias emocionantes y memorables para la mayoría de las personas, incluyendo las primeras relaciones románticas. Sin embargo, muchos estudios han revelado que incluso en esta etapa germinal de la vida romántica se pueden presentar situaciones de maltrato y violencia por parte de la pareja. Las relaciones afectivas que se presentan en la adolescencia marcan la pauta para la manera en la que se establecerán las relaciones posteriores y, en ese proceso, es fundamental el modelo que tuvo el o la adolescente en su familia y las experiencias e influencia de sus pares, así como los patrones socioculturales de relación afectiva que permean las estructuras sociales en las instituciones educativas y las comunidades.

Desde el estudio de Makepeace (1981), quien encontró que una de cada cinco universitarias había sido víctima de malos tratos físicos frecuentes por parte de su pareja, se han realizado innumerables estudios que señalan que al menos la mitad de los(as) adolescentes y adultos jóvenes, han sido objeto de algún tipo de maltrato por parte de alguna pareja romántica, con prevalencias similares por sexo (Garrido y Taussig, 2013; Muñoz, Ortega-Rivera y Sánchez, 2013). En los Estados Unidos, estas altas cifras de prevalencia han llevado a considerar la violencia en el noviazgo como un serio problema de salud pública (Hoefler, Black y Ricard, 2015).

En Iberoamérica se cuenta con estudios que revelan elevadas cifras de violencia en el noviazgo, siendo preocupantes estos datos para la región por sus consecuencias en los adolescentes (e. g., Cortés-Ayala *et al.*, 2015; Muñoz-Rivas, Graña, O’Leary y González, 2007; Rey Anacona, 2013; Rivera, Allen, Rodríguez, Chávez y Lazcano, 2007; Vizcarra y Póo, 2011), que indican la necesidad de contar con estrategias de evaluación, prevención e intervención de los adolescentes y adultos jóvenes involucrados en relaciones en donde se presentan malos tratos.

En este libro se efectúa una amplia revisión del tema de los malos tratos en parejas jóvenes no casadas, fenómeno que se ha dado en llamar de manera general como “violencia en el noviazgo” o *dating violence* en la literatura en inglés, con el fin de brindar elementos para comprender el fenómeno, evaluar los casos e implementar un programa de intervención o de prevención, por parte de académicos, profesionales y estudiantes interesados en este tema. Para ello, el tema se tratará indistintamente con el término “malos tratos en parejas jóvenes” o “violencia en el noviazgo”.

En el primer capítulo se realiza una conceptualización de los malos tratos en el noviazgo, partiendo de la base de que son una forma de violencia de pareja, con diferencias sustanciales con respecto a la violencia marital, para posteriormente caracterizar la prevalencia del fenómeno entre los adolescentes y adultos jóvenes, sus posibles consecuencias y factores de riesgo, finalizando el capítulo con una explicación teórica del mismo, con base en estudios sobre los factores asociados a los malos tratos en el noviazgo.

A lo largo del segundo capítulo se revisan y analizan diferentes estrategias y técnicas de evaluación de los malos tratos en parejas jóvenes, describiendo las estrategias de evaluación psicológica que podrían utilizarse y diferentes instrumentos, comenzando con aquellos que van dirigidos a recoger información sobre los malos tratos, otros que podrían utilizarse para evaluar las posibles secuelas y factores de riesgo de dichos malos tratos, finalizando con una serie de instrumentos por medio de los cuales se podría evaluar la calidad de la relación, mientras que el tercer capítulo va dirigido a reseñar y analizar varios programas de prevención de los malos tratos

en el noviazgo, definiendo en primera instancia el concepto de prevención y los diferentes niveles de prevención, ofreciendo posteriormente pautas para el diseño de un programa de este tipo.

En el último capítulo se presenta el programa para el mejoramiento de las relaciones de noviazgo “Querámonos bien”, desarrollado por parte de los autores de este libro en el marco de un proyecto de investigación institucional a cargo del Grupo de Investigación en Psicología Clínica y de la Salud (GIPCS) de la Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia. Este programa se desarrolló con base en el enfoque de terapia y modificación del comportamiento, teniendo en cuenta los componentes que, según una revisión bibliográfica previa, podrían resultar eficaces para mejorar las relaciones de noviazgo en parejas donde se han presentado situaciones de maltrato físico, psicológico y/o sexual. Conforme al enfoque teórico mencionado, el programa asume las principales teorías del aprendizaje para la explicación y tratamiento de las conductas de maltrato a la pareja, como el papel del refuerzo en la consolidación de hábitos inadecuados de relación y la influencia de los modelos familiares en la resolución de los conflictos de pareja.

En el libro se presenta una descripción exhaustiva del programa para que pueda ser implementado con adolescentes y adultos jóvenes, junto con los formatos para las tareas que se desarrollan en sesión y en casa. En el capítulo se presentan, en primera instancia, los fundamentos teóricos y empíricos del programa que sustentan sus componentes terapéuticos, para posteriormente presentar los objetivos, características y procedimientos de implementación del programa, describiéndose cada una de sus sesiones. Finalmente, se presentan los resultados de los estudios de evaluación empírica que se han realizado con este programa, que evidencian resultados a favor de su eficacia para disminuir la probabilidad de los malos tratos hacia la pareja.

¿QUÉ ES EL NOVIAZGO?

Es muy difícil hablar de noviazgo sin encontrarse con opiniones variadas sobre lo que significa este término. Así para algunos, se habla de noviazgo cuando la relación es formal y por lo tanto, existe la posibilidad de que la pareja se case. Para otros, el término hace referencia a las relaciones de pareja reconocidas por los familiares y los amigos de cada integrante, pero que no implican necesariamente el matrimonio, excluyéndose de la definición a las relaciones pasajeras o furtivas. Según el Diccionario de la Real Academia Española (2014), “novio/a” es una persona que mantiene una relación amorosa con otra con fines matrimoniales, aunque también considera como tal a aquella persona que simplemente mantiene una relación romántica, por lo que el término se podría utilizar de una manera bastante amplia y no solo para las relaciones formales.

Por lo tanto, se podrían considerar como noviazgo aquellas relaciones de pareja cuyos integrantes no están casados y que manifiestan ciertas características, como el conocimiento de la relación por parte de otros significativos, citas regulares en las que los dos integrantes salen juntos, así como interacciones cariñosas y/o experiencias sexuales. Además, este tipo de relaciones no serían exclusivas, aunque si más comunes, entre los adolescentes y los adultos jóvenes.

La definición de este tipo de relaciones es particularmente relevante en la investigación científica sobre la violencia en el noviazgo, pues ello garantiza el establecimiento de unos criterios de inclusión válidos de los participantes. Para evitar excluir a muchos participantes potenciales por cuestiones semánticas, una alternativa podría ser preguntarles con respecto a su novio(a), o por la persona con la que “salen” (véase a modo de ejemplo: Vagi, Olsen, Basile y Vivolo-Kantor, 2015).

LA ADOLESCENCIA

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2017), la adolescencia es la etapa del ciclo vital que abarca de los 10 a los 19 años de edad. Puede dividirse en adolescencia temprana, la cual va de los 10 a los 14 años y adolescencia tardía, que abarca de los 15 a los 19 años de edad (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF], 2011). Durante la adolescencia temprana se produce un incremento en el nivel de hormonas sexuales (andrógenos en los varones y estrógenos en las mujeres), que conduce a una serie de cambios físicos que culminan con la maduración sexual del individuo. Sin embargo, los cambios no solamente son físicos: en este período se presenta mayor interés por las actividades sociales y la filiación a un grupo, y una mayor búsqueda de identidad y autonomía (OMS, 2017; UNICEF, 2011). También se incrementa el interés por las relaciones sexuales, siendo la etapa del ciclo vital en la que generalmente se experimentan las primeras relaciones románticas.

Aunque la búsqueda de identidad y autonomía es importante para el futuro adulto, la necesidad de filiación puede llevar al(a) adolescente a la influencia negativa de los pares y algunos medios de comunicación, particularmente en lo que tiene que ver con las relaciones sexuales. En las sociedades occidentales se ha venido banalizando cada vez más este tipo de experiencias, exponiendo a los adolescentes a conductas sexuales de riesgo como la promiscuidad y el sexo sin protección. La corteza prefrontal aún se encuentra en desarrollo, lo que puede favorecer el comportamiento impulsivo y tener relaciones sexuales por la presión social de iniciarse en la vida sexual (OMS, 2017; UNICEF, 2011). Así, la edad de inicio de las relaciones sexuales ha venido disminuyendo (Mendoza, Claros y Peñaranda, 2016).

Debido a lo anterior, resulta crucial enseñar a los adolescentes a comprender y manejar adecuadamente su vida sentimental y las relaciones sexuales, para el establecimiento de relaciones de pareja sanas en esta etapa de la vida y en la adultez. Es importante que entiendan que la atracción sexual suele ser común en esta edad y que dicha atracción puede llevar al enamoramiento cuando se conoce más a la otra persona y comienza a sentirse una serie de emociones positivas hacia la misma, aunque también se le suele idealizar, por lo que se debe evitar que estas emociones nublen el juicio racional sobre lo que es una relación basada en el respeto y la consideración por el otro.

Debido a la inexperiencia, la influencia negativa de los pares e inadecuados modelos familiares, muchos adolescentes pueden ser poco asertivos con su pareja, ya sea porque son sumisos o porque tienden a ser coercitivos con ésta. Pueden confundir el amor romántico con la atracción sexual o a creer que el sufrimiento, el control del otro(a) y el apego incondicional son esperables en las relaciones de pareja. Esta carencia de habilidades asertivas, de comunicación y de resolución de los conflictos, junto con las creencias erróneas sobre el amor romántico, pueden ser el caldo de cultivo de los malos tratos en las relaciones de pareja de los adolescentes y adultos jóvenes.

La presión negativa de los pares, los modelos parentales inadecuados y la influencia de los medios de comunicación también pueden llevar a algunos adolescentes a otras situaciones de riesgo para su salud física y mental, como el embarazo no deseado, las enfermedades de transmisión sexual, el consumo de alcohol, tabaco y drogas, la violencia sexual y las conductas de rompimiento de normas (Mendoza *et al.*, 2016; OMS, 2017). La susceptibilidad a la crítica junto con la inexperiencia e inmadurez, hacen más proclive al(a) adolescente a los efectos nocivos de las conductas de violencia y matoneo.

¿QUÉ SON LOS MALOS TRATOS EN EL NOVIAZGO?

Como se indicó anteriormente, la adolescencia es la etapa del ciclo vital en la que suelen iniciarse las experiencias románticas y se sientan las bases para las experiencias amorosas posteriores (Fernández-Fuertes, Fuertes y Pulido, 2006; Furman, Simon, Shaffer, y Bouchey, 2002; González-Ortega, Echeburúa y Corral, 2008). Por ello resulta bastante preocupante que varias investigaciones hayan encontrado frecuencias muy altas de conductas de violencia en las relaciones de pareja entre los adolescentes y los jóvenes, caracterizadas por agresiones verbales y psicológicas o emocionales, como insultos, acusaciones e intimidación, destinadas a intimidar o herir a la pareja (Halpern, Oslak, Young, Martin y Kupper, 2001; Harned, 2001; Linder, Crick y Collins, 2002; Smith, White y Holland, 2003).

La violencia o malos tratos en el noviazgo se describen como aquellos actos en una relación dirigidos a controlar o dominar a una persona física, sexual o psicológicamente, o a lastimar o generar daño a algún miembro de la pareja, en el contexto de una relación en la que existe

atracción y en la que los dos miembros salen juntos (Chung, 2005; Close, 2005; Grover, 2004; Muñoz-Rivas *et al.*, 2007). Estos actos incluyen agresiones de tipo emocional, físico y sexual (Tharp, Ball, Valle, Noonan y Rosenbluth, 2009).

Junto con la violencia marital, la violencia en el noviazgo es una forma de violencia de pareja, que tiende a presentarse en parejas conformadas por adolescentes o adultos jóvenes, y en la que comúnmente (aunque no siempre), los malos tratos son de menor gravedad que los que ocurren en la violencia marital (González-Ortega *et al.*, 2008; Rubio-Garay, López-González, Saúl y Sánchez-Elvira-Paniagua, 2012).

Algunas de estas conductas son percibidas por muchos adolescentes como normales, aceptándolas en las relaciones amorosas de noviazgo al confundirlas con amor e interés por la pareja (González, Muñoz-Rivas y Graña, 2003; González-Ortega *et al.*, 2008), pero pueden aumentar en frecuencia paulatinamente con el tiempo (Sears, Byers y Price, 2007). Se ha informado, en ese sentido, una correlación estadísticamente significativa entre el tiempo de relación y la frecuencia de malos tratos ejercidos por la pareja entre adolescentes y adultos jóvenes, lo que indica que una vez instaurados en la dinámica de la relación, este tipo de conductas se pueden convertir en un hábito malsano cada vez más común (Rey-Anacona, 2009; Vizcarra y Póo, 2011).

La violencia de pareja, para Lutzker y Wyatt (2008), comprende actos de violencia física, psicológica y sexual realizados contra ésta. Según el Ministerio de Salud de Colombia (1999), la violencia física son todas las conductas que generan daño físico en un miembro de la pareja tales como empujar, abofetear, golpear, patear, sofocar, atacar con un arma, sujetar, amarrar y recluir, mientras que la violencia emocional o psicológica, se caracteriza por conductas que buscan hacer sentir mal o humillar a la pareja, dañando su autoestima, tales como las amenazas, el aislamiento físico y social, los celos extremos, la posesividad, la privación, la intimidación y la degradación y humillación a través de sobrenombres peyorativos. Por su parte, la violencia sexual, según Puyana y Bernal (2001), tiene que ver con acciones como obligar a la pareja a tener relaciones sexuales, ejercer daños físicos durante las relaciones, obligarla a tener relaciones sin protección contra el embarazo y las enfermedades de transmisión sexual o criticarla y utilizar palabras sexualmente degradantes.

Si bien las violencias física, psicológica y sexual son las más citadas, el reglamento técnico para el abordaje forense integral de la violencia de pareja, del Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses (2007), define otras formas de violencia de pareja, las cuales se citan a continuación (p. 21):

- Abuso verbal. Utilización del lenguaje hablado para humillar, ridiculizar, amenazar o denigrar al otro miembro de la pareja.
- Abuso emocional o psicológico. Subvaloración o descalificación del otro, el autoritarismo, la imposición de ideas o deseos. Puede acompañar o preceder la violencia física como una forma de control a través del miedo y la degradación.
- Intimidación en los tratos, incluyendo la coacción utilizando terceros.
- Aislamiento. Acción ejercida para controlar cada aspecto de la vida del otro miembro de la pareja como su tiempo, sus actividades, su contacto con los otros. Así mismo cuando a una persona no se le permite trabajar, recibir llamadas telefónicas o ver amigos o familiares y debe estar fuera o desconectada del mundo exterior.
- Abuso económico. La agresión se ejerce cuando se controla el acceso de la pareja al uso del dinero, el manejo y gasto del mismo.
- Abuso sexual. Desde un punto de vista médico-social (no jurídico) se refiere a todas las

conductas que atentan contra los derechos sexuales y reproductivos de una persona. Incluye acoso sexual, violación, actos sexuales realizados contra el otro miembro de la pareja o contra la persona con la que se haya convivido o procreado.

- Abuso físico. Se refiere a las conductas que atentan contra la integridad física del otro miembro de la pareja.

VIOLENCIA EN EL NOVIAZGO POR MEDIOS VIRTUALES

Se ha planteado otra forma de violencia en el noviazgo, referente a todas aquellas conductas realizadas con el fin de controlar a la pareja utilizando medios electrónicos o en las que se envían mensajes insultantes o amenazantes a la pareja (Borrajo, Gámez-Guadix y Calvete, 2015). Consiste en el uso de dispositivos electrónicos, como teléfonos celulares, tabletas y computadores conectados a Internet, para llevar a cabo comportamientos de control y maltrato psicológico y emocional sobre el novio o novia. Según Borrajo *et al.* (2015), quienes lo llaman “abuso *online* en el noviazgo” (p. 327), este tipo de violencia en el noviazgo se puede subdividir en dos: a) las agresiones directas como los insultos o la difusión de información negativa sobre la pareja, y b) las conductas de monitoreo y control sobre esta, como revisar su perfil de *Facebook* para chequear con quién se comunica, o rastrear su ubicación con alguna aplicación de teléfonos celulares, desarrollando la escala *Online Dating Abuse –Maltrato en el Noviazgo en Línea–* (Borrajo, Gámez-Guadix, Pereda y Calvete, 2015), que se reseñará en el siguiente capítulo.

LA DIRECCIONALIDAD Y PROGRESIÓN DE LOS MALOS TRATOS EN EL NOVIAZGO

Varios estudios sobre los malos tratos en el noviazgo han evidenciado que, al menos en la mitad de los casos, se presentan malos tratos de manera bidireccional (Alegría y Rodríguez, 2015). Por ejemplo, Arbach, Nguyen y Bobbio (2015) encontraron que el 52% de los participantes de una muestra de 899 universitarios argentinos heterosexuales, había ejercido y había sido también víctima de violencia física por parte de su pareja. En comparación, el 33% de las mujeres y el 15% de los hombres, informó solamente haber agredido físicamente a su pareja, pero no reportaron haber recibido este tipo de violencia por parte de esta. El riesgo de recibir violencia física fue 14 veces mayor entre aquellos participantes que reportaron haber agredido físicamente a su pareja.

Muñoz-Rivas, Graña, O’Leary y González (2009), por su parte, examinaron la naturaleza diádica de las agresiones sexuales en una muestra de 4056 estudiantes de secundaria y universitarios madrileños, entre 16 y 26 años de edad, y encontraron que la probabilidad de ser sexualmente agredido por la pareja fue mayor entre aquellos participantes que también habían agredido sexualmente a su pareja: aproximadamente dos veces más entre los hombres y cuatro veces más entre las mujeres que habían ejercido esa forma de violencia en el noviazgo. Mientras tanto, Martínez, Vargas y Novoa (2016), hallaron entre 589 estudiantes colombianos de 12 a 22 años de edad, que el 70,9% había sido objeto, por lo menos una vez, de alguna conducta de maltrato por parte de su pareja, mientras que el 48,6% reportó haber ejercido, al menos una vez, una conducta de este tipo a su pareja.

Estos datos y los de otros estudios señalan que pueden presentarse tres situaciones: la victimización, la perpetración y la violencia mutua, recíproca o bidireccional. No obstante, hacen falta más investigaciones para determinar las características contextuales y situacionales de los integrantes de la pareja que conllevarían a la unidireccionalidad, o a la bidireccionalidad de los malos tratos, así como los cambios que podrían presentarse en la dirección de los malos tratos

durante el tiempo de relación.

Tampoco se han realizado muchos estudios sobre la progresión de los malos tratos en parejas jóvenes, pero los que se han efectuado revelan que la frecuencia de los malos tratos se incrementa con el tiempo de relación (O’Leary y Slep, 2003; Sears *et al.*, 2007). Rey Anacona (2009) y Vizcarra y Póo (2011), por ejemplo, encontraron una correlación positiva estadísticamente significativa entre la frecuencia de malos tratos y el tiempo de relación entre estudiantes universitarios, lo cual sugiere que los malos tratos se incrementan con el tiempo debido a que se convierten en una pauta habitual para resolver los conflictos y desacuerdos de pareja, posiblemente aceptada por ambos integrantes por creencias inadecuadas sobre el amor y las relaciones de pareja (González-Ortega *et al.*, 2008). En algunos casos es posible que los malos tratos unidireccionales se vuelvan bidireccionales, convirtiéndose de esa manera en una pauta inapropiada de resolución de los conflictos en la pareja.

Vale la pena destacar, en ese sentido, algunos resultados del estudio ya citado de Muñoz-Rivas *et al.* (2009), quienes también hallaron en su muestra de estudiantes de secundaria y universitarios, que la probabilidad de ser agredido sexualmente era mayor entre los participantes que habían sido víctimas de otros tipos de maltrato. Los hombres que habían ejercido conductas de celos y de dominio, tenían mayor probabilidad de haber agredido sexualmente a su pareja. Además, la probabilidad de ser sexualmente agredido fue mayor entre los varones cuya relación tenía más de tres años de duración.

Según González-Ortega *et al.* (2008), los malos tratos en las parejas jóvenes muchas veces se pasan por alto debido a que no suelen ser tan graves como los que ocurren en los casos de violencia marital; además, las víctimas de estos malos tratos suelen continuar en la relación debido a que atribuyen estos comportamientos a arrebatos pasajeros, por lo que no los consideran una manifestación de violencia. Tal como se ilustra en la Figura 1, los malos tratos inicialmente se manifestarían como comportamientos de control sobre la pareja, como los celos excesivos y los chantajes emocionales, que se van haciendo cada vez más frecuentes, y que pueden llegar más adelante a comportamientos de dominio y control más serios, hasta llegar a las agresiones físicas y/o sexuales. El modelo diádico longitudinal de O’Leary y Slep (2003), señala en ese sentido, que la presencia de violencia psicológica predice la violencia física en la relación de pareja y que la violencia física produce como reacción el mismo tipo de violencia en la pareja victimizada, con lo cual es posible que se pase con el tiempo de una situación de unidireccionalidad a bidireccionalidad.

Debido a que la bidireccionalidad parece ser más frecuente entre parejas de novios que entre parejas casadas, se ha considerado que en la violencia en el noviazgo podría estar influyendo más el cambio en los roles de género resultante de los cambios sociológicos recientes, como el mayor acceso de la mujer al mundo laboral, la postergación de la maternidad por parte de muchas mujeres, la mayor participación del hombre en la crianza y el hogar, entre otros, ya que estos cambios promoverían un mayor igualitarismo en comparación con el patriarcalismo (Alegría y Rodríguez, 2015).

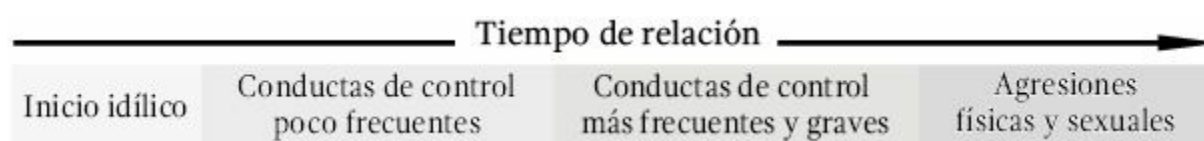


Figura 1. Progresión teórica de los malos tratos en parejas jóvenes

PREVALENCIA

La dimensión de este fenómeno comenzó a visibilizarse con el estudio pionero ya citado de Makepeace (1981), quien informó que una de cada cinco universitarias había sido objeto de malos tratos físicos frecuentes por parte de su pareja. En los Estados Unidos los estudios de prevalencia han informado cifras que se incrementan hasta en un 88% cuando se considera la violencia verbal (Cornelius y Resseguie, 2007). Los estudios tipo encuesta han encontrado que aproximadamente la mitad de los participantes ha sido objeto de alguna forma de violencia en el noviazgo (Garrido y Taussig, 2013).

En la mayoría de las investigaciones sobre la prevalencia de los malos tratos en el noviazgo se incluyen actos de naturaleza psicológica-emocional, física y sexual. Sin embargo, existe evidencia que indica que se podrían presentar malos tratos de tipo económico, referentes al manejo y gasto del dinero por parte de la pareja, según lo informado en dos estudios que se reseñan más adelante (Rey-Anacona, 2009; 2013).

Sears, Byers y Price (2007) encontraron entre 633 varones y mujeres canadienses de 12 a 18 años de edad, de grados séptimo a undécimo, que el 35% de varones había realizado actos de violencia psicológica, el 15% de tipo físico y el 17% actos de violencia sexual, mientras que entre las mujeres el 47% había ejercido violencia psicológica, el 28% física y el 5% sexual. En los Estados Unidos se aplicó la “Encuesta de Comportamiento de Riesgo Juvenil” *Youth Risk Behavior Surveillance*, a 13583 estudiantes de noveno a duodécimo grado seleccionados por medio de un muestreo por conglomerados polietápico, encontrándose que en los últimos 12 meses entre el 7% y el 14,8% de los participantes había sido lastimado físicamente, mientras que entre el 7,8% y el 13,8% reportó haber sido obligado a realizar actividades sexuales, incluyendo besos, caricias y relaciones sexuales (Gressard, Swahn y Tharp, 2015).

En Iberoamérica diferentes estudios han revelado prevalencias similares por sexo. González y Santana (2001), por ejemplo, encontraron entre 1146 estudiantes de 16 a 18 años de edad, de Santa Cruz de Tenerife (España), que habían tenido al menos una relación de pareja, que el 7.5% de los varones y el 7.1% de mujeres habían empujado o pegado a su pareja, mientras que Muñoz-Rivas *et al.* (2007), encontraron entre 2416 adolescentes y adultos jóvenes solteros de 36 escuelas de secundaria de Madrid (España), que el 95,3% de las mujeres y el 92,8% de los varones había ejercido conductas verbales agresivas, mientras que el 2% de las mujeres y el 4,6% de los varones había ejecutado actos de agresión física. Rivera, Allen, Rodríguez, Chávez y Lazcano (2007), hallaron entre 7960 estudiantes de escuelas públicas de Morelos (México), que el 4,21% de mujeres y el 4,33% de los varones había ejercido violencia psicológica, mientras que el 20,99% de las mujeres y el 19,54% de los varones había llevado a cabo actos de violencia física.

En Chile, Lehrer, Lehrer y Zhao (2010), llevaron a cabo un estudio en una universidad pública para identificar la prevalencia de mujeres víctimas de violencia física en su relación de noviazgo, encontrando que aproximadamente el 21% había sido víctima de uno o más incidentes de este tipo sin secuelas físicas, mientras que el 5% reportó una lesión física como resultado de estos incidentes de violencia. En Argentina, un estudio con 963 jóvenes universitarios encontró que el 34% de las mujeres y el 22% de los varones informó haber agredido físicamente a su pareja en los últimos 12 meses de la relación; el 6% informó haber lesionado físicamente a su pareja (Arbach *et al.*, 2015).

En Colombia, nuestro grupo de investigación desarrolló dos estudios, uno en donde los participantes informaron si habían sido víctimas de algún tipo de maltrato por parte de su pareja (Rey-Anacona, 2009) y otro posterior donde reportaron si habían ejercido algún tipo de maltrato a su pareja (Rey-Anacona, 2013). En el primero participaron 149 varones y 254 mujeres entre 15 y

30 años, solteros y sin hijos, de los cuales el 82.6% informó haber sido objeto, por lo menos una vez, de alguna forma de maltrato por parte de su pareja, psicológico, emocional, físico, sexual o económico, no encontrándose diferencia estadísticamente significativa entre el porcentaje de varones y de mujeres que reportaron dicho maltrato. En el segundo, participaron 417 varones y 485 mujeres entre 15 y 35 años de edad, solteros y sin hijos, de los cuales el 85.6% informó haber ejercido, al menos una vez, alguna forma de maltrato hacia su pareja, no encontrándose tampoco diferencia estadísticamente significativa entre el porcentaje de varones y de mujeres que reportaron dicho maltrato. El tipo de maltrato más frecuentemente ejercido fue el psicológico, seguido por el físico, el emocional, el sexual, el económico y el negligente; el porcentaje de varones que informó al menos una conducta de maltrato emocional, sexual, económico y negligente fue significativamente mayor que el de las mujeres, no hallándose diferencias estadísticamente significativas por sexo con respecto al maltrato físico y psicológico.

Por su parte, Martínez *et al.* (2016), en el estudio ya citado, encontraron que los tipos de maltrato más comunes era el emocional y el psicológico, afectando al 61% y 51,4% de los participantes respectivamente, entre 589 estudiantes colombianos de 12 a 22 años de edad.

Como se puede deducir, el fenómeno de la violencia en el noviazgo tiene la singularidad de afectar a proporciones similares de varones y mujeres, al contrario de lo que suele suceder en la violencia marital, en donde el número de mujeres victimizadas por su pareja suele ser mayor (Krug, Dahlberg, Mercy, Zwi y Lozano, 2003), lo que indica que deben examinarse otros factores de riesgo distintos a los que ocurren en este último tipo de violencia de pareja.

DIFICULTADES DE SALUD ASOCIADAS CON LOS MALOS TRATOS EN PAREJAS JÓVENES

Con respecto a las dificultades de salud asociadas a la violencia en parejas jóvenes, distintos estudios han señalado mayor prevalencia de las siguientes dificultades entre adolescentes y adultos jóvenes víctimas de este tipo de violencia: bajo rendimiento académico, abandono de los estudios, baja autoestima, reducido bienestar físico y emocional, abuso de sustancias, intentos de suicidio, enfermedades de transmisión sexual, trastornos alimentarios, embarazos no deseados, sentimientos de culpa, ira, dolor, trastornos de ansiedad y depresivos (Foshee, McNaughton, Gottfredson, Chang y Ennett, 2013; Giordano, Soto, Manning y Longmore, 2010; Jackson, Cram y Seymour, 2000; Lewis y Fremouw, 2001; Lormand *et al.*, 2013; Rivera, Allen, Rodríguez, Chávez y Lazcano, 2006; Silverman, Mucci y Hathaway, 2001).

Entre las mujeres víctimas de este tipo de violencia, específicamente, son comunes las conductas sexuales de riesgo, abuso de sustancias, embarazo, intentos de suicidio y conductas inapropiadas para controlar el peso corporal *Centers for Disease Control and Prevention*, 2006; (Howard y Wang, 2003; Kreiter *et al.*, 1999; Rivera *et al.*, 2007; Roberts, Auinger y Klein, 2006; Silverman *et al.*, 2001), mientras que entre los varones se ha encontrado mayor frecuencia de intentos de suicidio, ingesta excesiva de bebidas alcohólicas y peleas físicas (Ackard y Neumark-Sztainer, 2002; *Centers for Disease Control and Prevention*, 2006; Rivera *et al.*, 2007).

Una revisión de la literatura efectuada por Tharp *et al.* (2009), indica que las mujeres víctimas de violencia en el noviazgo están en mayor riesgo de presentar desórdenes alimenticios, problemas para el manejo del peso, depresión, abuso de sustancias, intentos e ideación suicida, una menor calidad de vida, bajo autoconcepto, conductas sexuales de riesgo, embarazo, miedo al embarazo por sexo forzado, trastorno por estrés postraumático (TEPT), insatisfacción en la relación, problemas escolares, bajo soporte social y futura revictimización.

Foshee *et al.* (2013) llevaron a cabo un estudio longitudinal con 3328 estudiantes

estadounidenses del octavo al doceavo grado que vivían en áreas rurales, para determinar si el maltrato físico y psicológico se podía relacionar posteriormente con el uso de sustancias, síntomas internalizantes, las aspiraciones académicas, el grado escolar y las relaciones con familiares y amigos. Hallaron que el maltrato psicológico predecía el consumo de alcohol, mientras que el maltrato físico predecía el consumo de cigarrillo. Sin embargo, los resultados fueron más graves entre las mujeres, ya que entre estas la violencia psicológica predijo la presencia de síntomas internalizantes y la violencia física el uso de marihuana, mientras que entre los varones solo se encontró un efecto moderado sobre las relaciones con amigos. Estas diferencias señalan que las consecuencias de los malos tratos podrían ser más graves entre las mujeres que entre los varones (González-Ortega *et al.*, 2008; e. g., Foshee *et al.*, 2013; Roberts, Klein y Fisher, 2003).

Una investigación, en la que participaron 668 estudiantes universitarios (Amanor-Boadu *et al.*, 2011), encontró que las agresiones físicas leves se relacionaban con puntuaciones más altas en depresión, ansiedad y TEPT. Sin embargo, las comparaciones por sexo revelaron que los varones agredidos físicamente por su pareja presentaron puntuaciones más altas en ansiedad y TEPT comparados con los hombres no agredidos, diferencias que no se encontraron entre las mujeres agredidas y las no agredidas, lo cual señala, a diferencia de los estudios previos, que los hombres podrían presentar consecuencias tan graves como las mujeres.

FACTORES DE RIESGO

Diferentes estudios señalan que las siguientes circunstancias podrían favorecer los malos tratos en el noviazgo: actitudes a favor del uso de la violencia hacia la pareja, exposición a violencia entre los padres, historia de maltrato infantil, conocidos que han sido victimarios de malos tratos en el noviazgo y experiencias previas con este tipo de violencia (González-Ortega *et al.*, 2008; Rey-Anacona, 2008a; Rubio-Garay, Carrasco, Amor y López-González, 2015).

Según la revisión realizada por González-Ortega *et al.* (2008), los victimarios suelen tener rasgos de personalidad anómalos como baja autoestima, impulsividad, baja empatía e irascibilidad, además de un consumo abusivo de drogas y alcohol, celos patológicos, actitudes a favor de la violencia y experiencias previas de violencia de pareja, mientras que las víctimas comúnmente inician su vida afectiva a temprana edad, no tienen una adecuada red de apoyo social y familiar, presentan ciertas conductas de riesgo, consumo de drogas y alcohol, y déficits psicológicos como baja autoestima, poca asertividad y carencias afectivas. Lehrer *et al.* (2010), al respecto señalan que la violencia física hacia las mujeres en el noviazgo se relaciona con haber sido testigo de violencia en la infancia, la baja educación de los padres, vivir fuera de la casa paterna durante los estudios y haber iniciado la vida sexual.

Rubio-Garay *et al.* (2015), realizan una revisión muy exhaustiva de los factores de riesgo de la violencia en el noviazgo, clasificándolos en “facilitadores” y “precipitantes”, los cuales, a su vez, se dividen en (inter) personales y situacionales. En los factores facilitadores (inter) personales incluyen las actitudes a favor de la violencia, así como

... actitudes negativas sobre la mujer, alteraciones de la personalidad, alteraciones psicopatológicas, antecedentes de violencia de pareja, autoestima baja, celos, conductas sexuales de riesgo, consumo de alcohol y de drogas, déficit de habilidades de comunicación, déficit de solución de problemas, embarazos no deseados, empatía baja, estereotipos de género, hostilidad, ideación y conductas suicidas, ira y problemas escolares y bajo rendimiento académico (p. 50).

Asimismo, consideran como factores facilitadores situaciones como escaso apoyo social, influencia de pares que han ejercido violencia a su pareja, estrés psicosocial, maltrato y abuso en la infancia, violencia en la familia de origen y en la comunidad, y hábitos de crianza

disfuncionales, mientras que el consumo de drogas y alcohol sería el principal factor precipitante (inter) personal y el estrés psicosocial el principal precipitante situacional.

A continuación se exponen a profundidad los factores de riesgo más estudiados de este tipo de violencia.

EXPOSICIÓN A VIOLENCIA ENTRE LOS PADRES

Algunas características del funcionamiento de la familia generan un ambiente de calidez, fraternidad, apoyo y seguridad, que promueven un desarrollo socio-emocional sano entre los hijos, mientras que las manifestaciones de violencia dentro de la familia generan un ambiente de tensión e inseguridad, con resultados negativos en el desarrollo de los hijos (Alonso y Castellanos, 2006; Matud, 2007). Según Sarquis (2005), los niños que observan a su progenitora ser objeto de violencia, tienden a presentar conductas de interiorización como tristeza, aislamiento, molestias somáticas, miedo y ansiedad; conductas de exteriorización como agresión, crueldad con los animales, desafío a la autoridad, destructividad y dificultades en las relaciones sociales, como fracaso escolar, mala relación con los compañeros, no participación en actividades deportivas o extraescolares y mayor predisposición a maltratar o convertirse en víctimas de malos tratos por parte de su pareja.

Existen varios estudios que indican que aquellos adolescentes y adultos jóvenes que estuvieron expuestos a conductas de agresión y maltrato intrafamiliar, como violencia entre los padres, abuso físico, falta de calidez de los padres, falta de confianza y negligencia, tienden a involucrarse en relaciones de noviazgo caracterizadas por el maltrato (Crooks, Jaffe, Wolfe, Hughes y Chiodo, 2011; Leadbeater, Banister, Ellis y Yeung, 2008; Malik, Sorenson y Aneshensel, 1997; O'Keefe, 1997; Price y Byers, 1999; Rey-Anacona, 2009; White, 2009).

Así, por ejemplo, Próspero (2006) encontró que los adolescentes que provenían de hogares conflictivos, tendían a informar mayores niveles de agresión verbal y física en sus relaciones de noviazgo. Carr y Vandusen (2002), encontraron que los estudiantes universitarios que estuvieron expuestos a violencia entre sus padres, tendían a perpetrar actos de violencia física en sus noviazgos, mientras que Foshee *et al.* (2004) encontraron una correspondencia entre haber presenciado o haber sido víctima de violencia en la familia de origen y la realización de conductas violentas hacia su pareja. Según O'keefe (1997), el 57% de los estudiantes que señalaron haber sido maltratados por sus padres durante la infancia, habrían estado involucrados en una relación de pareja violenta.

La exposición a la violencia entre los padres no solo legitimaría el uso de la violencia hacia la pareja, sino que expondría a los espectadores (hijos) a modelos agresivos de resolución de conflictos que podrían llevar a la adopción de estas conductas con sus parejas futuras (Evans, Davies y DiLillo, 2008; Holt, Buckley y Whelam, 2008; Renner y Slack, 2006). Por consiguiente, en el tratamiento de adolescentes y adultos jóvenes que han estado involucrados en relaciones de violencia en el noviazgo, es importante examinar si observan esta situación como natural o previsible, por efecto de la legitimización del uso de violencia en la familia de origen.

EXPERIENCIAS PREVIAS DE VIOLENCIA

Los hallazgos de algunas investigaciones revelan que los adolescentes que fueron objeto de malos tratos por parte de alguna pareja, tienen mayor probabilidad de ser nuevamente blanco de los mismos (Rey-Anacona, 2008a). Así, Gagné, Lavoie y Hébert (2005) encontraron que uno de los factores que se relacionaba con la victimización entre 622 adolescentes mujeres, eran las experiencias anteriores de violencia por parte de la pareja. Smith *et al.* (2003), por su parte,

hallaron entre 1569 estudiantes universitarias, que aquellas que fueron maltratadas físicamente por su pareja en la adolescencia tenían mayor probabilidad de ser blanco de ataques físicos o sexuales por alguna pareja durante los años universitarios. Es posible que esta tendencia a ser víctima de malos tratos en el noviazgo con diferentes parejas, sea una consecuencia de la justificación de la violencia como algo natural o esperable en la relación, aspecto que se abordará a continuación.

ACTITUDES A FAVOR DE LA VIOLENCIA

Según Díaz-Aguado, Martínez y Martín (2004), el individuo que ejerce violencia suele creer que esta se justifica o que es necesaria, lo cual facilita su ejecución, inhibiendo la empatía por la víctima. En las relaciones de noviazgo puede ocurrir algo similar cuando los malos tratos se aceptan como algo “normal” dentro de la relación (Avery, Cascardi, O’Leary y Cano, 1997; Foshee *et al.*, 2000, Hilton, Harris y Rice, 2006). En el estudio realizado por Muñoz-Rivas *et al.* (2007), el 32% de los adolescentes manifestó que aunque su relación era estable también se caracterizaba por comportamientos de maltrato por parte de la pareja, incluyendo las agresiones físicas que se realizan en forma de bromas o juegos.

Vizcarra y Póo (2011), examinaron la prevalencia y los factores asociados con los malos tratos en el noviazgo entre 427 estudiantes universitarios chilenos seleccionados aleatoriamente, encontrando que el 57% había sufrido alguna vez violencia psicológica y el 26% violencia física, y que los varones reportaron haber recibido violencia un poco más que las mujeres. La violencia física, en particular, se asoció con la violencia psicológica recibida, baja participación religiosa y con actitudes favorables hacia la violencia, mientras que la violencia psicológica se relacionó con mayor tiempo de relación de pareja y actitudes favorables hacia la violencia, lo cual muestra que los malos tratos en el noviazgo constituyen patrones de comportamiento vistos como normales que perpetúan su mantenimiento a lo largo de la relación (véanse en la Tabla 1 las actitudes a favor de la violencia examinadas por estas autoras).

Tabla 1. Creencias que justifican el uso de la violencia presentes en la escala de actitudes hacia la violencia íntima de Póo y Vizcarra (2011)

- Cuando un miembro de la pareja es infiel.
 - Cuando un miembro de la pareja descalifica al otro delante de terceras personas.
 - Cuando un miembro de la pareja descalifica al otro delante de su familia.
 - Cuando un miembro de la pareja insulta al otro (en parejas con bajo nivel educacional).
 - Cuando uno o los dos miembros de la pareja tienen una historia personal de maltrato o han sido testigo de violencia en la familia de origen.
 - Cuando uno o los dos miembros de la pareja presentan alteraciones emocionales como por ejemplo impulsividad, ansiedad, depresión.
 - Cuando uno o los dos miembros de la pareja presentan consumo abusivo de sustancias como alcohol y/o drogas.
 - Cuando uno de los miembros de la pareja se niega a tener relaciones sexuales.
-

Según De la Peña, Ramos, Luzón y Recio (2011), hay una serie de mitos, falacias y falsas

creencias que podrían coadyuvar a la aceptación, justificación y normalización de comportamientos de maltrato en la pareja, los cuales clasifican en cuatro grupos en la Escala de Mitos Sobre el Amor Romántico.

En la Tabla 2 se presentan los 19 mitos, falacias y falsas creencias que estos autores congregan en cuatro grupos en el instrumento mencionado.

Tabla 2. Mitos, falacias y falsas creencias sobre el amor romántico (de la Peña *et al.*, 2011)

| Grupo | Mitos, falacias y falsas creencias |
|---|---|
| “El amor todo lo puede” | Crear que la otra persona cambiará, aceptando algunas actitudes negativas de esta por “amor”; que el amor es suficiente para superar todos los obstáculos; que las discusiones y los conflictos, sin importar su gravedad, son normales en cualquier relación y que las incompatibilidades en una pareja son aceptables, pues “los polos opuestos se atraen”, así como la creencia de que no hay amor verdadero sin sufrimiento y que este lo aguanta todo. |
| “El amor verdadero predestinado” | Incluye la creencia de la existencia de la “media naranja”, de una persona que será el complemento de la persona, que está predestinado para ser su pareja, así como la creencia en la existencia de un alma gemela, un único amor “verdadero” que durará toda la vida. |
| “El amor es lo más importante y requiere entrega total” | Crear que la pareja debe ser el centro de todo, que solo se puede ser feliz con ella, que la pareja es la principal fuente de felicidad y que es necesario “fusionarse” con ella, entregándose totalmente al otro, hasta el punto de olvidar la propia existencia; que el amor es sacrificio y que la pareja debería saberlo todo. |
| “El amor es posesión y exclusividad” | Creencia de que los celos son una manifestación de amor, que el otro es su posesión. |

Borrajo *et al.* (2015), examinaron la violencia en el noviazgo por medios virtuales a través de la ya reseñada escala *Online Dating Abuse* (Borrajo, Gámez-Guadix, Pereda *et al.*, 2015), que mide conductas de agresión directa y de control sobre la pareja a través de estos medios, en una muestra no probabilística de 656 españoles de 18 a 30 años de edad. También midieron la justificación de este tipo de comportamientos por medio de una escala que desarrollaron con dicho fin y los mitos amorosos, medidos a través de una escala que contiene siete ítems referentes a afirmaciones como “los celos son una prueba de amor” y “usted puede maltratar a alguien que ama”. Encontraron que la justificación de este tipo de violencia se asociaba significativamente con una mayor probabilidad de realización de una agresión directa por medios electrónicos, siendo más fuerte esta asociación entre las mujeres, mientras que los mitos amorosos se relacionaban significativamente con mayor probabilidad de ejecución de una conducta de control a través de estos medios. Estos resultados muestran cómo los mitos sobre el amor romántico pueden justificar diferentes formas

de malos tratos en el noviazgo.

Lichter y McCloskey (2004) llevaron a cabo un estudio con 208 varones y mujeres entre 13 y 21 años de edad, sobre la relación entre la justificación de la violencia en el noviazgo y la observación de violencia marital entre los padres, encontrando que aquellos participantes que habían estado expuestos a violencia marital en su infancia tendían a justificar este tipo de violencia. Sin embargo, las actitudes tradicionales sobre las relaciones de pareja y la justificación de la violencia se relacionaron más con la violencia en el noviazgo, que la exposición a violencia entre los padres, lo cual indica que las creencias que justifican el uso de la violencia en la pareja podrían tener un peso mayor en la realización efectiva de este tipo de conductas que la observación de este tipo de violencia en la familia de origen.

Otros autores señalan que entre las víctimas se pueden aceptar los comportamientos de maltrato debido a su poca experiencia, a los modelos familiares, la influencia de pares, la baja autoestima y carencia de asertividad; además, es posible que consideren que estos comportamientos no se presentan porque no han habido actos de violencia física (González-Ortega *et al.*, 2008; González y Santana, 2001; Hernando, 2007; Lorente, 2001).

PERSPECTIVAS TEÓRICAS SOBRE LOS MALOS TRATOS EN EL NOVIAZGO

Aunque en la actualidad se cuenta con un cúmulo de conocimientos científicos muy importante sobre la violencia en el noviazgo, es curioso que haya muy pocos marcos teóricos publicados que permitan explicar y predecir esta forma de violencia de pareja. Como alternativa, se han utilizado perspectivas y planteamientos teóricos diseñados para parejas casadas, los cuales se reseñarán a continuación, para posteriormente abordar algunos planteamientos teóricos específicos realizados con respecto a los malos tratos en parejas jóvenes.

PERSPECTIVA DE GÉNERO

Esta aproximación explicativa hace énfasis en el papel de los roles tradicionales de género en la realización y mantenimiento de los malos tratos en la pareja, destacando los estereotipos de género que subvaloran a la mujer y el uso de la violencia como la principal estrategia para resolver los conflictos en la pareja (Puyana y Bernal, 2001). Estos estereotipos se manifiestan en una serie de creencias sobre las características de personalidad y los roles sociales que deberían tener los hombres y las mujeres en razón de su sexo biológico (Rodríguez, Lameiras, Carrera y Faílde, 2010), relacionándose rasgos como la dureza, la agresividad y la insensibilidad con lo masculino, mientras que la ternura, la empatía y la debilidad se consideran características típicamente femeninas; además, se espera que el hombre se desempeñe en el ámbito público, haciéndose cargo del sostenimiento y la toma de decisiones importantes en el hogar, mientras que la mujer debería dedicarse a las labores del hogar, a la crianza y el cuidado de la familia en el ámbito privado (Recio, Cuadrado y Ramos, 2007; Puyana y Bernal, 2001; Saldívar *et al.*, 2015).

En relación con la violencia de pareja se considera que estos estereotipos tradicionales de género promueven el uso de la violencia hacia la mujer, al promover una subvaloración de esta con respecto al hombre, quien se sentiría en el derecho de castigarla física o psicológicamente cuando no asume adecuadamente estos estereotipos de género o se utilizan como justificación de la violencia (Puyana y Bernal, 2001). Esta perspectiva es avalada por los estudios de prevalencia que muestran que el número de mujeres víctimas de violencia por parte de su pareja es visiblemente superior al de los hombres (Krug *et al.*, 2003). Por ejemplo, el Instituto Colombiano de Medicina Legal y Ciencias Forenses (2015) registró 48849 casos de violencia de pareja en el año 2014, de

los cuales el 85% eran mujeres; el 52% de todos los casos correspondía a personas entre 15 y 29 años de edad. La Encuesta Nacional de Demografía y Salud realizada en el año 2010 (Asociación Probienestar de la Familia Colombiana, 2011), en la que participaron 67408 mujeres colombianas entre 13 y 69 años de edad, encontró que el 37% de dichas participantes habían sufrido agresiones físicas por parte de su esposo o compañero, con un 26% que fue objeto de frases despectivas por parte de este (p. ej., “usted no sirve para nada”, “mi mamá hacía mejor las cosas”), mientras que el 16% informó que su esposo o compañero había amenazado con quitarle el apoyo económico y el 17% que le quitaría los hijos.

En el caso de los malos tratos en parejas jóvenes, se han realizado algunos estudios con respecto a la relación de las creencias sexistas con este tipo de violencia de pareja, en los que se han utilizado preferiblemente instrumentos que asumen la división efectuada por Glick y Fiske (2001), según ellos el sexismo es hostil cuando se manifiesta en actitudes de dominación hacia la mujer, fundamentados en la premisa de la superioridad masculina sobre la mujer, mientras que es benévolo o benevolente, cuando expresa una actitud de protección y de afecto hacia esta, bajo la misma premisa. Entre estos instrumentos se destaca el “Inventario de Sexismo Ambivalente” *Ambivalent Sexism Inventory* desarrollado por Glick y Fiske (1996), cuya versión en castellano fue desarrollada por Expósito, Moya y Glick (1998) y la Escala de Detección de Sexismo en Adolescentes (DSA; Recio *et al.*, 2007).

Rojas-Solís y Carpintero (2011) utilizaron la DSA (Recio *et al.*, 2007) y examinaron las correlaciones entre cada tipo de sexismo y las agresiones perpetradas y sufridas por 453 varones universitarios españoles. Hallaron que los varones presentaban puntuaciones significativamente más altas en sexismo hostil que las mujeres, mientras que estas puntuaban más alto en sexismo benevolente. Además, encontraron correlaciones estadísticamente significativas, aunque bajas, entre cada forma de sexismo y las agresiones sexuales y verbales, tanto perpetradas como sufridas, pero no con las agresiones físicas. Entre los hombres, las dos formas de sexismo correlacionaron con las agresiones sexuales perpetradas, mientras que entre las mujeres correlacionaron con las agresiones sexuales sufridas y las agresiones verbales perpetradas y sufridas.

Allen, Swan y Raghavan (2009), por su parte, solamente encontraron correlaciones estadísticamente significativas entre sexismo benevolente y violencia de pareja, en una muestra de universitarios estadounidenses; además, el sexismo benevolente correlacionaba negativamente con la perpetración entre los varones, mientras que entre las mujeres correlacionaba negativamente con la victimización, lo cual sugiere que las creencias sexistas benevolentes inhiben la agresión hacia la pareja entre los varones jóvenes y la victimización entre las mujeres.

Cardona *et al.* (2015), por su parte, informaron puntuaciones significativamente más altas entre los varones que entre las mujeres en sexismo hostil, sexismo benevolente, en la justificación de la violencia de género y en la justificación del sexismo y la utilización de la violencia como reacción, en una muestra conformada por 1393 universitarios colombianos.

Estos resultados sugieren que las creencias sexistas podrían tener cierto papel en la perpetración y victimización de malos tratos entre las parejas jóvenes, pero este efecto dependería de otros factores como el entorno sociocultural y el género. También señalan que el sexismo hostil es más aceptado entre los varones que entre las mujeres y que tendría mayor influencia sobre la agresión masculina que la femenina, lo cual es coherente con la perspectiva sobre los roles y estereotipos tradicionales de género.

EL CICLO DE VIOLENCIA

Con el fin de explicar los eventos repetidos de violencia que ocurren en algunas parejas, Walker

(1979) planteó cuatro etapas que se repiten en el tiempo: a) Acumulación de tensiones en la pareja, en la cual se presentan desacuerdos en la pareja que pueden llevar a discusiones cada vez más álgidas, motivadas por celos y el cumplimiento de roles, entre otras justificaciones; b) ocurrencia del hecho violento, en la cual el victimario en una discusión acalorada, agrede física y verbalmente a su pareja; c) arrepentimiento del agresor, que puede darse tras el hecho violento o después, y que implica una serie de comportamientos en las que el agresor acepta la responsabilidad del hecho, muestra sus remordimientos, pide perdón y promete que no volverá a pasar, hasta que la víctima lo “perdona” por diferentes motivos y circunstancias (cuestiones económicas, hijos en común, sentimientos de amor, o la víctima cree que su pareja cambiará); y d) etapa de “luna de miel”, en la cual la relación vuelve a momentos parecidos al idilio inicial, hasta que, pasado un tiempo, diferentes circunstancias llevan a una nueva acumulación de tensiones.

Deschner (1984), le agregó algunos elementos a este ciclo, considerando que es más probable si hay dependencia afectiva hacia la pareja y aislamiento social, pues estas dos circunstancias facilitarían el perdón al agresor y la continuación del ciclo. También resalta la presencia de un “evento nocivo” que sería el desencadenante de las tensiones en la pareja, como, por ejemplo, llamadas que el otro miembro de la pareja interpreta como señales de una posible infidelidad, llevando a reclamos y discusiones frecuentes. En otros casos, los hechos violentos no son revelados a otras personas por la vergüenza que siente la víctima, o que percibe este tipo de comportamientos como algo previsible en las relaciones de pareja, hasta que finalmente la víctima perdona al agresor y vuelve con él (Cuervo y Martínez, 2013).

Aunque no se encuentran trabajos que hayan aplicado el modelo de Walker (1979) para describir los eventos de maltrato en las relaciones de noviazgo, existe evidencia de que las agresiones suelen incrementarse con el tiempo y en severidad, iniciando con formas “leves” de maltrato como conductas de control y dominio sobre la pareja, para progresar a comportamientos más graves, como las agresiones físicas y sexuales (O’Leary y Slep, 2003; Rey-Anacona, 2009; Sears *et al.*, 2007; Vizcarra y Póo, 2011). Vázquez y Castro (2008) analizaron los testimonios anónimos de ocho universitarias mexicanas heterosexuales que fueron objeto de violencia en el noviazgo, dentro de los cuales destaca el reporte de una de las participantes, sobre un ciclo de “peleas, engaños y perdón” (p. 722), en los que la mujer terminaba justificando, perdonando y volviendo con su pareja, en donde el aislamiento social contribuía en el mantenimiento del problema. Los autores también observaron que las primeras agresiones que se presentaban en el transcurso de las relaciones eran de tipo psicológico, específicamente conductas de control y dominación sobre su pareja, apareciendo las agresiones físicas en un momento posterior de la relación. También era común que los hombres pidieran perdón después de los incidentes de violencia, el cual se les concedía luego de variadas muestras de arrepentimiento.

Por lo tanto, es posible que en las relaciones de noviazgo también se presenten ciclos de violencia como los descritos por Walker (1979), aunque faltan más investigaciones sobre el tema. A pesar de ello, Pick, Leenen, Givaudan y Prado (2010) incluyeron este tema dentro de su programa de sensibilización dirigido a prevenir la violencia en el noviazgo (este programa se describe en el capítulo sobre prevención).

TEORÍA DEL APRENDIZAJE SOCIAL Y TRANSMISIÓN INTERGENERACIONAL DE LA VIOLENCIA

La aplicación de la teoría del aprendizaje social para la explicación de la violencia en la pareja, con base en planteamientos como los de Bandura (1984), tiene en cuenta la influencia de los modelos familiares de resolución agresiva de los conflictos, en el comportamiento de los hijos en sus propias relaciones de pareja. Así, estos no solo aprenderían a resolver los conflictos de esta

manera, presentando comportamientos coercitivos y agresivos hacia su pareja, sino que presentarían déficits en habilidades de comunicación asertiva debido a la carencia de modelos de estos comportamientos en su propia familia de origen (Browne & Herbert, 1997).

O'Leary y Arias (1987) se basan en la teoría del aprendizaje social para la explicación de los malos tratos en parejas jóvenes, planteando que los adolescentes aprenden a comportarse de forma agresiva con su pareja al experimentar y observar violencia entre sus padres. De esta forma, los adolescentes que crecieron en una familia en los que fueron testigos o víctimas de violencia, tienen mayor probabilidad de imitar o tolerar estos comportamientos en sus relaciones de pareja, que los adolescentes que provienen de hogares no violentos (Rubio-Garay *et al.*, 2015). Rey-Anaconda (2015), en ese sentido, encontró que el número de conductas de violencia observadas entre los padres era significativamente mayor entre un grupo de universitarios que había ejercido alguna conducta de maltrato a su pareja, con un grupo de la misma población que no había ejercido este tipo de conductas. Además, el número de conductas de violencia observadas entre los padres correlacionaba significativamente con la frecuencia reportada de malos tratos a la pareja, rasgos de personalidad agresivos y actitudes a favor del uso de la violencia en el matrimonio. Es posible, conforme a estos resultados, que la observación de violencia en la familia de origen, tenga también un papel legitimador de los malos tratos con las propias parejas. Lichter y McCloskey (2004), en ese sentido, llevaron a cabo un estudio longitudinal con 208 adolescentes estadounidenses, encontrando que aquellos que habían presenciado violencia entre sus padres en su infancia, tendían a justificar más el uso de violencia en el noviazgo.

No obstante, se requieren más investigaciones para determinar el peso relativo de la observación de violencia entre los padres sobre la violencia en el noviazgo y las variables intervinientes de esta relación. Así, entre todos los participantes que informaron haber ejercido alguna conducta de maltrato a su pareja, en el estudio de Rey Anaconda (2015), solo el 59,4% reportó haber presenciado alguna conducta de violencia entre sus padres, lo que señala que otros factores tuvieron un peso importante en la perpetración entre el 40,6% restante, que ejerció este tipo de comportamientos pero no presenció violencia entre sus padres. Foshee, Bauman y Linder (1999), encontraron entre 1965 estudiantes universitarios, en ese sentido, que la aceptación del uso de la violencia y el estilo agresivo de resolución de conflictos, mediaban la relación entre la observación de violencia en la familia de origen y la violencia en el noviazgo. Por lo tanto, la observación de violencia entre los padres podría favorecer la perpetración, pero se requieren otros factores para que dicha relación efectivamente se dé, como la personalidad o la influencia negativa de los pares, entre otros.

MODELO DE FACTORES ANTECEDENTES Y SITUACIONALES DE LA VIOLENCIA EN EL NOVIAZGO

Es un modelo teórico específico para la violencia en el noviazgo, que se basa en variables empíricamente verificables e interrelacionadas, clasificadas en dos categorías: a) contextuales y b) situacionales (Riggs y O'Leary, 1989). Las contextuales son aquellas variables sociales e individuales que hacen más probable que una persona se comporte agresivamente en su relación de pareja, por lo que permiten predecir quién ejercerá conductas de violencia en sus relaciones de pareja, mientras que las situacionales son aquellas variables y eventos precipitantes específicos que hacen más probable que una persona se vuelva agresiva en un momento específico de la relación de pareja, por lo que permiten predecir cuándo o en qué situaciones una persona será violenta con su pareja.

Como variables contextuales este modelo considera siete que se han relacionado con las conductas de violencia en el noviazgo, a saber: a) Observación de modelos de agresión en las relaciones de pareja; b) violencia de los padres a los hijos; c) actitudes a favor de la violencia ante el conflicto, la frustración o la amenaza; d) psicopatía y neuropatía; e) excitación y manejo de las emociones; f) personalidad; y g) antecedentes del uso de conductas de violencia. Como variables situacionales considera cinco que se relacionan, a su vez, con déficits en habilidades de comunicación y de resolución de problemas e insatisfacción con la relación: a) Expectativas de un resultado positivo debido al uso de la agresión, b) estrés, c) consumo de alcohol, d) conductas violentas en la relación de pareja, y e) conflictos o peleas en la relación. El modelo, además, asume que las agresiones en el noviazgo tienen una serie de consecuencias de refuerzo que mantienen su uso en la relación.

Asumiendo una perspectiva similar, Rubio-Garay *et al.* (2015) clasifican las variables asociadas a la violencia en el noviazgo, en facilitadoras y precipitantes, las cuales, a su vez, se dividen en personales y situacionales, considerando como variables facilitadoras personales variables como las actitudes a favor de la violencia, el déficit en habilidades de comunicación y las alteraciones de la personalidad y como variables facilitadoras situacionales el escaso apoyo social, la influencia negativa de pares y la violencia en la familia de origen y la comunidad. El consumo de alcohol y drogas sería una variable precipitante personal, mientras que el estrés psicosocial sería una variable precipitante situacional.

Aunque estos modelos se basan en los estudios empíricos que asocian estas variables contextuales y situacionales con los malos tratos en el noviazgo, requieren el uso de metodologías como la de ecuaciones estructurales, para determinar cómo interactúan tanto en la perpetración como en la victimización.

Por ser un fenómeno que ha despertado un interés relativamente reciente, no existen muchos instrumentos dirigidos específicamente a recoger información sobre malos tratos en el noviazgo. Sin embargo, existen algunos desarrollados particularmente en países de habla inglesa y otros en el contexto iberoamericano que se reseñarán más adelante. Estos instrumentos no solamente pueden ser útiles para la evaluación de casos individuales, sino para ponderar la efectividad de programas de intervención y tratamiento.

Como ocurre con otras dificultades asociadas con el comportamiento y la salud mental, para la evaluación de los malos tratos en el noviazgo se recomienda una evaluación comprehensiva y multimétodo, que de cuenta de la situación de la persona, sea víctima y/o victimario de los malos tratos. En ese sentido, se sugiere una evaluación que incluya las diferentes estrategias contempladas en el campo de la evaluación psicológica, como la entrevista, los test psicológicos, las escalas de estimación, los auto-registros, informes de otros, registros institucionales, observaciones sistemáticas y registros psicofisiológicos, entre otros (Fernández- Ballesteros, 2004).

La entrevista permite obtener información sobre la relación en donde se han presentado los malos tratos, las circunstancias que los favorecieron y mantuvieron, las situaciones que los desencadenan, la red de apoyo social de la persona, sus condiciones pasadas y actuales en las diferentes áreas vitales (familiar, afectiva, escolar, laboral, etc.). Esta técnica se puede utilizar con la víctima, el victimario o con los dos, dependiendo de las necesidades de atención.

Echeburúa y Corral (1998) presentan, en ese sentido, la Entrevista semiestructurada para las víctimas de maltrato doméstico, que permite obtener información sobre los tipos de maltrato de los cuales ha sido objeto la persona entrevistada, los antecedentes familiares y personales, los malos tratos recibidos, posibles secuelas de los malos tratos y datos de la persona que ha ejercido los malos tratos (Echeburúa, Corral, Zubizarreta y Sauca, 1994, citados por Echeburúa y Corral, 1998). Estos mismos autores presentan una guía de entrevista estructurada para los victimarios, que recoge más información que la anterior, titulada Entrevista general estructurada de maltratadores, incluyendo los datos personales y laborales, las características de la dinámica de la familia de origen, la presencia de violencia en relaciones afectivas previas, datos de la pareja actual, las posibles situaciones provocadoras de la violencia, las características de los malos tratos y sus posibles secuelas, antecedentes médicos y de intervención psicológica, dificultades asociadas con la conducta suicida, la ingesta de bebidas alcohólicas, entre otros (Echeburúa y Fernández-Montalvo, citados por Echeburúa y Corral, 1998).

Los informes de otros consisten en los reportes dados por personas del contexto social cercano del individuo, como los familiares, los compañeros de trabajo o de estudio, entre otros, sobre aspectos como los mencionados previamente, pero cuya información permitiría corroborar o ampliar la dada por la persona entrevistada. Pueden ser muy útiles para evaluar los efectos de una intervención dirigida a victimarios de malos tratos a la pareja.

Las observaciones sistemáticas permiten recoger información sobre el comportamiento del individuo en el contexto real, a través de diferentes formatos, por parte de personal auxiliar

entrenado o por la misma persona previamente entrenada, en cuyo caso esta actividad sería un auto-registro. En el registro continuo se consigna en forma de narración todo lo que ocurre durante el período de observación, mientras que el registro ABC del inglés *Antecedent-Behavior-Consequent* se utiliza para registrar lo que ocurre antes, durante y después de la conducta de interés (la de maltrato, en este caso), con el fin de determinar los posibles estímulos que las desencadenan y las mantienen.

En el registro de frecuencia, por su parte, el observador anota cada ocurrencia de la conducta de interés durante un periodo determinado de tiempo y cuenta el número total de veces que se presentó durante ese período de tiempo, implementándose cuando la conducta tiene una frecuencia moderada o baja, y sus ocurrencias son similares en tiempo, mientras que en el registro de duración se registra el tiempo que transcurre entre el inicio de la conducta y su finalización, cada vez que esta se presenta, utilizándose cuando la conducta en cuestión es de baja frecuencia y se presenta en períodos de tiempo variables, pudiéndose tomar como índice el promedio de tiempo semanal que el individuo invierte en su realización.

En la evaluación de las dificultades de pareja también se recomienda la realización de observaciones análogas, donde se recrea una situación en el lugar de la consulta como pedirle a la pareja que resuelva conjuntamente un problema, con el fin de recoger información sobre aspectos de la dinámica de la relación, como las habilidades de comunicación y de resolución de problemas.

Finalmente, los test, escalas y cuestionarios psicológicos son medidas estandarizadas que obedecen a criterios de precisión, confiabilidad y validez, mediante los cuales se pueden evaluar diferentes aspectos asociados a la relación de pareja y a los malos tratos sufridos y/o ejercidos, como la calidad de la relación, las posibles secuelas de los malos tratos y factores psicológicos asociados con el nivel de actitudes, personalidad, estrategias de afrontamiento, entre otros. La medición requiere que el instrumento haya sido adaptado y validado, y que cuente con unos baremos (puntuaciones normalizadas), obtenidos con una muestra del país de origen de la persona evaluada.

A continuación se presentan varios instrumentos que podrían utilizarse para evaluar diversos aspectos relacionados con los malos tratos en el noviazgo, validados y/o adaptados en países iberoamericanos, comenzando con aquellos que permiten recoger información directamente sobre los malos tratos, seguidos por otros que se pueden utilizar para evaluar las posibles secuelas y los factores de riesgo de los malos tratos, finalizando con algunos instrumentos que se pueden utilizar para evaluar la relación de pareja (Tabla 3).

INSTRUMENTOS DIRIGIDOS A EVALUAR LOS MALOS TRATOS EN PAREJAS JÓVENES

Uno de los instrumentos más utilizados para evaluar la presencia de malos tratos en la relación de pareja, es la Escala de tácticas del conflicto (CTS; Straus, 1979), cuya versión modificada (M-CTS) fue ajustada al castellano por Muñoz-Rivas, Andreu, Graña, O'Leary y González (2007). La M-CTS permite que la persona informe la realización por parte suya y por parte de su pareja, de comportamientos referentes a cuatro estrategias para afrontar los conflictos de pareja: negociación, agresiones verbales, agresiones físicas leves y agresiones físicas severas, por medio de 18 parejas de ítems cuyas opciones van desde "Nunca" hasta "Muy a menudo". Según estos autores, el instrumento evidenció índices de consistencia interna que oscilaban entre 0,31 y 0,82, aproximadamente, en una muestra de 5355 mujeres y varones entre 16 y 26 años de edad, evidenciando por medio del análisis factorial, una estructura interna de cinco factores que

explicaban la mayor parte de la varianza. La principal ventaja de este instrumento es que no requiere un gran esfuerzo de adaptación cultural o ninguna adaptación, ya que la mayoría de sus ítems están redactados en castellano estándar. Sin embargo, no recoge información sobre aquellos comportamientos de maltrato que suelen presentarse en el noviazgo, como las conductas de control y coerción, ni sobre las conductas de maltrato sexual.

Hokoda *et al.* (2006), mediante el método de la doble traslación, tradujeron al castellano dos instrumentos específicamente dirigidos a la recolección de información sobre violencia en el noviazgo: a) *Conflict in Adolescent Dating Relationships Inventory* –Inventario de relaciones de noviazgo de adolescentes en conflicto– (CADRI; Wolfe *et al.*, 2001); y b) *Attitudes Towards Dating Violence Scales* –Escala de actitudes hacia la violencia en el noviazgo– (Price, Byers & the Dating Violence Research Team, 1999). El CADRI permite informar la realización por parte de la persona que responde el instrumento y por parte de su pareja, de una serie de conductas de cinco tipos de violencia: a) maltrato físico, b) verbal/emocional, c) sexual, d) conductas amenazantes, y e) de agresión relacional, en tanto que el segundo evalúa la presencia de violencia física, psicológica y sexual. Estos investigadores encontraron índices alfa que oscilaban entre 0,41 y 0,87 e índices test-retest entre 0,51 y 0,78 en el CADRI, mientras que en la “Escala de actitudes hacia la violencia en el noviazgo” hallaron valores alfa entre 0,70 y 0,80 e índices test-retest entre 0,62 y 0,71, conforme a los datos aportados por 307 varones y mujeres mexicanos entre 15 y 18 años de edad, aunque no evaluaron la validez de los dos instrumentos.

Fernández-Fuertes, Fuertes y Pulido (2006) adaptaron el CADRI al castellano y lo aplicaron a 572 varones y mujeres españoles escolarizados de 15 a 19 años de edad, obteniendo índices de consistencia interna que oscilaban entre 0,51, para la escala de Amenazas y 0,79, para la escala de Violencia verbal-emocional, con un valor alfa de 0,86 para todo el cuestionario. El análisis factorial exploratorio evidenció una estructura de seis factores que explicaban el 54,23% de la varianza, aunque un segundo análisis mostró que podrían obtenerse cinco factores que explicaran al menos el 50% de la varianza. Sin embargo, los ítems de la escala de Amenazas tendían a cargar en otros factores, lo que indica que estos ítems no miden una forma de maltrato independiente.

El Cuestionario de violencia entre novios (CUVINO; Rodríguez-Franco *et al.*, 2010), es un instrumento de origen iberoamericano, que fue validado con 5170 estudiantes de 15 a 26 años de edad, de España, México y Argentina. Sus 41 ítems se responden a través de una escala *Likert* de cinco opciones y hacen referencia a la realización de conductas pertenecientes a ocho tipos de malos tratos de pareja, obtenidos a través del análisis factorial: desapego, humillación, sexual, coerción, físico, género, castigo emocional e instrumental. Según los autores, estos ocho factores correlacionaron significativamente entre sí y explicaron el 51,3% de la varianza, presentando índices alfa que fluctuaban entre 0,58 y 0,81.

El Cuestionario maltrato en el noviazgo (CMN; Osorio, Tani, Bazán y Menna, 2012), cuenta con una versión en castellano y otra en italiano y permite informar la realización de 52 conductas de maltrato físico, psicológico, sexual y económico a través de una escala *Likert* de cinco opciones (desde “Nunca” hasta “Siempre”). Tiene además una escala de 10 ítems para evaluar la influencia de valores socioculturales, con cinco opciones de respuesta que oscilan entre “Completamente de acuerdo” hasta “Completamente en desacuerdo”.

Este cuestionario se desarrolló con base en definiciones oficiales de violencia y maltrato, validándose a nivel de contenido por expertos. Presentó índices alfa que fluctuaban entre 0,74 y 0,90, según los datos aportados por 1092 estudiantes universitarias italianas y mexicanas que tenían un promedio de 20,9 años de edad. Los resultados del análisis factorial confirmatorio evidenciaron que los datos se ajustaban al modelo de cinco subescalas propuesto por el

instrumento (maltrato físico, maltrato psicológico, maltrato sexual, maltrato económico e influencia de valores socioculturales), las cuales correlacionaron significativamente entre ellas (Osorio *et al.*, 2012). El instrumento fue administrado posteriormente a 2157 estudiantes mexicanas de 14 a 33 años de edad, evidenciando resultados similares a nivel de consistencia interna y validez de constructo, pero tampoco fue utilizado con participantes varones (Osorio-Guzmán, 2014).

El Cuestionario para evaluar la violencia de pareja en jóvenes (Vizcarra y Póo, 2011) contiene once ítems, seis de violencia psicológica y cinco de violencia física, fue validado por tres expertos y probado con un grupo de estudiantes universitarios. La escala de violencia psicológica alcanzó un alfa de 0,79 y el de violencia física fue de 0,69, correlacionando las dos escalas significativamente entre sí aunque de forma moderada, según los datos obtenidos con 230 varones y 217 mujeres chilenos, entre 18 y 37 años de edad. Se requiere la evaluación de la validez de criterio y de constructo de este instrumento.

La Lista de chequeo de experiencias de maltrato en la pareja - Forma A (Rey-Anacona, 2009), permite reportar 79 conductas de maltrato realizadas por la pareja, de tipo físico, psicológico, emocional, económico y negligente, con una escala *Likert* con cuatro opciones de respuesta (“Nunca”, “Una vez”, “Algunas veces” o “Muchas veces”), siendo validado a nivel metodológico y de contenido por seis expertos, presentando un alfa de 0,92, según los datos obtenidos con 149 varones y 254 mujeres colombianos, entre 15 y 30 años de edad. Los últimos once ítems van dirigidos a personas en convivencia o que han tenido hijos y al final del mismo la persona puede reportar otras formas de maltrato ejercidas por su pareja. El instrumento ha sido utilizado en algunos estudios de Bolivia (Aguirre y Pinto, 2013), Colombia (Rey-Anacona, 2009; Roa, Estrada y Tobo, 2012) y Chile (Vivanco, Espinoza, Romo, Véliz y Vargas, 2015), pero requiere mayor evaluación a nivel de la validez de criterio y de constructo.

La Lista de chequeo de experiencias de maltrato en la pareja - Forma B (Rey-Anacona, 2013), se basa en el anterior instrumento, pero fue desarrollado para reportar la ejecución de 95 conductas de maltrato físico, verbal, emocional, psicológico, sexual, económico y negligente hacia la pareja, con el mismo tipo de escala *Likert*. De manera similar al instrumento anterior, los últimos ítems de este cuestionario van dirigidos a personas en convivencia o que han tenido hijos y al final del mismo la persona puede informar otras formas de maltrato realizadas sobre la pareja. Rey-Anacona, Mateus y Bayona (2010) informaron un alfa bastante alto (0,96), en una muestra de 562 varones y mujeres entre 15 y 20 años, encontrando que el 50,54% de la varianza podría explicarse por seis factores. Aunque este instrumento ha sido utilizado en trabajos publicados (Rey-Anacona, 2013; Rey-Anacona, Martínez-Gómez, Villate-Hernández, González-Blanco y Cárdenas-Vallejo, 2015; Rey-Anacona, 2015), requiere más evidencia a favor de su validez de constructo y criterio.

La *Escala Online Dating Abuse* –Maltrato en el noviazgo en línea– (Borrajo, Gámez Guadix, Pereda *et al.*, 2015), busca medir dos formas de maltrato que pueden llevarse a cabo a través de medios electrónicos: a) las agresiones directas como insultos y amenazas, y b) las conductas de control como mirar la hora en la que la pareja se desconectó de una red social, entre otras. Contiene 20 ítems tipo *Likert*, con seis opciones de respuesta: “Nunca” (1), “No en el último año, sino antes” (2), “1 o 2 veces” (3), “3 a 10 veces” (4), “10 a 20 veces” (5) y “Más de 20 veces” (6). Los autores señalan que la escala de agresiones directas presentó un alfa de 0,78 mientras que la escala de conductas de control un alfa de 0,82.

INSTRUMENTOS DIRIGIDOS A EVALUAR LAS POSIBLES CONSECUENCIAS DE LOS MALOS TRATOS

Como se indicó en el capítulo anterior, los malos tratos en parejas jóvenes están relacionados con una serie de dificultades para la salud física y mental, incluyendo lesiones físicas, consumo de cigarrillo, bebidas alcohólicas, drogas y métodos inapropiados para controlar el peso, conductas sexuales de riesgo, embarazo no deseado, depresión, ansiedad, ideación e intentos suicidas, quejas somáticas, baja autoestima, problemas escolares, bajo rendimiento académico e insatisfacción con la relación (Foshee, McNaughton, Gottfredson, Chang y Ennett, 2013; Kaura y Lohman, 2007; Lormand *et al.*, 2013; Matud, 2007; Muñoz-Rivas, Gámez-Guadix, Graña y Fernández, 2010; Rivera, Allen, Rodríguez, Chávez y Lazcano, 2006; Saldivia y Vizcarra, 2012).

Por consiguiente, se podrían utilizar instrumentos que den cuenta de la presencia de síntomas de salud física y mental, como la Lista de chequeo de 90 síntomas - Revisada (SCL- 90R; Derogatis, 1988), versión española (de las Cuevas *et al.*, 1991; González de Rivera *et al.*, 1988), un cuestionario de lápiz y papel, que permite recoger información sobre la presencia de 90 síntomas físicos y psicológicos, en las dos últimas semanas, a través de una escala *Likert*, con las siguientes opciones de respuesta: “Nada en absoluto”, “Un poco”, “Moderadamente”, “Bastante” y “Mucho o extremadamente”. El instrumento, además, presenta escalas de somatización, obsesiones, sensibilidad interpersonal, depresión, ansiedad, hostilidad, ansiedad fóbica, ideación paranoide y psicoticismo, y tres índices globales de psicopatología: de gravedad global, de malestar positivo y del total de síntomas positivos.

Para determinar posibles secuelas sobre la salud mental en las víctimas de los malos tratos también se podrían utilizar algunos cuestionarios diagnósticos basados en los criterios del Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales de la Asociación Psiquiátrica Americana (DSM; *American Psychiatric Association* [APA], 1994; 2013) o en la Clasificación internacional de enfermedades *World Health Organization* [Organización Mundial de la Salud, OMS], 1992, como la Entrevista neuropsiquiátrica internacional (MINI; Sheehan y Lecrubier, 2000), que es una entrevista estructurada desarrollada por la OMS, que permite valorar el cumplimiento de los criterios diagnósticos de los principales trastornos psiquiátricos del Eje I de la cuarta versión del DSM (DSM IV; APA, 1994) y la décima versión de la Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE 10; OMS, 1992): episodio depresivo mayor, trastorno distímico, riesgo de suicidio, episodio (hipo)maníaco, trastorno de angustia, agorafobia, fobia social, trastorno obsesivo-compulsivo, estado por estrés postraumático, abuso y dependencia de alcohol, trastornos asociados al uso de sustancias psicoactivas no alcohólicas, trastornos psicóticos, anorexia nerviosa, bulimia nerviosa y trastorno de ansiedad generalizada. Debe ser aplicada de manera individual por un clínico entrenado y la administración dura aproximadamente 15 minutos. Según Sheehan *et al.* (1998), la MINI ha evidenciado una sensibilidad del 96% y una especificidad del 88%.

La Entrevista diagnóstica internacional compuesta - *Composite International Diagnostic Interview* [CIDI], *World Health Organization*, 2000), se basa en los criterios diagnósticos del DSM IV y la CIE 10, para la realización de 17 diagnósticos principales y 6 diagnósticos secundarios mediante una entrevista semiestructurada, permitiendo determinar si el individuo cumplía los criterios diagnósticos de cada trastorno alguna vez en su vida, en el último año o en los últimos seis meses.

La Entrevista infantil para síndromes psiquiátricos *Children's Interview for Psychiatric Syndromes* [CHIPS]; (Fristad, Weller, Weller y Rooney, 2001), consiste en un protocolo de entrevista estructurada, que contiene los criterios de la cuarta edición del DSM (APA, 1995), en relación con los 20 trastornos psiquiátricos más comunes en individuos de 6 a 18 años de edad:

trastorno por déficit de atención con hiperactividad, trastorno negativista desafiante, trastorno disocial, abuso de sustancias, trastorno de ansiedad por separación, trastorno obsesivo-compulsivo, trastorno por estrés postraumático, anorexia, bulimia, enuresis, encopresis, esquizofrenia y psicosis. Los autores reportaron un coeficiente intercalificador aproximado de 0,90, con una sensibilidad del 87% y una especificidad del 76%.

La Entrevista para el diagnóstico de los trastornos de ansiedad orientada hacia el DSM-IV *Anxiety Disorders Interview Schedule for DSM-IV* [ADIS-IV]; (Brown, Di Nardo y Barlow, 1994), permite efectuar el diagnóstico de fobia social, agorafobia, trastorno de pánico y trastorno de ansiedad generalizada, con base en los criterios diagnósticos del DSM-IV, contándose con una versión en castellano para la fobia social (Echeburúa, 1995) y para el trastorno de pánico y la agorafobia (Botella y Ballester, 1997).

Aunque no se cuenta con una traducción oficial del instrumento al español, el Sistema de vigilancia de la conducta de riesgo juvenil *Youth Risk Behavior Surveillance System* [YRBSS]; (Brener *et al.*, 2004; Brener *et al.*, 2013), es un cuestionario tipo encuesta desarrollado por el “Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades” de Atlanta, Estados Unidos *Center for Disease Control and Prevention* [CDC], con el fin de monitorear los siguientes seis tipos de conductas de riesgo para la salud entre jóvenes y adultos, que pueden producir muerte o incapacidad: a) conductas que contribuyen a lesiones no intencionadas y violencia; b) conductas sexuales que pueden llevar a un embarazo no deseado y a enfermedades de transmisión sexual, incluyendo VIH; c) uso de drogas y alcohol; d) consumo de cigarrillo; e) conductas inadecuadas para el control de peso; y f) falta de actividad física adecuada (CDC, 2015).

Este instrumento se utiliza a nivel estatal, territorial y tribal en dicho país para efectuar un seguimiento sobre estos comportamientos en la población adolescente y juvenil. Por consiguiente, se podría utilizar, previa adaptación y estandarización, para valorar las posibles secuelas de los malos tratos en adolescentes y adultos jóvenes, como el consumo de cigarrillo, bebidas alcohólicas y drogas, conductas inapropiadas para controlar el peso, conductas sexuales de riesgo y embarazo no deseado. En los siguientes estudios realizados en países iberoamericanos se han efectuado adaptaciones al castellano de este instrumento: Hidalgo-Rasmussen, Franco, Díaz, Rojas y Vilugrón (2015); Orcasita, Uribe, Castellanos y Gutiérrez (2012); Rey, Paitán y Monguí (2014) y Rodríguez, López, López y García (2014).

INSTRUMENTOS DIRIGIDOS A EVALUAR FACTORES DE RIESGO

Como se indicó en el capítulo anterior, los resultados de algunos estudios señalan que la observación de violencia y los malos tratos en la familia de origen, la justificación de la violencia, las actitudes sexistas, los antecedentes de maltrato y el uso de bebidas alcohólicas y drogas ilegales son factores de riesgo de la comisión de malos tratos en parejas jóvenes (Ackard y Neumark-Sztainer, 2002; *Centers for Disease Control and Prevention*, 2006; Foshee, Bauman y Linder, 1999; Howard y Wang, 2003; Kreiter *et al.*, 1999; Roberts *et al.*, 2006; Sears, Byers y Price, 2007; Silverman, Raj, Mucci y Hathaway, 2001; Wolfe, Scott, Wekerle y Pittman, 2001). Otros estudios señalan que la observación de violencia en la familia de origen, la justificación de la violencia (Rich, Gidycz, Warkentin, Lohc y Weiland, 2005; Rivera, Allen, Rodríguez, Chávez y Lazcano, 2007; Sears *et al.*, 2007; Smith, Winokur y Palenski, 2005).

Existen algunos instrumentos que se podrían utilizar para examinar estos factores de riesgo y así detectar posibles adolescentes y jóvenes en riesgo de ejercer o de ser objeto de esta forma de maltrato de pareja, los cuales se reseñarán a continuación.

OBSERVACIÓN DE VIOLENCIA EN LA FAMILIA DE ORIGEN

El Cuestionario de auto informe sobre incidentes de violencia conyugal (Rey-Anacona, 2008b), permite reportar el atestiguamiento de 14 formas de violencia efectuadas por el padre hacia la madre y las mismas 14 de la madre hacia el padre, incluyendo conductas de violencia física y verbal, amenazas, encerramientos, prohibiciones, echar de la casa a la otra persona, violencia sexual, violencia económica y amenazas a personas cercanas. Fue validada a nivel metodológico y de constructo por jueces expertos, presentando un buen nivel de consistencia interna ($\alpha = 0,86$) en una muestra de 403 varones y mujeres entre 15 y 35 años de edad (Rey-Anacona, 2011).

JUSTIFICACIÓN DE LA VIOLENCIA

La Escala de detección de sexismo en adolescentes (DSA; Recio, Cuadrado y Ramos, 2007) cuenta con 26 ítems que conforman dos escalas: 16 para medir sexismo hostil y 10 para evaluar sexismo benévolo, los cuales se contestan con una escala *Likert* de seis opciones, desde “Totalmente en desacuerdo” hasta “Totalmente de acuerdo”. Se aplicó a 245 adolescentes españoles, varones y mujeres, entre 14 y 17 años de edad, evidenciando una correlación moderada entre las dos subescalas. La escala total presentó un alfa de 0,85, mientras que la subescala de sexismo benévolo obtuvo un valor de 0,88 y la de sexismo hostil un alfa de 0,76. Asimismo, la puntuación total y por subescalas correlacionó de manera moderada con sus equivalentes de la versión española de la *Ambivalent Sexism Inventory* –Inventario de sexismo ambivalente– (Glick y Fiske, 1996), la cual fue adaptada y validada por Expósito, Moya y Glick (1998) y consiste en una escala de autoinforme que tiene 22 ítems y dos subescalas de once ítems que miden sexismo hostil y sexismo benevolente.

La Escala de actitudes hacia la violencia íntima de Vizcarra y Póo (2011), por su parte, posee diez ítems que hacen referencia a situaciones en las que el individuo debe responder si considera justificado el uso de la violencia hacia la pareja, como la infidelidad, la descalificación, el negarse a tener relaciones, el bajo nivel educativo, la historia de maltrato, las alteraciones emocionales y el consumo de drogas y alcohol, los cuales se responden con una escala *Likert* de cinco opciones que oscilan entre “Muy de acuerdo” y “Muy en desacuerdo”, evidenciando un buen nivel de consistencia interna con un alfa de 0,90, el cual fue obtenido con la muestra de 230 varones y 217 mujeres universitarios ya mencionada.

Otros instrumentos que miden directamente las actitudes hacia la aceptación de las agresiones en el noviazgo en la adolescencia son los desarrollados por Slep, Cascardi, Avery-Leaf y O’Leary (2001), pero no han sido traducidos al castellano. Estos son: *Attitudes about Aggression in Dating Situations Scale* –Escala de actitudes hacia la agresión en situaciones de noviazgo– (AADS) y *Justification of Jealous and Coercive Tactics Scale* –Escala de justificación de los celos y tácticas coercitivas– (JVCT).

CONSUMO DE DROGAS Y BEBIDAS ALCOHÓLICAS

Para evaluar este aspecto se podrían utilizar algunos de los instrumentos reseñados en el apartado de las posibles secuelas de los malos tratos, para determinar así la presencia de trastornos por abuso o dependencia de sustancias, incluyendo la MINI y CIDI. Asimismo, se podría utilizar el Cuestionario CAGE (Ewing, 1984), que es un instrumento de tamizaje que tiene cuatro ítems tipo “Sí-No”, considerándose que una respuesta afirmativa a dos o más ítems predice alta probabilidad de consumo abusivo de bebidas alcohólicas. Se han reportado índices de sensibilidad y especificidad satisfactorios en relación con cuestionarios diagnósticos del consumo abusivo y la

dependencia de bebidas alcohólicas (Campo-Arias, Barros-Bermúdez y Rueda-Jaimes, 2009), contándose con varias versiones en castellano disponibles en Internet.

INSTRUMENTOS DIRIGIDOS A EVALUAR LA RELACIÓN DE PAREJA

Existen varios instrumentos desarrollados para evaluar diferentes aspectos de la relación de pareja, como la satisfacción y las habilidades de comunicación, pero la mayoría van dirigidos a personas casadas o en convivencia. Sin embargo, muchos de estos podrían utilizarse para efectuar una evaluación en aquellos casos en los cuales se podría implementar una intervención para prevenir los malos tratos.

La satisfacción con la relación es uno de los aspectos previsiblemente afectados por los malos tratos en parejas jóvenes (Kaura y Lohman, 2007). En ese sentido, se cuenta con la versión en castellano de la Escala de ajuste diádico (Spanier, 1976, presentada en Echeburúa y Corral, 1998), un instrumento muy utilizado en la práctica clínica que permite examinar a través de 32 ítems, el grado de acuerdo en 15 áreas de la vida en pareja, la frecuencia de presentación de 13 situaciones funcionales y disfuncionales, el grado de felicidad en la relación y la visión sobre el futuro de la misma. Está conformada por las siguientes subescalas: Satisfacción diádica, Cohesión, Consenso y Expresión de afecto. Sin embargo, varios de los ítems de este instrumento van dirigidos a parejas casadas o en convivencia, por lo que debe ser utilizada con cuidado con parejas jóvenes no casadas.

Santos-Iglesias, Vallejo-Medina y Sierra (2009) sometieron el instrumento al análisis factorial, desarrollando una versión de 13 ítems que se ajusta al modelo de tres factores del instrumento original (consenso, satisfacción y cohesión), con adecuados índices de confiabilidad y validez convergente, al administrarse junto con el Cuestionario de aserción en la pareja (Carrasco, 1998), el cual se describe a continuación.

El Cuestionario de aserción en la pareja (ASPA; Carrasco, 1998) permite ponderar cuatro estilos de comunicación de pareja (asertivo, agresivo, sumiso y agresivo-pasivo), a través de dos formas que contienen 40 preguntas cada una: la Forma A con la cual se evalúan los estilos de comunicación de la persona que responde el instrumento, y la Forma B por medio de la cual se evalúan los estilos de comunicación de su pareja.

El Inventario de creencias en la relación (Eidelson y Epstein, 1981), tiene 40 estamentos a los cuales se responde con una escala de cinco opciones que van desde “Creo firmemente que la afirmación es verdadera” hasta “Creo firmemente que la afirmación es falsa”. No obstante, como ocurre con la Escala de ajuste diádico, varios ítems de este instrumento contienen estamentos sobre la vida de parejas casadas o en convivencia, por lo que debe utilizarse con cuidado con parejas jóvenes no casadas. En castellano se cuenta con una traducción realizada por Castro (s. f.).

El Inventario de dependencia emocional (Aiquipa Tello, 2015) permite evaluar la dependencia emocional de un individuo con respecto a su pareja, a través de 49 ítems, que conforman las siguientes subescalas: a) miedo a la ruptura, b) miedo e intolerancia a la soledad, c) prioridad de la pareja, d) necesidad de acceso a la pareja, e) deseos de exclusividad, f) subordinación y sumisión, y g) deseos de control y dominio. La única restricción de este instrumento es que se utiliza con personas mayores de 18 años.

Tabla 3. Instrumentos para evaluar diferentes aspectos de los malos tratos en parejas jóvenes

| Aspecto | Instrumento |
|---|--|
| Instrumentos dirigidos a evaluar los malos tratos | – Escala de tácticas del conflicto modificada (M-CTS; Muñoz-Rivas <i>et al.</i> , 2007). |
| | – <i>Conflict in Adolescent Dating Relationships Inventory</i> –Inventario de relaciones de noviazgo de adolescentes en conflicto– (CADRI; Wolfe <i>et al.</i> , 2001, traducida por Hokoda <i>et al.</i> , 2006). |
| | – <i>Attitudes Towards Dating Violence Scales</i> –Escala de actitudes hacia la violencia en el noviazgo– (Price <i>et al.</i> , 1999; traducida por Hokoda <i>et al.</i> , 2006). |
| | – Cuestionario de violencia entre novios (CUVINO; Rodríguez-Franco <i>et al.</i> , 2010). |
| | – Cuestionario maltrato en el noviazgo (CMN; Osorio <i>et al.</i> , 2012). |
| | – Cuestionario para evaluar la violencia de pareja en jóvenes (Vizcarra y Póo, 2011). |
| | – Lista de chequeo de experiencias de maltrato en la pareja - Forma A (Rey Anacona, 2009). |
| Instrumentos dirigidos a evaluar las posibles consecuencias de los malos tratos | – Consumo de cigarrillo, bebidas alcohólicas y drogas: MINI, CIDI, Cuestionario CAGE, YRBSS, YRBSS (versiones en castellano). |
| | – Métodos inapropiados para controlar el peso, conductas sexuales de riesgo, embarazo no deseado: YRBSS (versiones en castellano). |
| | – Depresión, ansiedad, ideación e intentos suicidas, quejas somáticas: MINI, CIDI, CHIPS, ADIS-R. |
| | – Baja autoestima: Escala de autoestima de Rosenberg (1965, en Echeburúa y Corral, 1998). |
| | – Insatisfacción con la relación: Escala de ajuste diádico (Spanier, 1976, en Echeburúa y Corral, 1998). |
| Instrumentos dirigidos a evaluar factores de riesgo | – Observación de violencia en la familia de origen: Cuestionario de auto informe sobre Incidentes de violencia conyugal (Rey Anacona, 2008b). |
| | – Justificación de la violencia: Escala de detección de sexismo en adolescentes (DSA; Recio <i>et al.</i> , 2007); Escala de actitudes hacia la violencia íntima (Vizcarra y Póo, 2011). |
| | – Uso de bebidas alcohólicas y drogas ilegales: MINI, CIDI, Cuestionario CAGE (Ewing, 1984). |
| Instrumentos dirigidos a evaluar la relación de pareja | – Escala de ajuste diádico (Spanier, 1976, en Echeburúa y Corral, 1998); versión breve de Santos-Iglesias <i>et al.</i> (2009). |
| | – Cuestionario de aserción en la pareja (ASPA; Carrasco, 1998). |
| | – Inventario de creencias en la relación (Eidelson y Epstein, 1981). |
| | – Inventario de dependencia emocional (Aiquipa Tello, 2015). |

Nota. Solo se incluyeron instrumentos validados y/o adaptados en países iberoamericanos.

Como se indicó en el primer capítulo, las primeras experiencias románticas suelen comenzar en la adolescencia. Si, por diversas razones, la violencia se “instala” en una relación romántica en dicha etapa del ciclo vital, este puede escalar desde conductas de control aparentemente no muy importantes, hasta comportamientos cada vez más frecuentes y graves que pueden conducir, más adelante en la relación, a comportamientos de maltrato mucho más grave, de tipo físico y sexual. Por lo tanto, las actividades de prevención de los malos tratos en el noviazgo deberían comenzar en la adolescencia, ya sea para identificar a los adolescentes en riesgo, o para detectar las posibles víctimas y/o victimarios e intervenir en ellas, o para prevenir la escalada de violencia en las relaciones en las cuales ya se instaló la violencia y prevenir así la violencia en el matrimonio o la convivencia (Arbach *et al.*, 2015).

Existen varias investigaciones sobre la eficacia de programas de prevención de la violencia en el noviazgo, realizadas en diferentes países, que evidencian diferencias en lo referente a los aspectos metodológicos, las técnicas utilizadas, el número de sesiones y la duración de las mismas, entre otros aspectos. Estos programas se basan en intervenciones diferenciadas que apuntan a dos objetivos básicos: prevención y promoción.

En este capítulo se revisa el concepto de prevención en un contexto general de la salud y se hace referencia a los tipos de prevención y las diferencias entre estos. Además, se reseñan varios estudios de prevención de la violencia en el noviazgo, en todos los niveles, realizados en los últimos años en países iberoamericanos y anglosajones.

¿QUÉ ES PREVENCIÓN?

El término prevención hace referencia a la acción y efecto de prevenir y proviene de los principios de la epidemiología y la salud pública; se caracteriza por un enfoque en la reducción de factores de riesgo y la promoción de factores de protección. Es entendida como todas las acciones necesarias y posibles que se utilizan para evitar problemas físicos y mentales o tratar de reducir sus efectos cuando se han producido. Esta acción busca generar estrategias anticipadas con el objetivo de evitar daños inminentes en un grupo o población (Beaglehole, Bonita y Kjellstrom, 2003).

En el campo de la salud específicamente ayuda a reducir la tasa de mortalidad que se produce principalmente por enfermedades infecciosas, pero también, por enfermedades cardiovasculares y crónicas. Por tanto, la prevención permite disminuir y controlar enfermedades y problemas sociales considerados de salud pública, como la violencia en todos sus niveles. Cuando se hace referencia de prevención de la violencia se habla de toda medida o acción que busca reducir o evitar la violencia y los problemas derivados.

Para poder diseñar e implementar programas de prevención, lo primero es determinar las causas modificables de la enfermedad o del problema. Los estudios epidemiológicos son una fuente de información que nos señala la magnitud del problema, sus principales causas y las estrategias adecuadas para su prevención y control, buscando como fin último la reducción de la mortalidad y

la incidencia de enfermedades, lesiones por accidentes de tráfico y violencia.

Es importante señalar que la prevención no es exclusiva de la epidemiología, otras profesiones intervienen en el desarrollo de estas acciones, como: a) ingeniería sanitaria, b) química ambiental, c) enfermería, d) salud pública, e) sociología, f) medicina, g) psicología, y h) economía, entre otras.

¿CUÁLES SON LOS NIVELES DE PREVENCIÓN?

En la prevención se pueden identificar cuatro niveles que corresponden a las diferentes fases del desarrollo del problema, las cuales se denominan: a) prevención primordial, b) prevención primaria, c) prevención secundaria, y d) prevención terciaria (Beaglehole *et al.*, 2003; Julio, Vacarezza, Álvarez y Sosa, 2011) y tres estilos distintos de prevención, propuestos por Mrazek y Haggerty (1994), dependientes del grupo al que va dirigido cada una: a) la prevención universal, b) la prevención selectiva, y c) la prevención indicada.

Los cuatro niveles de prevención son importantes y complementarios e incluyen medidas sociales, políticas, económicas y terapéuticas. Sin embargo, la prevención primaria es la más utilizada y la que mayores dificultades tiene a la hora de medir su impacto real en la salud y bienestar de la población en que se administró (Tabla 4).

Tabla 4. Esquema de los niveles de prevención

| Fases | Niveles de prevención | Contexto | Estrategias | Objetivos | |
|--------------------|-----------------------|------------------------------|---|---|---------------------------------------|
| Susceptibilidad | Primaria | Universal | Población general | Promoción de la salud Políticas de sensibilización Campañas educativas para prevenir la aparición de enfermedades | Reducir la incidencia de nuevos casos |
| | | Selectiva | Población en riesgo medio | | |
| | | Indicada | Población en riesgo alto | | |
| Presintomática | | | | | |
| Clínica | Secundaria | Eventos iniciales | Diagnóstico temprano Exámenes masivos/selectivos Tratamiento temprano para evitar progreso o recurrencia de la enfermedad | Reducir la duración y gravedad (que afecta a la prevalencia) | |
| Invalidez y muerte | Terciaria | Enfermedad física y/o mental | Reducción de la incapacidad Proceso de rehabilitación Reinserción social | Reducir la gravedad y las secuelas | |

Fuentes: Beaglehole *et al.* (2003); Mrazek y Haggerty (1994).

PREVENCIÓN PRIMORDIAL

Este nivel de prevención es el inicial, el cual tiene como objetivo evitar la consolidación de estilos de vida sociales, económicos y culturales, que se consideran como factores que elevan el riesgo de presentar una enfermedad física o mental.

Por lo tanto, la prevención primordial se basa en el diseño de políticas públicas (leyes, decretos, resoluciones), que buscan frenar los patrones culturales que causan el riesgo de presentar una enfermedad. Esta prevención intenta realizar la modificación de conductas y valores culturales, a través de intervenciones de tipo macrosocial. Por ejemplo, en muchos países, con la identificación de las causas básicas subyacentes de ciertas enfermedades específicas, se han tomado medidas para frenar hábitos sociales, económicos y culturales que son considerados como causas. Es el

caso de la relación entre el consumo de cigarrillo y el cáncer de pulmón, se han desarrollado políticas públicas con medidas reguladoras y fiscales enérgicas de los gobiernos para detener la promoción del tabaco y el inicio del tabaquismo (Beaglehole *et al.*, 2003). Debido a que el consumo de tabaco constituye la segunda causa de muerte a nivel mundial y es el principal factor de riesgo en la aparición de enfermedades crónicas no transmisibles, en Colombia se expidió la Ley 1335 de 2009, para hacer frente a este problema de salud pública, protegiendo la integridad de menores de edad y de la población no fumadora, de las graves consecuencias del consumo de cigarrillo. Esta ley se desarrolló como respuesta al compromiso adquirido por el gobierno colombiano en el Convenio Marco para el Control del Tabaco de la Organización Mundial de la Salud.

Las acciones que buscan cumplir esta ley, están relacionadas con la implementación de los espacios 100% libres de humo de cigarrillo y la prohibición total de toda forma de publicidad, promoción y patrocinio de productos de tabaco, estrategias que han sido implementadas en otros países, obteniendo resultados en la reducción del consumo y demanda del cigarrillo. Para que sea eficaz la prevención primordial, se requiere de un alto compromiso de los gobiernos, trabajo mancomunado a nivel intersectorial y participación comunitaria que permita su ejecución.

Con relación a la violencia en el noviazgo y las medidas de prevención primordial, en el año 2012 el presidente de los Estados Unidos, Barack Obama, emitió la *Proclamation 8777: National teen dating violence awareness and prevention month* (Proclamación 8777: mes de la conciencia y prevención nacional de la violencia en el noviazgo adolescente), la cual busca establecer políticas públicas para hacer frente a las consecuencias de la violencia en el noviazgo, dirigidas a concientizar a la nación sobre esta problemática de los jóvenes, por lo que declaró febrero como el mes de la prevención nacional de la violencia en el noviazgo, con el objetivo de diseñar e implementar programas estatales de prevención.

PREVENCIÓN PRIMARIA

La prevención primaria busca reducir la incidencia de casos mediante el control de sus posibles causas y de los factores de riesgo. Sin embargo, esta implica dos estrategias que son complementarias (Julio *et al.*, 2011).

La primera estrategia está dirigida a toda la población en general para reducir el riesgo y se le denomina estrategia poblacional. Un ejemplo de la prevención primaria con esta estrategia, son las campañas masivas para el uso del condón en la población general para prevenir la infección por VIH (Beaglehole *et al.*, 2003, Santacreu, Márquez y Rubio, 1997). La ventaja de la estrategia poblacional es que no requiere de la identificación y caracterización del grupo de alto riesgo. Sin embargo, su impacto es menor debido a que el riesgo absoluto de la enfermedad es más bajo en la población general.

La segunda estrategia busca impactar a personas cuyo riesgo de ser un caso (enfermo) es alto, por estar expuestas a los factores que causan la enfermedad, se le denomina estrategia de grupo de alto riesgo. Los programas para dejar de fumar son un ejemplo de estrategia de grupo de riesgo para la enfermedad de cáncer de pulmón (Beaglehole *et al.*, 2003; Julio *et al.*, 2011).

De las dos propuestas de intervención primaria la que muestra mayor impacto es la estrategia de grupo de alto riesgo, cuyas acciones van dirigidas a proteger a los individuos susceptibles de presentar la enfermedad. El inconveniente de esta estrategia es que se requiere de una identificación previa de los casos para definir el grupo de alto riesgo, lo que resulta difícil y costoso.

Las investigaciones que se han desarrollado con relación a la violencia, han identificado la

necesidad de actuar desde la prevención primaria, con el objetivo de retrasar o evitar en la población adolescente el inicio de la violencia (Lutzker y Wyatt, 2008).

PREVENCIÓN SECUNDARIA

Este nivel de prevención es también llamado diagnóstico precoz, cribado, o *screening*. El objetivo de la prevención secundaria es impactar en el grupo de personas que presenta la enfermedad y busca reducir las consecuencias más graves, mediante el diagnóstico y una intervención rápida y efectiva (Santacreu *et al.*, 1997). Los requisitos para una efectiva intervención secundaria, es que el método que se utilice para la identificación del grupo con la enfermedad sea seguro y exacto, que los programas de intervención que se implementen tengan evidencia de su efectividad, que el evento represente un problema de salud con una afectación en la calidad de vida y que se conozcan las causas del evento (Beaglehole *et al.*, 2003; Julio *et al.*, 2011).

PREVENCIÓN TERCIARIA

Este nivel de prevención tiene como fin disminuir el avance o las complicaciones de una enfermedad ya adquirida y se consolida como un aspecto esencial de la intervención y la rehabilitación. Busca restablecer la salud una vez que ha aparecido la enfermedad o minimizar sus secuelas (Santacreu *et al.*, 1997).

De esta manera, la prevención terciaria busca implementar acciones para disminuir las consecuencias de la enfermedad, reduciendo así los sentimientos de pérdida de la salud física y/o mental, así como ayudar a los pacientes a adaptarse cuando presentan cuadros de enfermedad crónicos. Teniendo en cuenta lo anterior, es difícil separar la prevención terciaria del tratamiento, porque en las enfermedades crónicas o terminales, el propósito de la terapia es prevenir las posibles secuelas o la muerte (Beaglehole *et al.*, 2003; Julio *et al.*, 2011).

PREVENCIÓN UNIVERSAL

Se define como las medidas que se dirigen a una población en general, para evitar problemas físicos y mentales, donde no se ha utilizado un método para la identificación del grupo basado en el riesgo.

PREVENCIÓN SELECTIVA

Va dirigida a personas o grupos de la población que presentan un riesgo más alto que la población general de desarrollar un problema físico o mental, por la presencia de sus determinantes biológicos, psicológicos, familiares, comunitarios y/o sociales. Por lo tanto, la prevención selectiva tiene que ver con aquellas estrategias que se dirigen a grupos específicos vulnerables de presentar problemas específicos, identificados según determinados indicadores establecidos previamente y soportados empíricamente. Además, debe basarse en la identificación clara de grupos vulnerables o en riesgo.

PREVENCIÓN INDICADA

Este tipo de prevención se dirige a grupos que presentan riesgo, con signos o síntomas de problemas físicos y mentales, mínimos pero detectables, o determinantes biológicos que indican una predisposición, pero que no cumplen los criterios de diagnóstico en ese momento. La prevención indicada se centra en el trabajo individual con personas en los que actúan factores específicos de vulnerabilidad.

PROGRAMAS DE PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA EN EL NOVIAZGO

Como se indicó al comienzo de este capítulo, se han desarrollado varios programas de prevención de los malos tratos en parejas jóvenes, con diferentes tipos de sustento empírico y marcos teóricos. La mayoría de estos programas se ha desarrollado e implementado en colegios y en instituciones universitarias, buscando la transformación de conocimientos, actitudes y conductas a través de la incorporación en un currículo formativo.

Grafunder, Noonan, Cox y Wheaton (2004), señalan cuatro posibles acciones para prevenir eficazmente la violencia en las relaciones de noviazgo: a) diseñar e implementar programas de prevención primaria, b) evaluar su efectividad, c) tener en cuenta la evidencia empírica para el diseño y desarrollo de estos programas, y d) implementar los programas en la población para la cual fueron diseñados.

En este apartado se realiza una descripción de varios programas de prevención de la violencia en el noviazgo en adolescentes y jóvenes de Iberoamérica y países anglosajones, que disponían de información sobre su efectividad, a partir de una revisión sistemática realizada por Martínez-Gómez y Rey-Anaconda (2014), quienes analizaron los programas publicados entre enero de 1990 y diciembre de 2012, recuperados de los sistemas de información *Redalyc*, *Psicodoc*, *Science Direct*, *Proquest*, *Psycarticles* y *Ebsco*. Dicha revisión permitió recuperar un total de trece artículos que reseñaban programas de prevención primaria o secundaria de este tipo de violencia de pareja, pero ninguno de tratamiento de parejas en donde se había presentado este tipo de malos tratos. Tres de estos artículos describían programas implementados en Iberoamérica. Estos programas se reseñan en la Tabla 5.

Tabla 5. Programas publicados entre 1990 y 2012 sobre prevención de la violencia en las relaciones de noviazgo

| Fuente | Estructura del programa | | | Niveles de prevención | | | Diseño de investigación | | | Dirigido a | | |
|-----------------------------------|-------------------------|--------------------|--------------------------|-----------------------|------------|-----------|-------------------------|--------------------|------------------|----------------------|---------------------|---------------------------|
| | Número participantes | Número de sesiones | Duración de las sesiones | Primaria | Secundaria | Terciaria | Experimental | Cuasi-experimental | Pre-experimental | Asignación aleatoria | Estudiantes colegio | Estudiantes universitario |
| Levy (1984) | N. R. | N. R. | N. R. | • | | | | • | | N. R. | • | |
| Avery <i>et al.</i> (1997) | 192 | 5 | N. R. | • | | | | • | | • | • | |
| Foshee <i>et al.</i> (1996, 1998) | 1886 | 10 | 45 Min | • | | | | • | | • | • | |
| Lavoie <i>et al.</i> (1995) | 517 | N. R. | N. R. | • | | | • | | | N. R. | • | |
| Macgowan (1997) | 440 | N. R. | N. R. | • | | | • | | | N. R. | • | |
| Pacifici, <i>et al.</i> (2001) | 547 | 7 | N. R. | • | | | • | | | N. R. | • | |
| Weisz & black (2001) | 66 | 12 | N. R. | • | | | | | • | N. R. | • | |
| Bruce <i>et al.</i> (2010) | 123 | 5 | 40 Min | • | | | | • | | N. R. | • | |
| Wolfe <i>et al.</i> (2010) | 1722 | 21 | N. R. | • | | | • | | | N. R. | | |
| Hernando (2007) | 28 | 14 | N. R. | • | | | | | • | N. R. | • | |
| Pick, <i>et al.</i> (2010) | 2250 | 8 | 150 min | • | | | | | • | N. R. | • | |
| Póo y Vizcarra (2011) | 31 | 14 | 150 Min | • | | | | • | | N. R. | | • |

| | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------------------|-----|-------|-------|---|--|--|--|--|---|-------|--|---|
| Schwartz, <i>et al.</i> (2006) | 290 | N. R. | N. R. | • | | | | | • | N. R. | | • |
|--------------------------------------|-----|-------|-------|---|--|--|--|--|---|-------|--|---|

Nota. N. R.: No reporta. Fuente: Martínez Gómez y Rey Anacona (2014)

Weisz y Black (2001) evaluaron los efectos de un programa sobre la adquisición de conocimientos y las actitudes sobre la agresión sexual y la violencia en el noviazgo. Utilizaron técnicas como la discusión, juegos de roles, presentación didáctica de información, modelado y ejercicios vivenciales, para ayudar a los participantes a adquirir conocimientos y comprender mejor sus propias actitudes y comportamientos. Los resultados mostraron que los estudiantes de un grupo experimental adquirieron mayor conocimiento sobre la violencia en el noviazgo comparados con los de un grupo control. Con relación a las mujeres que recibieron el tratamiento, se evidenció la adquisición de un mayor conocimiento sobre la violencia en el noviazgo que los hombres, entendiéndolo como un problema social, así como su relación con la agresión sexual. La medida de seguimiento realizada a los seis meses de terminar la aplicación, evidenció que el grupo experimental mantenía los conocimientos adquiridos en el programa.

En el caso del programa desarrollado por Rosenbluth (2002), en cooperación con el Centro Nacional de Recursos sobre Violencia Doméstica de los Estados Unidos, que buscaba promover en los jóvenes relaciones saludables y seguras basadas en el respeto, previniendo el abuso y la violencia en las relaciones de pareja de los adolescentes. El programa contiene un currículum de 12 sesiones en el que se utiliza gran variedad de actividades, incluyendo grupos de discusión, juegos de roles y escritura creativa. Se administró a 1243 estudiantes de secundaria, mostrando incremento en el conocimiento sobre el acoso sexual y la manera de actuar ante situaciones de violencia.

Bruce *et al.* (2010) desarrollaron un programa dirigido a hacer frente a las actitudes negativas, creencias sobre la violencia y el acoso sexual en parejas jóvenes, mediante dos planes de estudio: uno basado en la interacción y otro en normas y leyes que tipifican estas conductas como un delito. Cada plan se implementó con un grupo de estudiantes de secundaria, comparados con un grupo control que recibió la educación estándar ofrecida en los distritos escolares. En la medida postratamiento se encontró que los dos grupos de tratamiento fueron mejores en lo referente a la identificación del uso de conductas abusivas, las actitudes hacia la violencia de género y el acoso sexual; además, mostraron menores tasas de victimización y actitudes favorables en relación con sus derechos.

Por su lado, el programa *Safe Dates* desarrollado por Wolfe *et al.* (1998; 2010) contiene un currículo interactivo que pretende integrar la prevención de la violencia en las relaciones amorosas de adolescentes, con contenidos sobre las relaciones saludables. Para su evaluación, participaron 1722 estudiantes entre 14 y 15 años de 20 escuelas públicas de Ontario (Canadá), en un diseño experimental de grupo control pretest-postest, donde seleccionaron las escuelas y los participantes aleatoriamente. La metodología consistió en capacitar a los profesores con un taller de seis horas en temas como la seguridad personal, el crecimiento saludable, la sexualidad y el uso y abuso de sustancias. Estos temas fueron desarrollados en las aulas de clase por parte de los profesores y los participantes fueron los estudiantes. Asimismo, se les informó sobre las redes de apoyo con las que podían contar en su comunidad en casos de violencia. Los resultados mostraron que los adolescentes que participaron en el programa informaron menos actos violentos en sus relaciones que el grupo control y mayor uso del condón en sus relaciones sexuales.

Schwartz, Griffin, Russell y Frontaura (2006) implementaron un programa psicoeducativo para prevenir la violencia de noviazgo en parejas universitarias estadounidenses. El programa buscaba

aumentar el conocimiento sobre las creencias de género y su influencia en la violencia de pareja, así como entrenar en estrategias para evitar la violencia en el noviazgo, a través de mesas redondas, charlas y grupos de discusión. Los resultados mostraron disminución en las actitudes sexistas hacia la violencia e incremento en los conocimientos sobre relaciones saludables.

Hernando (2007) desarrolló un programa de prevención de violencia de género dirigido a la población estudiantil, que busca generar cambios en las actitudes, los conocimientos y las habilidades con respecto a la violencia en el noviazgo, modificando pensamientos, mitos e ideas erróneas sobre la violencia de género, y a la vez capacitando a los estudiantes para que detecten el maltrato físico, psicológico y sexual. Este programa mostró disminución en las actitudes que justificaban y sustentaban la violencia en las relaciones de pareja entre estudiantes españoles.

Pick *et al.* (2010) desarrollaron una conferencia de dos horas y media de duración, para sensibilizar sobre la violencia en el noviazgo entre alumnos de preparatoria, la cual se llamó “Yo quiero, yo puedo... prevenir la violencia”. Los temas incluidos en dicha conferencia fueron: habilidades de comunicación, negociación y toma de decisiones; los estereotipos y roles de género y su relación con la violencia; cómo identificar la violencia y sus diferentes tipos, el ciclo de violencia y relaciones de pareja saludables. Se observaron cambios importantes con respecto a las creencias y actitudes relacionadas con la violencia, generando mayor conocimiento y sensibilización frente a esta problemática entre los participantes.

En Chile, Póo y Vizcarra (2011) implementaron un programa que se fundamentó en el paradigma pedagógico del constructivismo de Piaget y Vigotsky, cuyo objetivo de modificar actitudes y comportamientos pocos saludables en las relaciones de pareja y que constituyen un factor de riesgo para la violencia en el noviazgo, promoviendo conocimientos para la construcción de relaciones basadas en la igualdad y el respeto mutuo. Este programa se implementó como una asignatura electiva en estudiantes universitarios, incluyéndose los siguientes temas: psicoeducación frente a la violencia de pareja, relaciones de pareja saludables, autoconocimiento y expresión emocional, y resolución no violenta de los conflictos. Se utilizó un diseño experimental de grupo control, evidenciándose incremento en los conocimientos y el rechazo hacia la violencia en el grupo experimental, manteniéndose este efecto seis meses después de terminado el programa.

Avery, Cascardi, O’Leary y Cano (1997) evaluaron el efecto de un programa sobre las actitudes que justifican el uso de la violencia en el noviazgo, el cual busca promover la equidad en las relaciones de pareja, modificar las actitudes a favor del uso de la violencia como medio de resolución de conflictos, promover habilidades de comunicación y apoyo para las víctimas de la agresión. El diseño contó con medidas pre y postratamiento; los resultados indicaron disminución significativa en las actitudes que favorecen y justifican el uso de la violencia en las relaciones de noviazgo, en los participantes que recibieron el programa en comparación con los adolescentes que no fueron expuestos al mismo.

Foshee *et al.* (1996; 1998), evaluaron los efectos de un programa de prevención de la violencia en el noviazgo, que trata los siguientes temas: a) las actitudes sobre la violencia en la pareja, b) roles de género, c) habilidades prosociales, y d) creencias frente a la violencia de pareja. La metodología incluía una obra de teatro realizada por los estudiantes, un plan de estudio de 10 sesiones de 45 minutos, un concurso de carteleras y juegos de roles. Se encontraron cambios significativos en los participantes en lo referente al uso de la violencia psicológica, física moderada y sexual en sus relaciones de pareja. Sin embargo los resultados no mostraron cambios significativos en el uso de violencia sexual. En las medidas de seguimiento se observó que se mantuvieron los efectos del programa con respecto al uso de violencia física severa.

Por su lado, Lavoie, Vezina, Piche y Boivin (1995) elaboraron un programa para la prevención primaria de la violencia en el noviazgo para adolescentes, centrado en la identificación de las diferentes formas de violencia en la pareja, la comprensión de la violencia, el respeto y la responsabilidad en las relaciones de noviazgo. Se observaron cambios positivos en la identificación de las formas de violencia en la pareja, actitudes frente al uso de la violencia y disminución del control que se ejerce en la relación, por parte de algún miembro de la pareja.

El programa diseñado por MacGowan (1997) busca promover conocimientos, actitudes y habilidades para evitar la violencia en las relaciones de pareja o terminar una relación con esas características, por medio de debates y ejercicios experienciales. Los resultados muestran cambios significativos postratamiento en conocimientos sobre violencia en el noviazgo y actitudes a favor de la violencia.

De igual modo, Pacifici, Stoolmiller y Nelson (2001) diseñaron un programa de prevención de la coerción sexual en situaciones de pareja dirigido a adolescentes, cuya metodología incluye vídeos, juegos de roles, debates y encuentros virtuales (vídeos interactivos), centrándose en el incremento de la conciencia sobre la coerción sexual, y el desarrollo de habilidades de comunicación para prevenir o hacer frente a actos sexuales no deseados. Los hallazgos mostraron que los participantes del grupo experimental presentaron puntuaciones más bajas que el grupo de control en una escala de actitudes coercitivas.

En conclusión podríamos decir que la mayoría de estos programas estaban dirigidos a la prevención primaria de la violencia en el noviazgo, con una implementación grupal en adolescentes y jóvenes de colegios y universidades. Las teorías en las que se basan los programas son en el aprendizaje social, apego y género, donde se combinan técnicas cognitivo-conductuales. Las actividades más comunes utilizadas en los programas fueron grupos de discusión en autoestima, obras de teatro, concurso de carteleras, juegos de roles, relatos, psicoeducación, análisis de películas sobre violencia en el noviazgo, debates, escribir cartas de ficción a una víctima y/o victimario. Los programas estaban dirigidos a entrenar y educar en: a) manejo de conflictos y habilidades para resolver problemas; b) búsqueda de ayuda; c) conocimientos sobre relaciones saludables, acoso sexual y asalto sexual; d) cambio de actitud sobre la violencia en las relaciones de noviazgo; e) aumento de conductas apropiadas para prevenir el asalto sexual; f) disminuir el control; y g) estrategias para terminar un relación de noviazgo con características de malos tratos.

PAUTAS PARA EL DISEÑO DE PROGRAMAS DE PREVENCIÓN DE MALOS TRATOS EN EL NOVIAZGO

El objetivo de este apartado es describir algunas pautas generales que pueden ser utilizadas en la elaboración, implementación y evaluación de propuestas de prevención e intervención de violencia en el noviazgo, a partir de la revisión de los programas internacionales recuperados en bases de datos, que cuentan con evaluación empírica y donde señalan rigurosidad metodológica (Martínez-Gómez y Rey-Anaconda, 2014).

A nuestro juicio, los elementos para plantear un programa y que este sea efectivo, eficaz y eficiente, son cinco, por lo tanto se requiere el cumplimiento de las etapas enunciadas en la Figura 2, con base en lo planteado por Alvira (1999) y García (2015).

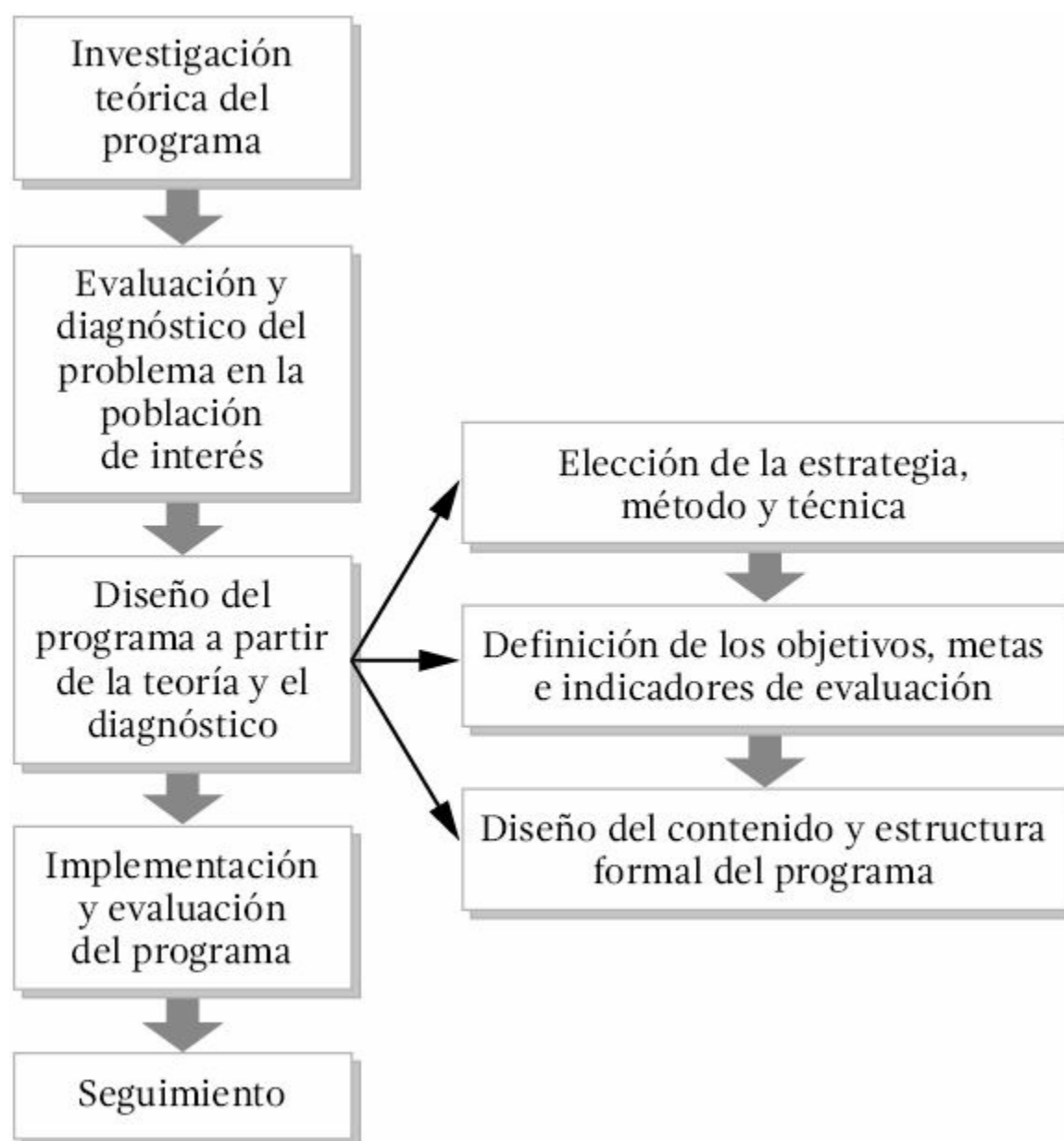


Figura 2. Esquema de la secuencia para el diseño de un programa, con base en Alvira (1999) y García (2015)

PRIMERA ETAPA: FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

Es importante identificar y caracterizar el problema, en este caso la violencia en el noviazgo. Una pregunta inicial podría ser: ¿Qué se quiere prevenir o intervenir? La respuesta a esta pregunta es una fase importante y previa al diseño de un programa. Esta implica: a) la revisión de las estrategias y perspectivas teóricas utilizadas en investigaciones previas, b) la caracterización del problema sobre el que se interviene, y c) los factores de riesgo detectados en la población objeto (Rubio-Garay *et al.*, 2015, para una revisión muy completa sobre los factores facilitadores y precipitantes de este tipo de violencia).

El programa de prevención o intervención debería estar basado en los factores de riesgo identificados en la población objetivo y asumir una perspectiva teórica que sea coherente con dichos factores de riesgo, debidamente explicitada en el programa. Pero, además, el programa debería articularse en torno a una o varias hipótesis que constituyan la esencia del programa, que sean el nexo de unión entre teoría, necesidades y estrategias de intervención (véase en el primer capítulo de este libro las perspectivas teóricas más conocidas sobre la violencia de pareja).

SEGUNDA ETAPA: POBLACIÓN

Después de la revisión teórica, se debe caracterizar la población con la que se propone trabajar. Se parte de un análisis del contexto de los participantes (colegio, estrato socioeconómico, familia, comunidad), con el objetivo de conocer la situación problema y su grado de afectación.

En primer lugar, se debe realizar una evaluación del problema (violencia en el noviazgo), para esto se recomienda utilizar los instrumentos propuestos en la Tabla 3 (Instrumentos para evaluar diferentes aspectos de los malos tratos en parejas jóvenes). En segundo lugar se debe realizar una caracterización de la zona o comunidad donde se va a desarrollar la intervención. En esta evaluación el interés es conocer variables tales como: a) la presencia de conductas de violencia en las relaciones de noviazgo; b) la frecuencia e intensidad de las conductas de violencia; y c) variables relacionadas como modelos parentales, observación de violencia entre los padres, víctima de violencia intrafamiliar y actitudes frente al uso de la violencia, entre otros. Una buena caracterización de la población nos ayudará a diseñar e implementar un programa basado en: a) las causas que determinan las conductas problema; b) los factores que se asocian al problema; y c) sobre las consecuencias de la conducta problema.

Los programas de prevención de violencia en el noviazgo están dirigidos a dos grupos poblacionales: estudiantes de colegios de séptimo a undécimo y estudiantes universitarios de los primeros semestres; la edad de los participantes está generalmente entre los 12 a 24 años. Sin embargo, en adolescentes no escolarizados hay poca investigación, por lo tanto, se constituye en un grupo de interés para nuevas investigaciones (Close, 2005; Tutty, 2002).

TERCERA ETAPA: DISEÑO DEL PROGRAMA

Involucra los siguientes aspectos:

OBJETIVOS

Para poder diseñar el programa lo primero que se debe hacer es definir los objetivos, eso se traduce en establecer lo que se pretende alcanzar con el programa. El objetivo general y genérico de todos los programas, es contribuir a resolver un problema específico, en este caso la violencia en el noviazgo, por lo tanto, los objetivos deben describir la forma en que ayudaran a resolver el problema. Estos objetivos deben escribirse de forma precisa y con claridad para evitar posibles errores en el proceso.

En algunos casos el objetivo principal de los programas tiene que ver con el diseño, implementación y evaluación del mismo, pero todos en busca del cambio de comportamientos y actitudes frente al uso de la violencia. Los objetivos pueden ser entendidos como la brújula del programa y es importante tenerlos presentes durante su desarrollo.

En general los programas tienen como objetivos: a) psicoeducación, aumentar el conocimiento sobre la violencia en el noviazgo, cuáles son sus causas y consecuencias; b) entrenamiento, entrenar a los participantes en búsqueda de ayuda o la identificación de rutas de atención y autorregulación emocional; c) actitudes, en otros casos los programas buscan generar actitudes en contra de los estereotipos de género y el uso de la violencia de pareja; y d) habilidades, los contenidos van dirigidos al desarrollo de habilidades de resolución de conflictos y comunicación.

CONTENIDO

En esencia los programas son un conjunto de actividades que tienen un orden, son sistemáticos, se basan en técnicas, para alcanzar unos objetivos planteados. Los contenidos de los programas se traducen en la variable independiente de la investigación, aquello que fue diseñado por el investigador o experto para generar cambio en las conductas o actitudes de los participantes.

El efecto que tiene el contenido del programa (variable independiente) sobre las conductas, actitudes, de los participantes (variable dependiente) se observa a partir de la varianza experimental. Lo que permite determinar qué tan efectivo, eficiente y eficaz fue el programa

diseñado. Los contenidos que más se han trabajado en los programas son: a) la identificación y consolidación de relaciones de pareja saludables, b) el rol de género como factor de riesgo para la violencia, c) las dinámicas de las relaciones de pareja violentas, d) habilidades de comunicación, e) entrenamiento en habilidades para soportar la presión de grupo, f) acoso, g) el acoso sexual, h) entrenamiento en el manejo de la ira, e i) apoyo a víctimas y agresores (Martínez y Rey-Anaconda, 2014).

METODOLOGÍA

La metodología implica la elección de una estrategia de intervención (modelo de intervención y nivel de intervención), con base en la evaluación inicial y los objetivos planteados. Para esto el investigador debe: a) escoger un diseño de investigación idóneo, b) seleccionar participantes con características similares, c) planear las fases para el desarrollo del programa, y d) elaborar un cronograma. Los programas han utilizado diseños de investigación, técnicas y procedimientos variados. Los diseños que más se han utilizado son: a) los diseños preexperimentales, cuya principal dificultad estriba en que no permiten llegar a conclusiones causales (Feiring, Deblinger, Hoch-Espada y Haworth, 2002); y b) los cuasiexperimentales con pre y postest y grupo control no equivalente, en algunos de los cuales se han realizado observaciones o medidas de seguimiento para comprobar si los efectos se mantienen a lo largo del tiempo (Close, 2005).

CUARTA ETAPA: IMPLEMENTACIÓN Y EVALUACIÓN

Después de haber definido los objetivos, los contenidos y la metodología, es importante realizar una aplicación previa (pilotaje), que permita identificar las posibles dificultades del programa y diseñar estrategias de implementación.

Para la implementación se debe tener en cuenta: a) recursos financieros, personal capacitado, lugar adecuado y material necesario; b) debe haber compromiso con las instituciones y participantes para el desarrollo del programa; c) el profesional que implemente el programa debe estar capacitado y contar con habilidades de comunicación, empatía y resolución de conflictos, además de contar con un grupo de trabajo de apoyo; y d) hay que diseñar planes de contingencia, para posibles inconvenientes en la aplicación.

Con respecto a la evaluación del programa, nos referimos a identificar si las actividades desarrolladas en las sesiones, el método, las técnicas y estrategias propuestas, fueron efectivas para el cambio comportamental de los participantes.

Para esto se propone realizar una evaluación pretratamiento de las conductas o actitudes a modificar y una evaluación postratamiento para verificar el impacto que tuvo el programa en las conductas objeto. La implementación de los programas se ha llevado a cabo en colegios, mediante un protocolo o manual específico diseñado por expertos y han sido impartidos por profesionales entrenados en las técnicas, metodologías y procedimientos, en algunos casos su implementación la han desarrollado profesores de las instituciones educativas que se han capacitado para esta labor.

Con relación a la evaluación del impacto que tienen estos programas en la disminución de conductas de violencia es difícil de demostrar, sin embargo, la mayoría de los programas consiguen aumentar los conocimientos sobre las relaciones violentas, sus causas y consecuencias y cambiar las actitudes a favor del uso de estas conductas en las relaciones de pareja. Asimismo, en algunas investigaciones se ha evaluado el cambio comportamental, mostrando resultados de la disminución del uso de conductas de violencia. Conviene, entonces, efectuar una evaluación de conocimientos, actitudes y comportamientos, a nivel de pretratamiento, postratamiento y medidas de seguimiento.

En libros de metodología de investigación como el de Hernández, Fernández y Baptista (2014) y Kerlinger y Lee (2002), se describen varios diseños cuasi y experimentales verdaderos que se podrían implementar para evaluar los programas desarrollados.

ESTRATEGIAS DE PREVENCIÓN DE LOS MALOS TRATOS EN EL NOVIAZGO

Se recomienda utilizar una combinación de las siguientes estrategias, con base en la revisión de programas de prevención reseñada anteriormente.

LA EDUCACIÓN SOBRE LOS MALOS TRATOS EN EL NOVIAZGO

Esta estrategia se puede implementar en centros educativos, dentro del currículo o como actividad extracurricular, y en las comunidades, por medio de medios visuales como afiches y plegables, y actividades grupales como charlas, obras de teatro, cine foros, debates, mesas redondas, análisis de casos reales, blogs, entre otras actividades. Consiste en educar a los participantes sobre qué son y cuáles son las principales manifestaciones de los malos tratos en el noviazgo, sus factores de riesgo y posibles consecuencias, así como sobre los funcionarios en el centro educativo o instituciones que podrían ofrecer orientación y ayuda con respecto a esta problemática. En la Figura 3 se presenta un ejemplo del uso de plegables para este tipo de campañas.



Fuente: www.buenosaires.gob.ar/redentodoestasvos/adolescencia-yjuventud/programa-noviazgos-violentos

Figura 3. Plegable del programa “Noviazgos sin violencia”, del Gobierno de la ciudad de Buenos Aires, dirigido a mujeres adolescentes y adultas jóvenes

Esta estrategia se basa en la falta de conocimiento que tienen muchos adolescentes sobre aquellas conductas que podrían considerarse malos tratos en la pareja, debido a su falta de experiencia y madurez, concepciones erróneas sobre el amor romántico, la influencia negativa de pares y la vivencia de violencia en la familia de origen (Fernández-Fuertes *et al.*, 2006; González-Ortega *et al.*, 2008; Rey-Anaconda, 2008a).

También se puede informar responsablemente sobre el tema a través de páginas Web especializadas, como las que aparecen relacionadas en la Tabla 6.

EDUCACIÓN SOBRE LAS RELACIONES DE PAREJA

La poca experiencia justifica también la introducción en el currículo o de manera extracurricular, de temas concernientes con las relaciones de pareja, como las creencias y expectativas sobre este tipo de relaciones, manejo de la sexualidad, el respeto mutuo, la influencia de los estereotipos

tradicionales de género, la importancia del respeto mutuo y la responsabilidad hacia la pareja, entre otros temas. Se pueden utilizar diferentes metodologías para tratar cada tema, organizándolas de manera lógica, efectuando una evaluación de los resultados del trabajo realizado.

Dentro de esta educación sobre las relaciones de pareja se puede incluir un entrenamiento en habilidades para manejar asertivamente los conflictos en la pareja, el cual consiste en la enseñanza de habilidades asertivas, incluyendo aquellas que tienen que ver con la expresión afectiva, como expresar sentimientos positivos y negativos, hacer cumplidos y aceptar cumplidos, así como aquellas habilidades que se requieren para expresar oposición como la defensa de un derecho, expresar un desacuerdo y solicitar un cambio en el comportamiento de la otra persona (Rey-Anacona, 2010). También se deberían incluir otras habilidades como la empatía, el pensamiento de consecuencias y la resolución de conflictos interpersonales.

Se recomienda, en ese sentido, el uso de una *metodología basada en la del aprendizaje estructurado* de Goldstein (1973):

1. Instrucción didáctica de la habilidad, en donde se sensibiliza a los participantes sobre la importancia de la habilidad con el uso de vídeos, casos reales, entre otros medios, y se instruye verbalmente sobre la misma.
2. Modelamiento de la habilidad, en donde los integrantes del equipo de trabajo realizan un juego de roles para recrear la habilidad en determinada situación o se modela la habilidad a través de un vídeo apropiadamente producido.
3. Puesta en práctica de la habilidad y retroalimentación por parte de cada uno de los participantes, bajo la atenta mirada del equipo y los(as) compañeros(as), destacando inicialmente los aspectos positivos y luego los que se podrían mejorar. Se recomienda grabar cada ensayo y realizar tantos como sean necesarios para el afianzamiento de la habilidad.
4. Asignación de ejercicios para la casa, dejándose como tarea la puesta en práctica de la habilidad en situaciones cotidianas y un registro de la situación y el desempeño del participante durante la misma, realizándose la retroalimentación del caso en la siguiente sesión.

EL ENTRENAMIENTO DE PROFESORES Y PROFESIONALES DEL SECTOR SANITARIO

Los mismos temas que se indicaron con respecto a la educación sobre los malos tratos en parejas jóvenes, se pueden tener en cuenta para entrenar a los(as) profesores(as) y los(as) profesionales que trabajan en entidades que prestan servicios de salud, para que identifiquen y ofrezcan algún tipo de orientación inicial para aquellos(as) adolescentes que podrían estar involucrados en una relación de abuso. La participación de los docentes es una estrategia utilizada en el programa de prevención *Safe Date* de Wolfe *et al.* (2010). En particular, este entrenamiento podría girar en torno a los siguientes temas:

- Las rutas de atención de las instituciones que trabajan en red en casos de violencia de pareja, en la respectiva comunidad o población.
- La identificación de grupos poblacionales en riesgo, a la luz de los factores de tipo contextual y situacional asociados a la violencia en el noviazgo (véase Rubio-Garay *et al.*, 2015).
- La identificación de las víctimas, conociendo las dificultades de salud asociadas a los malos tratos en el noviazgo, como depresión, ansiedad, baja autoestima, uso de alcohol, cigarrillo y drogas, métodos inapropiados para controlar el peso, lesiones físicas, quejas somáticas, conductas sexuales de riesgo, miedo al embarazo, problemas escolares y conducta suicida (Foshee *et al.*, 2013; Kaura y Lohman, 2007; Lormand *et al.*, 2013; Matud, 2007; Muñoz-Rivas *et al.*, 2010; Rivera *et al.* 2006; Saldivia y Vizcarra, 2012).

Tabla 6. Páginas Web que proveen información sobre los malos tratos en el noviazgo

| Fuente | Descripción | Página Web |
|--|--|---|
| Salud 180. El estilo de vida saludable. | La página describe: qué es la violencia en el noviazgo, la prevalencia, sus consecuencias y cómo prevenirla. Además, cuenta con un vídeo donde la antropóloga Claudia Romero Hernández, Asesora del Instituto de las Mujeres de México D. F., explica el fenómeno de la violencia en las relaciones de noviazgo. | http://www.salud180.com/jovenes/dile-no-la-violencia-en-el-noviazgo |
| Fundación Argentina para el Estudio e Investigación de la Mujer (FEIM), promueve los derechos de la mujer, niñas, niños y adolescentes desde 1989. | La página promociona una campaña titulada “No comamos perdices: derribando mitos para noviazgos sin violencia”. En el contenido de la página Web se describe: ¿Qué es la violencia en el noviazgo?, señales de alerta y ciclo de la violencia. | http://nocomamosperdices.feim.org.ar/elements/violencianoviazgo.html |
| Dile NO! Es una página personal de la Magister en Consejería de la Universidad de Puerto Rico, Joalory Rodríguez Colón. | La página trata temas relacionados con los tipos de violencia, ejemplos de comportamientos violentos y cómo contribuir a detener la violencia. Cuenta con un blog y brinda enlaces a páginas sobre el noviazgo. | http://violencianoviazgo.weebly.com/blog---hablemos.html |
| Publimetro, es un blog dirigido a mujeres. | El blog trata temas como las señales de alerta, la prevalencia, los factores de riesgo y las características de las parejas que se maltratan. | http://www.publimetro.com.mx/mujeres/alerta-senales-de-violencia-en-el-noviazgo/RmSlka!6_E_JLPSA0_VFjrT0uBi1A/ |
| Healthy Children.org: es una página en español dirigido a padres de familia, diseñada por pediatras, para abordar temas relacionados con niños y adolescentes. | El sitio muestra como contenido: señales de violencia en el noviazgo entre adolescentes, tipos de violencia en el noviazgo, el efecto que tienen los medios sociales sobre este problema, lo que los padres pueden hacer, señales de una relación sana, cómo obtener ayuda. | https://www.healthychildren.org/Spanish/ages-stages/teen/dating-sex/Paginas/Dating-Violence-Tips-for-Parents.aspx |
| Loveisrespect: es una página especializada, diseñada para apoderar a los jóvenes para prevenir y acabar con el abuso en el noviazgo. | El sitio permite obtener información sobre: a) que son los noviazgos, b) preguntas frecuentes sobre los noviazgos, c) qué es la violencia en el noviazgo, y d) qué se debe buscar en un noviazgo. Además, cuenta con consejería las 24 horas del día los siete días de la semana, donde los adolescentes pueden formular preguntas sobre este tema. Finalmente, se puede acceder a unos cuestionarios sobre: “¿Es mi relación sana?”, “¿Soy buena pareja?”, “¿Podrá cambiar mi pareja abusiva?” y “¿Cómo puedes ayudar?”. | http://espanol.loveisrespect.org/ |
| Queramosbien.info: es una página especializada que busca proveer información académica sobre el tema y el programa “Querámonos bien”, descrito en este libro. | Presenta información sobre qué es y cuáles son los tipos de violencia de pareja, cifras de prevalencia, sus posibles causas y consecuencias, las características más comunes de las víctimas y los victimarios, y pautas para tener una relación de pareja sana. Contiene enlaces a páginas Web y artículos sobre el tema, así como información sobre dónde buscar ayuda, resaltando la importancia de los sistemas de apoyo. Asimismo, presenta información sobre el programa mencionado: Sus contenidos, metodología, equipo de trabajo, etcétera. | http://queramosbien.info |

Como ya se anuncio en la introducción de este libro, en este capítulo se describe un programa de tratamiento para adolescentes y adultos jóvenes no casados que han presentado malos tratos y que desean suprimir este tipo de comportamientos de su relación (el programa se presenta en el Apéndice A). Para el diseño de este programa se tuvieron en cuenta los resultados de la revisión ya reseñada, efectuada por Martínez-Gómez y Rey-Anacona (2014), la cual permitió analizar un total de trece artículos que describían programas de prevención primaria o secundaria de este tipo de violencia de pareja, ninguno de los cuales tenía que ver con el tratamiento de adolescentes o adultos jóvenes que habían presentado este tipo de malos tratos.

Los principales componentes y temas que se utilizaron en estos programas fueron las habilidades de resolución de conflictos, conocimiento sobre relaciones de pareja saludables, acoso y asalto sexual, cambio de actitudes sobre la violencia en el noviazgo y habilidades de búsqueda de ayuda. Para el abordaje de estos componentes y temas, la mayoría de estos programas utilizaron el modelamiento, los juegos de roles, carteles, exposiciones, conferencias, obras de teatro, debates y ejercicios experienciales. Todos se desarrollaron con estudiantes de secundaria o universitarios, utilizando diseños cuasiexperimentales para evaluar sus efectos. La mayoría de los artículos informaron que estos produjeron una disminución en actitudes violentas y un incremento del conocimiento sobre la violencia, pero muy pocos efectuaron una evaluación del cambio conductual y mediciones de seguimiento (Martínez-Gómez y Rey-Anacona, 2014).

Esta revisión evidenció que no se habían realizado ensayos clínicos controlados para evaluar programas de tratamiento de los malos tratos en el noviazgo, que estos se podrían tratar a través de metodologías propias del enfoque terapéutico de terapia y modificación de conducta, el cual se describirá a continuación y que es necesario efectuar medidas de seguimiento para valorar el mantenimiento de los efectos de estas intervenciones.

FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

Los resultados de los estudios reseñados en el primer capítulo de este libro, sugieren que para la comprensión de los malos tratos en el noviazgo se deben tener en cuenta, por un lado, las creencias y los valores socioculturales que respaldan el uso de la violencia y, por otro, el efecto del aprendizaje social en la adquisición de patrones agresivos de resolución de conflictos en la pareja. Estos dos aspectos no son mutuamente excluyentes, ya que de hecho las creencias y valores serían respaldados por la observación de violencia y malos tratos por parte de la familia de origen (Rey-Anacona, 2008b). Algunos autores señalan que estas creencias mediarían la relación entre la observación de violencia en la familia de origen y la ejecución o el ser objeto de malos tratos por parte de la pareja (Carr y Vandeusen, 2002; Delsol y Margolin, 2004; Lichter y McCloskey, 2004). Foshee, Bauman y Linder (1999), encontraron en 1965 estudiantes, varones y

mujeres de octavo y noveno grado, que la relación entre el haber presenciado o haber sido objeto de violencia en la familia de origen y la ejecución de malos tratos a la pareja, estaba mediada por la aceptación del uso de la violencia y por un estilo agresivo de resolución de conflictos, tanto en las mujeres como en los varones, lo que señala que dicha observación y los malos tratos en la familia de origen no solo normalizan el uso de la violencia sino que pueden constituir modelos de resolución agresiva de conflictos, basados en creencias que respaldan el uso de la violencia.

En una investigación previa al estudio que dio origen al programa de tratamiento, se examinó la relación entre la ejecución de al menos una conducta de maltrato a la pareja en el noviazgo, entre 902 adolescentes y adultos jóvenes de 15 a 35 años de edad y los siguientes factores: la exposición a violencia interparental, la aceptación del uso de la violencia en el matrimonio, rasgos de personalidad de agresividad, dominación e intransigencia y la comunicación de pareja. Los(as) participantes que reportaron haber maltratado a su pareja al menos en una ocasión, informaron haber presenciado más actos de violencia entre sus padres, estuvieron más de acuerdo con afirmaciones a favor de la violencia en el matrimonio e informaron más rasgos de agresividad, dominación e intransigencia, que aquellos(as) que no reportaron esta circunstancia. Además, estas variables predijeron positivamente, de manera estadísticamente significativa, la frecuencia de malos tratos ejercidos a la pareja, mientras que la puntuación en comunicación de pareja predijo negativa y significativamente dicha frecuencia (Rey-Anaconda, 2015).

Esta evidencia sugiere que estos factores en su conjunto deberían ser abordados en un programa de tratamiento de los malos tratos en el noviazgo, como el que se describe en este manual, el cual incluye como componentes la psicoeducación sobre el tema, el efecto de la observación de violencia en la familia de origen y el conocimiento de casos de malos tratos en el noviazgo entre conocidos, las habilidades de comunicación, la promoción de la empatía y el control de la ira, componentes que se describirán a continuación, después de presentar los fundamentos del enfoque terapéutico desde el cual se abordan estos componentes.

PROGRAMAS DE TERAPIA Y MODIFICACIÓN DE CONDUCTA

La terapia de conducta y la modificación del comportamiento son expresiones que designan la psicología clínica de enfoque conductista, que surge como aplicación de los principios del aprendizaje y el comportamiento descubiertos a través de la investigación básica, para la comprensión teórica, evaluación y tratamiento de problemas psicológicos. Los programas de tratamiento realizados desde esta perspectiva también se fundamentan en teorías sobre la cognición, con el fin de intervenir en procesos de pensamiento disfuncionales (Labrador, Cruzado y Muñoz, 1998).

Los programas cognoscitivo conductuales, en particular, combinan técnicas que intervienen cada uno de los canales de respuesta (conductual, fisiológico y cognoscitivo), buscando así mejores resultados que los tratamientos que solo intervienen uno de esos canales (McGinn y Sanderson, 2001). Según los autores citados, estos programas se caracterizan por: a) su formulación como terapias breves; b) el uso de un manual de tratamiento que permite el seguimiento de un protocolo de tratamiento relativamente flexible; c) la utilización de estrategias de tratamiento fundamentadas en las teorías del aprendizaje y la teoría cognoscitiva, probadas empíricamente; d) la definición de metas de tratamiento específicas, realistas y cuantificables, basadas en definiciones operacionales de conductas problemáticas o síntomas; e) la revisión periódica de los avances del proceso de tratamiento; f) el uso de estrategias para optimizar la generalización de los efectos positivos del tratamiento y la prevención de recaídas; y g) el empoderamiento del cliente enseñándole habilidades que puede utilizar fuera de las sesiones. Para

este último aspecto también se realiza un proceso de psicoeducación encaminado a que el individuo comprenda el origen de sus dificultades.

Desde hace varios años se observa gran tendencia hacia el desarrollo y soporte empírico de programas de terapia cognitivo-conductual para una gran diversidad de problemáticas, incluyendo los trastornos de personalidad, los trastornos de ansiedad y del estado de ánimo y el manejo del estrés, siendo uno de los tipos de programas de tratamiento con mayor soporte empírico (Butler, Chapman, Forman y Beck, 2006).

El programa descrito en este manual se fundamenta teóricamente en los conocimientos sobre el condicionamiento operante, el aprendizaje social y la cognición social. Así, considera que las habilidades de interacción interpersonal, incluyendo las habilidades de resolución de conflictos y de expresión de afecto, se aprenden observando a otros significativos como los padres y amigos y que las conductas tanto funcionales como disfuncionales son reforzadas por otros, aumentando su probabilidad de ocurrencia en el futuro. De esta manera, ciertos hábitos de interacción que son reforzados por otros o por la misma pareja, pueden resultar negativos para una adecuada solución de conflictos y comunicación afectiva. La empatía, el control emocional y las habilidades de comunicación son aspectos del comportamiento observable y no observable de los individuos que también se desarrollan dependiendo de su entorno socio-familiar y nivel de desarrollo evolutivo.

Vizcarra y Póo (2011) y Rey-Anacona (2009), informaron una correlación positiva estadísticamente significativa entre la frecuencia de malos tratos y el tiempo de relación, entre estudiantes universitarios, lo que muestra que los malos tratos se convierten en hábitos cada vez más arraigados en el tiempo. En otro estudio (Rey-Anacona, 2013), encontró que las formas más comunes de malos tratos en el noviazgo se referían a conductas de control, como las llamadas repetidas, entre 902 varones y mujeres de 15 a 35 años de edad, siendo el psicológico el tipo de maltrato más frecuente, seguido por el físico, el emocional, el sexual, el económico y el negligente.

Estos aspectos revelan conductas muy arraigadas en la relación que deben ser reemplazadas por hábitos prosociales, por lo que el programa asume como uno de sus principios fundamentales que el trabajo en el desarrollo de nuevas habilidades requiere práctica constante hasta que se conviertan en parte importante del repertorio del individuo, hasta ser más prevalentes que los hábitos inadecuados que han deteriorado la pareja, para lo cual en cada sesión se deja como tarea la práctica de las habilidades trabajadas.

PSICOEDUCACIÓN

Es posible que uno de los factores de riesgo de la violencia en el noviazgo, sea el hecho de que los adolescentes no están suficientemente preparados para afrontar adecuadamente las dificultades que se presentan en las relaciones de pareja, ni cuentan con una red de apoyo en su hogar o en el lugar de estudio que les permita manejar apropiadamente estas situaciones (Weisz, Tolman, Callahan, Saunders y Black, 2007). Por consiguiente, muchos de estos jóvenes pueden creer que este tipo de comportamientos son naturales o esperables en una relación de noviazgo, especialmente si han presenciado o fueron objeto de malos tratos en su familia de origen, tienen experiencias previas de maltrato o tienen conocidos en donde esta situación se presenta de manera consuetudinaria.

Como se evidenció en la revisión de programas de prevención de los malos tratos en el noviazgo, reseñada previamente, una de las estrategias más utilizadas consiste en enseñar a los adolescentes aquellas conductas que podrían constituir manifestaciones de esta forma de violencia (Martínez-Gómez y Rey-Anacona, 2014). Esta estrategia es fundamental debido a que muchos

adolescentes han presenciado violencia entre sus padres y conocen parejas de amigos en las cuales se han presentado este tipo de malos tratos, por lo que pueden verlo como algo normal o esperable en la relación (Carlson, 1990; Sears *et al.*, 2007). Por consiguiente, la psicoeducación, una estrategia que surgió para el manejo terapéutico de pacientes con esquizofrenia, con el fin de darle a conocer al mismo paciente y su familia las causas, las complicaciones, el uso adecuado de los medicamentos y las estrategias de afrontamiento cuando se presentan brotes psicóticos (Barlow y Durand, 2007), podría constituir una alternativa adecuada para sensibilizar a los(as) participantes sobre sus propias conductas de maltrato en la interacción de pareja y las estrategias más adecuadas para afrontar este tipo de situaciones.

HABILIDADES DE COMUNICACIÓN

Según Cascón (2000), un conflicto es una situación de disputa o divergencia en la que hay una contraposición de intereses, necesidades y/o valores; la manera en la que las partes implicadas afronten un conflicto va a determinar su dinámica y su resolución implica un proceso que requiere canales de comunicación efectivos, que permitan llegar a consensos y compromisos. El entrenamiento en habilidades de comunicación busca mejorar la expresión de sentimientos, emociones y necesidades, y resolver conflictos de pareja asertivamente, es decir, de manera directa, sin ir en contra de los derechos y las libertades de los demás (Builes y Bedoya, 2008). La asertividad incluye habilidades como la expresión de sentimientos positivos y negativos, la defensa de derechos y la expresión de elogios (Flores y Díaz-Loving, 2002).

El entrenamiento en habilidades de comunicación les permite a los participantes comprender que la manera en la que se emite un mensaje determina la respuesta al mismo, y que dicha comunicación no solo depende de aspectos verbales como la intensidad y el tono de voz, sino de factores no verbales, como la postura y los gestos; asimismo, se busca que cada participante aprenda a escuchar activamente al otro, tratando de determinar los mensajes detrás de las palabras (Martínez, Arranz y Guado, 2008). La comunicación asertiva involucra saber expresar sentimientos abiertamente, el reconocimiento de las emociones, el uso adecuado del “Yo” en la conversación, el contacto visual y de tono de voz firme y adecuado (Builes y Bedoya, 2008).

El entrenamiento en habilidades de resolución de conflictos ha sido utilizado exitosamente en programas de terapia de pareja, como *Prevention and Relation Enhancement Program* de Markman, Stanley y Blumberg (1999) y el *Tratamiento conductual* de Jacobson y Margolin (1979). En nuestro programa se utilizará la versión estándar de este entrenamiento, que abarca la comunicación verbal y no verbal y las habilidades de escucha activa, expresión de sentimientos positivos y negativos y resolución de problemas, con base en elementos expuestos por Martínez *et al.* (2008).

PROMOCIÓN DE LA EMPATÍA

Se considera la empatía como la capacidad para entender y retroalimentar a los otros, reconociendo los estados emocionales y afectivos de los demás (Garaigordobil y García, 2006; Fernández, López y Márquez, 2008). Se cree que la empatía genera una respuesta afectiva de preocupación o compasión ante el sufrimiento, promoviendo respuestas de ayuda y solidaridad (Lozano y Etxeberría, 2007). La empatía se ha asociado con la aceptación de los demás, la estabilidad emocional y el autoconcepto, aunque también se ha relacionado negativamente con la conducta antisocial (Etxeberría *et al.*, 1994; Garaigordobil, Álvarez y Carralero, 2004). Así, por ejemplo, Garaigordobil (2005) examinó la correlación entre la conducta antisocial autoevaluada (agresiva y de rompimiento de normas) y un conjunto de variables socio-emocionales y de

personalidad, entre 94 varones y 80 mujeres escolarizados de 12 a 14 años de edad, hallando una correlación negativa estadísticamente significativa entre el número de conductas antisociales y la empatía, así como con el autocontrol, la conducta asertiva hacia los iguales, la conducta sumisa hacia estos, el autoconcepto positivo, las cogniciones neutras no prejuiciosas y la adaptación social.

Por lo anterior, la promoción de la empatía se convierte en una estrategia fundamental para promover la conducta prosocial y desfavorecer la conducta agresiva, por lo que algunos aspectos de la empatía, como el reconocimiento de pensamientos y emociones, han sido incorporados en programas dirigidos a la prevención de la conducta antisocial, como el programa de pensamiento prosocial (López y Garrido, 2005). En el caso de los malos tratos en el noviazgo, la promoción de la empatía podría ser una estrategia adecuada para promover la asertividad y las interacciones positivas en la relación de pareja.

En nuestro programa se utiliza la misma estrategia utilizada en el Programa de pensamiento prosocial - Versión Corta para Jóvenes (Alba *et al.*, 2005), ayudando a los participantes a identificar sus propias emociones y las de los demás, mediante el reconocimiento de los gestos faciales y otros signos corporales que aparecen en fotografías de ellos mismos.

MANEJO DE LA IRA

El entrenamiento en manejo de la ira fue desarrollado originalmente por Novaco (1975), con dos fases fundamentales: una educativa y otra de aprendizaje y aplicación de técnicas para el control de la ira. En la fase educativa se busca que el participante aprenda a identificar cuándo está iracundo, para lo cual se le enseñan los principales indicadores conductuales, cognoscitivos y fisiológicos de la ira, así como a identificar las situaciones y las valoraciones que comúnmente le generan ira. La segunda fase busca que el participante aprenda técnicas para manejar conductual, fisiológica y cognoscitivamente la reacción emocional y a implementarlas de manera que prevenga o reduzca dicha reacción y afronte las situaciones de manera asertiva (Rey-Anaconda, 2010).

En el programa se desarrollan estas dos fases del entrenamiento en manejo de la ira, con base en las estrategias y técnicas descritas por Weisinger (1988) y Mendoza (2010), enseñando a los participantes a detectar las señales internas de la reacción emocional y las situaciones que comúnmente conducen a la ira en la relación de pareja, trabajando como técnica de control fisiológico la relajación por respiración diafragmática, como control conductual el tiempo fuera y para el control cognoscitivo la reevaluación positiva de las situaciones y autoinstrucciones, técnicas que son abordadas en dos sesiones del programa. Adicionalmente, en otras sesiones se trabaja con los participantes habilidades de comunicación asertiva y de resolución de problemas, que complementan el entrenamiento en técnicas de manejo de la ira. Se hace énfasis en las consecuencias de un inadecuado manejo de la ira en la relación de pareja y la influencia de los modelos familiares en dicho manejo.

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

Promover en los y las participantes actitudes, destrezas y conocimientos que favorezcan relaciones de pareja satisfactorias y libres de violencia.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Favorecer la identificación de las conductas que pueden afectar la integridad física, psicológica, emocional, sexual o económica de la pareja, sus consecuencias y sus justificaciones, para así generar consciencia sobre la importancia de prevenirlas.
- Despertar consciencia sobre la influencia de las creencias que respaldan el uso de la violencia hacia la pareja y la observación de violencia en la familia de origen sobre la calidad de las relaciones de pareja.
- Fomentar el desarrollo de habilidades de comunicación asertiva, resolución de conflictos y empatía.
- Generar destrezas para la identificación y manejo asertivo de situaciones que desencadenan sentimientos de ira y su control fisiológico, motor y cognitivo.

POBLACIÓN OBJETIVO

Adolescentes o adultos jóvenes solteros que han presentado malos tratos hacia su pareja, reportados en la entrevista de admisión al programa y en un instrumento previamente validado que recoja información sobre la ejecución de este tipo de comportamientos. El equipo de trabajo deberá determinar si la persona se beneficiaría del programa, en la medida que se han presentado malos tratos conforme a una definición de los diferentes tipos de violencia de pareja como las que se presentan en el reglamento técnico para el abordaje forense integral de la violencia intrafamiliar de pareja del Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses (2005), las cuales se presentan en el primer capítulo de este libro.

NÚMERO DE PARTICIPANTES

Máximo veinte participantes por grupo.

DURACIÓN

Aproximadamente mes y medio, con dos sesiones semanales.

NÚMERO DE SESIONES E INTENSIDAD HORARIA

Diez sesiones de dos horas cada una, con una sesión de seguimiento al menos a un mes de la finalización del programa.

CONTENIDOS GENERALES

Sesión 1. Presentación del programa, aclaración de expectativas y establecimiento de normas. Psicoeducación. Qué es y cómo se aprende la violencia.

Sesión 2. ¿Por qué estoy contigo? Creencias y expectativas sobre la relación de pareja.

Sesión 3, sesión 4 y sesión 5. Hablemos sobre lo que pensamos. Las habilidades de comunicación.

Sesión 6. Me pongo en tus zapatos. La empatía.

Sesión 7 y sesión 8. ¿Qué hago cuando me hierve la sangre? El manejo de la ira.

Sesión 9. No te armes vídeos. El manejo de los celos.

Sesión 10. Qué hemos aprendido. Sesión de cierre.

METODOLOGÍA Y ESTRUCTURA DE CADA SESIÓN

El programa utiliza la metodología de aprendizaje estructurado de Goldstein (1973), para la enseñanza de habilidades, la cual incluye los siguientes pasos secuenciales: a) instrucción didáctica de la habilidad, b) modelamiento de la misma, (c) puesta en práctica de la habilidad y retroalimentación, y d) asignación de ejercicios para la casa. Con base en esta metodología, cada

sesión contiene la siguiente estructura general: a) dinámica de activación, b) presentación de la sesión, c) revisión de tareas, d) presentación de contenidos y/o habilidades, e) práctica y retroalimentación en sesión de habilidades, y f) asignación de tareas.

Dentro de los contenidos se contempla el uso de otras técnicas y estrategias de enfoque cognitivo-conductual reseñadas previamente.

RECURSOS HUMANOS

El equipo terapéutico debe estar conformado por un supervisor, un terapeuta, un coterapeuta y al menos dos asistentes previamente entrenados. Se recomienda que haya integrantes varones y mujeres en el equipo.

PERFIL Y FUNCIÓN DEL SUPERVISOR

Psicólogo con experiencia clínica y estudios de Maestría o Doctorado en psicología clínica con enfoque cognitivo-conductual. Su función es supervisar la convocatoria y selección de los participantes y el desarrollo del programa conforme con lo establecido en el manual, para lo cual deberá reunirse al menos una vez a la semana con el terapeuta y los asistentes para establecer las recomendaciones del caso para la(s) siguiente(s) sesión(es), examinar los resultados obtenidos en cada sesión (incluyendo la de seguimiento), y la evaluación global del programa.

PERFIL Y FUNCIONES DEL TERAPEUTA

Psicólogo con experiencia clínica y estudios de Especialización, Maestría o Doctorado en psicología clínica con enfoque cognitivo-conductual. El terapeuta debe tener conocimientos teórico-prácticos, habilidades sociales y habilidades clínicas, que le permitan desarrollar su papel de modo efectivo, como: saber observar, saber escuchar y hablar, saber sugerir alternativas y negociar, expresar emociones y sentimientos, cooperación, empatía, habilidades para reforzar actitudes y conductas prosociales, habilidad para corregir e ignorar conductas antisociales y ser dinámico. Sus funciones son efectuar las entrevistas de selección de los participantes e implementar y evaluar el programa conforme a lo estipulado en este manual.

PERFIL Y FUNCIONES DEL COTERAPEUTA

Psicólogo con experiencia clínica y formación en el enfoque cognitivo-conductual. Debe tener los conocimientos teórico-prácticos, habilidades sociales y habilidades clínicas que le permitan apoyar eficazmente la implementación del programa. Sus funciones son colaborar en las entrevistas de selección de los participantes, así como apoyar la implementación y evaluación del programa conforme al manual.

PERFIL Y FUNCIONES DEL ASISTENTE DEL PROGRAMA

Estudiante de psicología de al menos mitad de carrera, dinámico, responsable y con buen nivel de habilidades sociales. Sus funciones son apoyar el proceso de convocatoria, inscripción y selección de los participantes y el desarrollo del programa a nivel logístico. También deberá elaborar bitácoras de sesión.

RECURSOS MATERIALES GENERALES

Un salón para trabajo en grupo con capacidad mínima de 25 personas, papelería y recursos audiovisuales (TV, vídeo-beam, DVD o Blu-ray, computador portátil, acceso a internet y tablero acrílico).

COMPETENCIAS DEL PROGRAMA

Se busca desarrollar competencias ciudadanas, entendidas como los conocimientos y las habilidades cognitivas, emocionales y comunicativas que permitan que las personas construyan y participen en una sociedad democrática (Ministerio de Educación Nacional, 2004). Específicamente, se pretende que el programa desarrolle las siguientes competencias:

1. Competencias de resolución de conflictos. La capacidad para utilizar habilidades cognitivas y comportamentales para poder resolver pacíficamente los conflictos.
2. Competencias emocionales. El reconocimiento y manejo de las emociones para relacionarse pacíficamente con los demás.
3. Competencias cognoscitivas. El conocimiento de las conductas que pueden generar malos tratos a la pareja a nivel físico, psicológico y sexual.
4. Competencias sociales. La capacidad de relacionarse afectuosamente con la pareja, ser sensible a sus necesidades, emociones y expectativas y actuar de manera coherente con dicho reconocimiento.

REQUISITOS DE ADMISIÓN Y NORMAS DE CONVIVENCIA

Las personas que podrían beneficiarse del programa deben:

1. Ser mayores de edad o adolescentes mayores de 14 años con permiso de los padres.
2. Estar en capacidad de participar en todas las sesiones del programa.
3. Que hayan presentado malos tratos conforme a la definición ya mencionada.

Para el buen desarrollo del programa se tienen previstas algunas normas que los participantes deberán cumplir y que se les presentan en la primera sesión:

1. Asistir puntualmente a todas las sesiones del programa.
2. Cumplir con las actividades programadas para la sesión y tareas para la casa.
3. Guardar con absoluta reserva la información presentada por los demás participantes en sesión.
4. Respetar y guardar consideración por las opiniones de los demás participantes.
5. No asistir a las sesiones bajo los efectos del alcohol o sustancias psicoactivas.
6. No ejercer actos de maltrato en sesión o en el período que se desarrolla el programa.
7. En caso de no poder asistir a las sesiones por fuerza mayor, se debe informar una hora antes del inicio la dificultad de participar en la misma.
8. Faltar a dos sesiones puede ocasionar la expulsión del programa; en dicho caso el equipo encargado del mismo, se contactará para conocer el motivo de su incumplimiento.
9. Informar al equipo terapéutico en caso que hayan ocurrido conductas de violencia y acordar una reunión con el equipo para tratar el tema.

Estas normas se contemplan en el contrato terapéutico que los participantes firman al inicio del programa.

PROCESO DE IMPLEMENTACIÓN

Contempla las siguientes fases:

1. Selección del equipo de trabajo. El personal a cargo de la institución determinará las estrategias y técnicas más adecuadas para convocar y seleccionar el equipo de trabajo, recomendándose la revisión de la hoja de vida y sus soportes, con una entrevista, ensayos de realización de una sesión y la aplicación de pruebas psicotécnicas. El supervisor puede ser un funcionario de la institución, siempre y cuando tenga el perfil indicado.
2. Entrenamiento del equipo de trabajo. Todo el equipo de trabajo deberá ser capacitado en el

desarrollo y evaluación del programa con base en este manual, para lo cual se recomienda la realización de ensayos en grupo y retroalimentación.

3. Planificación. Las fechas de inscripción, entrevistas, implementación y evaluación deberán ser programadas por el personal de la institución y el equipo de trabajo. Cada sesión deberá ser planificada minuciosamente antes de que se lleve a cabo y llevar una bitácora que será examinada en la planificación de la siguiente sesión.
4. Inscripciones. Se efectuará una convocatoria a través de los medios que la institución considere conveniente, en la cual se informará el objetivo del programa, los requisitos de admisión, la metodología, fechas y horario de realización, así como los datos del caso para realizar la inscripción al programa, la cual se podrá realizar mediante el formato que se presenta en el Apéndice B.
5. Entrevistas de admisión. Las realizará el terapeuta y el coterapeuta con el acompañamiento de al menos un asistente, utilizando una adaptación de la Entrevista General Estructurada de Maltratadores (Echebúrua y Fernández-Moltalvo, 1997, citados por Echebúrua y Corral, 1998), la cual contiene preguntas abiertas y cerradas que permiten recoger los datos personales del entrevistado(a), así como información referente a la presencia de violencia en la familia de origen, la existencia de violencia en la relación actual y en las anteriores relaciones, los posibles desencadenantes de los incidentes de violencia, las secuelas médicas y psicológicas de estos incidentes, entre otros aspectos (Apéndice C).

Luego de la entrevista, el equipo de trabajo se deberá reunir para decidir si el participante se beneficiará del programa, debido a que en la relación se han presentado malos tratos conforme a lo señalado en la definición ya presentada, le comunicará su admisión o no al programa de manera telefónica, con la retroalimentación del caso.

Las personas seleccionadas firmarán en la primera sesión el contrato terapéutico presentado en el apéndice D. Si se está efectuando una investigación de tipo clínico del programa, también deberán firmar el formato de consentimiento informado para mayores de edad que aparece en el Apéndice E y el de menores de edad que se presenta en el Apéndice F, el cual también deberá ser firmado por los padres de los menores.

6. Evaluación. Los resultados de implementación del programa se evalúan conforme a las variables de resultados y los instrumentos que se presentan en la Tabla 7. Estas variables se miden al menos antes y después de la implementación del programa, es decir, en la primera y en la última sesión, pero se recomienda que se midan también durante su realización. Para efectos de la evaluación clínica del mismo, se recomienda la medición de estas variables en la primera, quinta y última sesión y en una medición de seguimiento a los tres, seis y doce meses de finalización del programa.

Tabla 7. Variables de resultados

| Variable | Instrumento | Descripción |
|---|---|--|
| Frecuencia de malos tratos a la pareja general y de tipo físico, psicológico, emocional, sexual y económico | Lista de Chequeo de Experiencias de Maltrato en la Pareja Forma B (Rey-Anacona, 2013, véase el Apéndice G) | Permite informar 95 formas de maltrato realizadas sobre la pareja, con una escala <i>Likert</i> de cuatro opciones. Tiene una escala de maltrato físico, emocional, psicológico, sexual, económico y negligente. Fue validada a nivel metodológico y de contenido, presentando un alfa de 0,96 con una muestra de 562 varones y mujeres entre 15 y 20 años (Rey-Anacona <i>et al.</i> , 2010). |
| Habilidades de comunicación | Cuestionario de Aserción en la Pareja (Carrasco, 1998), Forma A (para administrar al participante) y Forma B (para su pareja) | Permite autoevaluar y evaluar a la pareja, en relación con cuatro estilos de comunicación: Aseritivo, agresivo, sumiso y pasivo-agresivo, por medio de dos formas con 20 preguntas cada una. Presentó adecuados índices de consistencia interna, correlación test-retest, y de correlación con medidas de ajuste marital y asertividad. |
| Actitudes a favor de la violencia | Escala de actitudes hacia la violencia íntima (adaptada de Póo & Vizcarra, 2011, Apéndice H) | Permite medir qué tanto la persona considera justificado el uso de la violencia hacia la pareja, en relación con 10 situaciones, como la infidelidad, el negarse a tener relaciones, entre otras. Evidenció un alfa de 0,90 al utilizarse con 427 estudiantes universitarios. |

| | | |
|------------------------------|--|---|
| Ira | Inventario de Expresión de Ira como Estado y Rasgo STAXI II (Spielberger, 2001) | Mide la ira como estado, como rasgo y su expresión y control, con base en 49 ítems con cuatro opciones de respuesta. Presentó adecuados índices de consistencia interna, correlación test-retest, y de correlación con medidas similares. |
| Satisfacción del tratamiento | Cuestionario de Satisfacción con el Programa (adaptado de Echeburúa & de Corral, 1998, Apéndice I) | Su propósito es evaluar el grado de satisfacción con los servicios terapéuticos proporcionados, adaptado para evaluar la metodología, los aspectos logísticos y las habilidades enseñadas. |

No obstante, si el equipo de trabajo lo considera pertinente, podría utilizar instrumentos que midan las mismas variables diferentes de los que aparecen acá, que gocen de cualidades psicométricas idóneas y correspondan culturalmente con los usuarios del programa (véase algunas opciones en el segundo capítulo de este libro).

7. Implementación del programa. Para cada sesión, el equipo de trabajo debe reunirse previamente con el fin de efectuar las preparaciones del caso referentes a materiales, actividades y contenidos, para lo cual se debe utilizar el formato de preparación y reporte de cada sesión (Apéndice J), el cual sirve a su vez de bitácora que deberá tenerse en cuenta en la preparación de la siguiente sesión y en la evaluación global del programa.

En el Apéndice A se describe cada sesión, conforme a los siguientes componentes: objetivo, competencias a desarrollar, materiales específicos y descripción de actividades.

ESTUDIOS DE EFICACIA DEL PROGRAMA

El programa se desarrolló inicialmente con el objetivo de intervenir en parejas de adolescentes y adultos jóvenes solteros en cuya relación se habían presentado malos tratos uni o bidireccionales, pero se amplió con el fin de intervenir en adolescentes y adultos jóvenes solteros, en general, que han presentado este tipo de comportamientos hacia su pareja. A continuación se reseñan dos estudios realizados con parejas.

ESTUDIO PILOTO

Inicialmente se realizó una evaluación preliminar del programa (Rey-Anacona *et al.*, 2015), en la cual se utilizó un diseño pretest-postest de un solo grupo y en la que participaron cuatro parejas heterosexuales entre 17 y 22 años de edad, con una media de 20 años, solteros y sin hijos. Las parejas se reclutaron mediante una convocatoria abierta realizada en una universidad pública colombiana, siendo seleccionados conforme a los criterios de inclusión al programa ya mencionados, es decir, que hubiesen reportado malos tratos a través de la Entrevista semiestructurada para las víctimas de maltrato doméstico (Echeburúa y Corral, 1998) y la Lista de chequeo de experiencias de maltrato en la pareja - Forma A (Rey-Anacona, 2009), y que tuviesen la disposición para asistir y participar activamente en todas las sesiones del programa.

Las comparaciones pre y postratamiento realizadas a través de los instrumentos de evaluación del programa, evidenciaron disminuciones estadísticamente significativas ($p < 0,05$) en relación con la frecuencia de malos tratos ejercidos por la pareja, en la ira como estado y en las actitudes hacia la violencia, junto con una buena satisfacción con el programa. Con base en estos resultados y las observaciones realizadas en la bitácora de cada sesión, se hizo una serie de ajustes al contenido del programa, cuya versión final se presenta en este libro (Apéndice A).

ESTUDIO CLÍNICO

El programa se evaluó nuevamente por medio de un diseño cuasiexperimental pretest-postest de grupo control no equivalente, con medida de seguimiento al mes. Para ello se efectuaron mediciones antes y después de la implementación del programa con un grupo experimental (que recibió la intervención) y un grupo control (sin tratamiento), y se realizaron las mismas mediciones con el grupo experimental un mes después de haber finalizado el mismo, para determinar si se mantenían los logros obtenidos (Castro-Rodríguez, Lozano-Jácome, Martínez-Gómez y Rey-Anacona, 2015). Por razones éticas, el grupo control recibió el tratamiento después de las mediciones postratamiento. La evaluación se llevó a cabo utilizando los mismos instrumentos previstos para la evaluación del programa.

Los participantes fueron 12 parejas heterosexuales cuyos integrantes tenían entre 17 y 26 años de edad, con una media de 20 años y un tiempo de relación promedio de aproximadamente 24 meses, de estrato socioeconómico medio y bajo. El 87,5% eran estudiantes universitarios y el 75% provenían de familias tipo nuclear. Todos cumplían los criterios de inclusión al programa.

El equipo terapéutico se conformó tal y como lo estipula el manual, para lo cual se contó con dos estudiantes mujeres de los últimos semestres de la carrera de psicología que participaron como asistentes, fungiendo los dos autores de este libro como supervisor y terapeuta respectivamente, habida cuenta de su formación y experiencia profesional. Las asistentes fueron capacitadas en relación con los antecedentes de la investigación, los aspectos teóricos, empíricos y conceptuales referentes a los malos tratos en parejas jóvenes, así como en el manual del programa, y en la administración de los instrumentos de evaluación.

Se realizó una convocatoria por diferentes medios en la ciudad de Tunja (Colombia), a través de cuñas en una emisora local, volantes repartidos en sitios estratégicos de la ciudad, brindando la información del programa en varios colegios y en una universidad pública y por medio de una página de Facebook. Dicha información incluía el objetivo del programa, los requisitos de admisión, los datos de contacto para inscribirse al programa y dos períodos diferentes de realización del programa: uno inicial en el cual se implementaría el programa con el grupo experimental y otro en el cual participaría el grupo control, que por razones éticas también debía recibirlo.

Las parejas interesadas fueron entrevistadas, previa inscripción, con la Entrevista semiestructurada para las víctimas de maltrato doméstico (Echeburúa y Corral, 1998), siendo seleccionadas con base en lo establecido en este manual y los participantes seleccionados se asignaron por disponibilidad de tiempo al grupo experimental o al grupo control. Posteriormente se realizaron las mediciones pretratamiento, tanto con el grupo experimental como el control y se implementó el programa con el grupo experimental tal y como lo estipula este manual, para luego realizar las mismas mediciones a nivel postratamiento con ambos grupos, aplicándose en este caso el Cuestionario de satisfacción con el tratamiento (adaptado de Echeburúa y Corral, 1998) pero solo al grupo experimental. Las mismas mediciones se llevaron a cabo un mes después de haberse implementado el programa con dicho grupo.

Se efectuaron comparaciones a nivel intragrupal a través de la Prueba estadística W de Wilcoxon, entre las puntuaciones pre y postratamiento de cada grupo, y entre las puntuaciones postratamiento y de seguimiento del grupo experimental, así como comparaciones entre los dos grupos a nivel pre y postratamiento, por medio de la Prueba U de Mann Whitney, aceptándose un nivel de significancia mínimo de 0,05 en todos los casos. Igualmente, se calculó el tamaño del efecto a través de la Prueba d de Cohen.

Las comparaciones entre los dos grupos a nivel pretratamiento mostraron ausencia de diferencias estadísticamente significativas en relación con las variables de evaluación del

programa, lo que señala que ambos grupos eran similares antes de la implementación del mismo en relación con dichas variables. Por su parte, las comparaciones intragrupalas realizadas con el grupo control, evidenciaron ausencia de diferencias estadísticamente significativas entre las puntuaciones pre y postratamiento, que indican que dicho grupo no cambió en relación con dichas variables entre ambas mediciones.

Por el contrario, las comparaciones intragrupalas efectuadas con el grupo experimental mostraron una disminución estadísticamente significativa a nivel postratamiento en relación con la frecuencia general de malos tratos ejercidos por la pareja, con un tamaño del efecto moderado y en la frecuencia de malos tratos económicos, evidenciando un tamaño del efecto alto. Los participantes de este grupo también presentaron incremento estadísticamente significativo en relación con el estilo de comunicación asertivo y decremento también significativo a nivel del estilo sumiso, aunque no se encontraron diferencias estadísticamente significativas en cuanto a los demás estilos de comunicación evaluados por medio del ASPA (Carrasco, 1998), ni en las puntuaciones obtenidas en la ira como estado y como rasgo y en su expresión y control, ni en la escala de actitudes hacia la violencia íntima adaptada de Póo y Vizcarra (2011).

Las comparaciones realizadas a nivel postratamiento entre los dos grupos mostraron puntajes significativamente más bajos en el grupo experimental en relación con la frecuencia general de malos tratos ejercidos por la pareja y a nivel de los malos tratos de tipo emocional y económico, comparado con el grupo control, con tamaños del efecto altos, así como puntuaciones significativamente más altas en el estilo de comunicación asertivo y más bajas en el estilo sumiso, con tamaños del efecto también altos. No obstante, no hubo diferencias estadísticamente significativas en relación con las tres escalas del STAXI (Miguel-Tobal, Casado, Cano-Videl y Spielberger, 2009), ni con la puntuación obtenida en la Escala de actitudes hacia la violencia íntima adaptada de Póo y Vizcarra (2011), aunque el tamaño del efecto en este último caso fue alto, presentando el grupo experimental un promedio de puntuaciones más bajo.

Finalmente, el 83.3% de los participantes del grupo experimental calificó como excelente, y el 16.7% como buena, la metodología utilizada en el programa, así como las técnicas, el espacio y los materiales implementados. El 75% manifestó sentirse satisfecho “Mucho” con los temas tratados y el restante 25% “Muchísimo”. El 58.3% consideró que el programa cumplió sus expectativas totalmente, el 16.7% de manera general y un 25% de manera parcial. Un 66.7% consideró que la intervención había satisfecho sus necesidades e inquietudes totalmente, un 16.7% de manera general y un 16.7% parcialmente. El 75% le recomendaría el programa a un amigo, mientras que el 25% restante consideró que probablemente lo haría. Asimismo, el 83.3% señaló que volvería al programa si necesitara ayuda otra vez, mientras que el restante 16.7% consideró que probablemente volvería. A la pregunta “¿En qué medida está satisfecho con el programa?” el 75% respondió que “Mucho”, mientras que el 25% restante consideró que “Bastante”, en el Cuestionario de satisfacción con el programa (adaptado de Echeburúa y Corral, 1998).

Las comparaciones realizadas entre las mediciones postratamiento y las mediciones de seguimiento en el grupo experimental no mostraron diferencias estadísticamente significativas, lo que señala que los cambios positivos obtenidos a nivel general con dicho grupo se mantuvieron un mes después de terminar el programa.

Los resultados de este estudio indican que el programa podría mejorar positivamente la comunicación de pareja, disminuyendo los malos tratos en parejas jóvenes no casadas o en convivencia, ya que, a diferencia del grupo control, que no cambió entre las dos mediciones, el grupo experimental evidenció cambios estadísticamente significativos en estas variables, tanto al efectuar las comparaciones entre las mediciones pre y postratamiento, como en relación con el

grupo control a nivel postratamiento. Además, el grupo experimental mantuvo estos resultados positivos después de un mes de haber finalizado el programa.

Aunque se requieren más investigaciones que avalen la eficacia de este programa, realizados por equipos de investigación independientes, con diseños experimentales verdaderos y con muestras más grandes, los resultados de los dos estudios reseñados tienden a señalar que este programa podría ser una opción válida para tratar adolescentes y jóvenes solteros que han presentado malos tratos en sus relaciones de pareja y desean modificar sus pautas habituales de interacción.

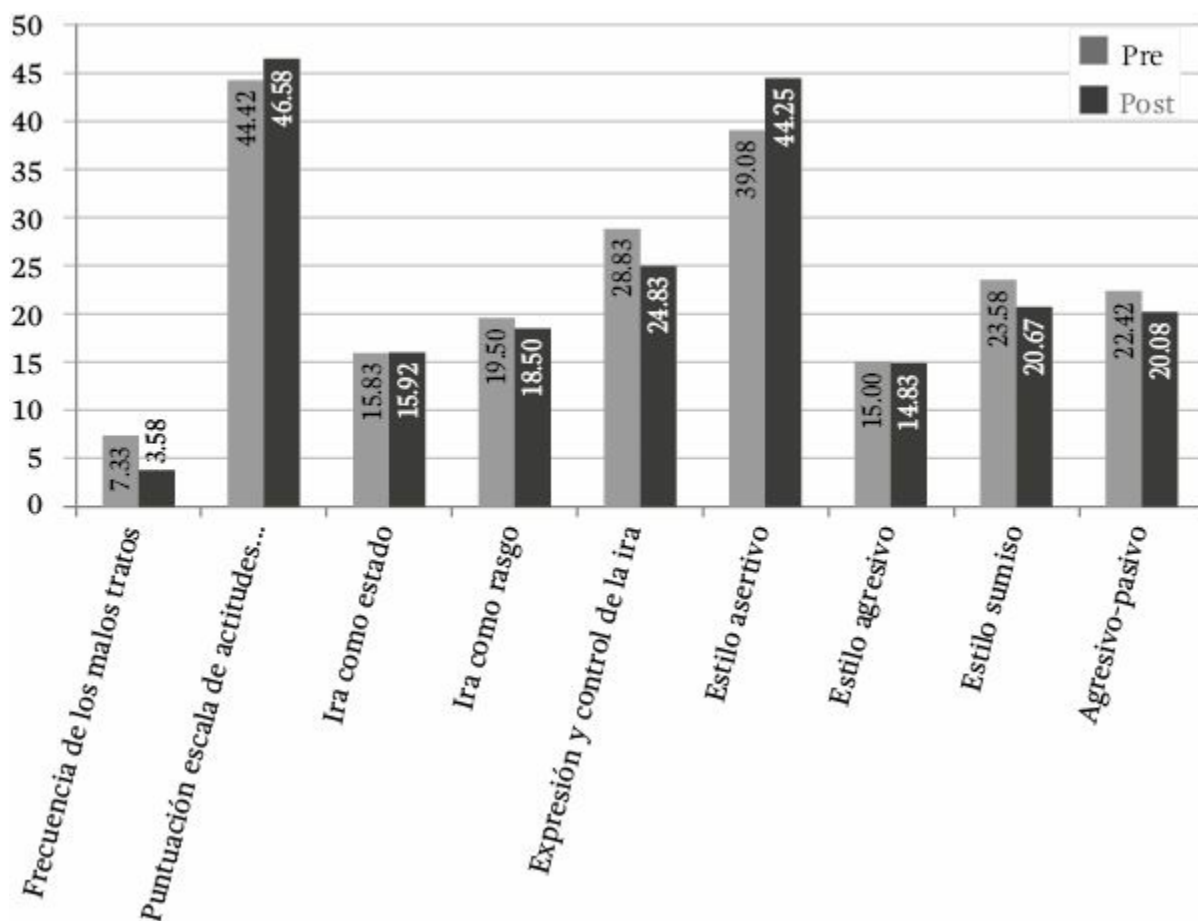


Figura 4. Diferencias entre los promedios de las puntuaciones pre y postratamiento del grupo experimental en las variables de evaluación del programa

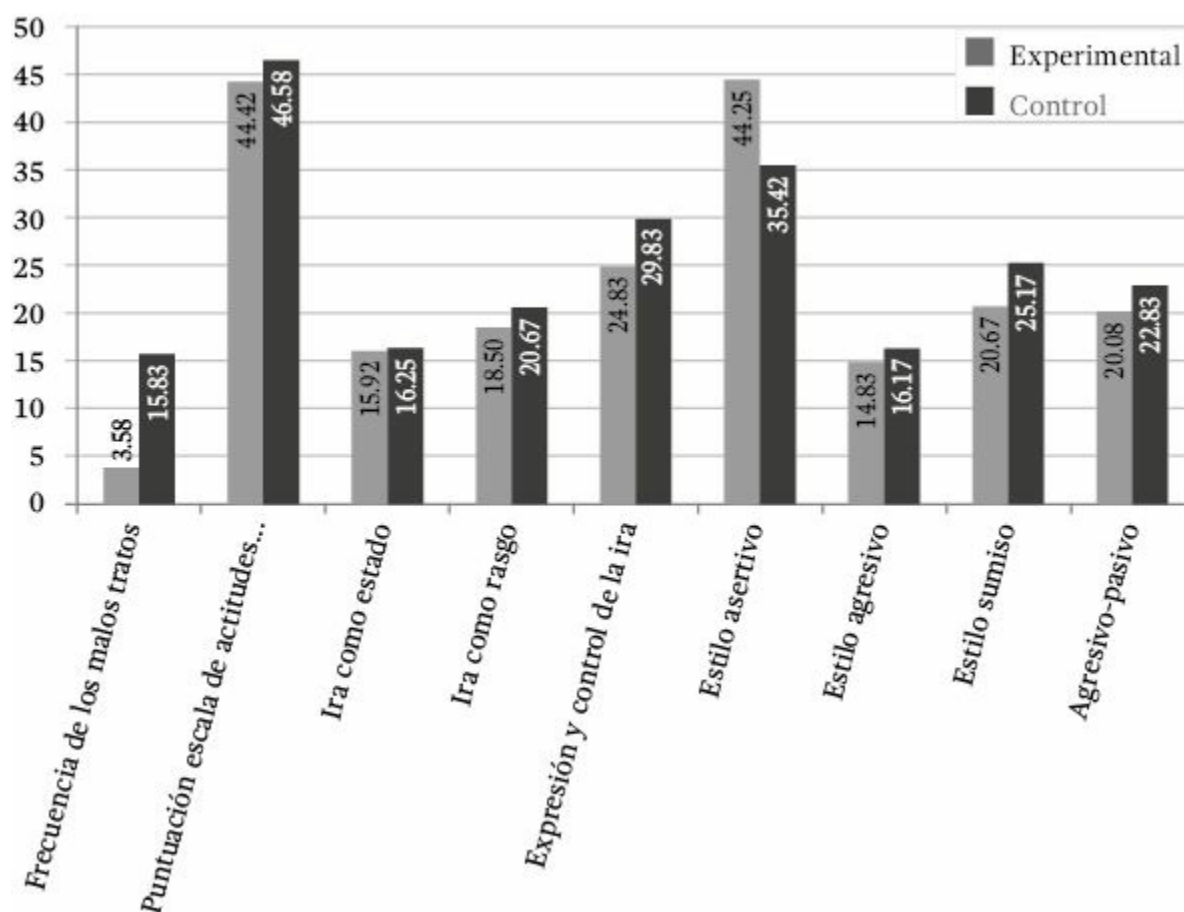


Figura 5. Diferencias en los promedios de las puntuaciones postratamiento entre el grupo experimental y el grupo control en las variables de evaluación del programa

REFERENCIAS

- Ackard, D. M. y Neumark-Sztainer, D. (2002). Date violence and date rape among adolescents: Associations with disordered eating behaviors and psychological health. *Child Abuse & Neglect*, 26, 455-473.
- Aguirre, D. y Pinto, B. (2013). *Maltrato durante el noviazgo en adolescentes del colegio alemán de la ciudad de Oruro*. Tesis de grado no publicada, Universidad Católica Boliviana "San Pablo".
- Aiquipa Tello, J. J. (2015). *Inventario de Dependencia Emocional*. México: Manual Moderno.
- Alba, J. L., Garrido, V., López, M. J., Burgués, M., Álcazar, M., López, J., Baró, V. y Chordi, F. (2005). El programa del pensamiento prosocial (versión corta para jóvenes). En V. Garrido & M. J. López (Coord.), *Manual de intervención educativa en readaptación social. Volumen 2: Los programas del pensamiento prosocial* (pp. 95-309). Valencia: Tirant lo Blanch.
- Alegría, M. y Rodríguez, A. (2015). Violencia en el noviazgo: perpetración, victimización y violencia mutua. Una revisión. *Actualidades en Psicología*, 29(118), 57-72. doi: <http://dx.doi.org/10.15517/ap.v29i118.16008>
- Alonso, J. y Castellanos, J. (2006). Por un enfoque integral de la violencia familiar. *Intervención Psicosocial*, 15(3), 253-274.
- Allen, C. T., Swan, S. C. y Raghavan, C. (2009). Gender symmetry, sexism and intimate partner violence. *Journal of Interpersonal Violence*, 24(11), 1816-1834.
- Amanor-Boadu, Y., Stith, S. M., Miller, M. S., Cook, J., Allen, L. y Gorzek, M. (2011). Impact of dating violence on male and female college students. *Partner Abuse*, 2(3), 323-343. doi: <http://dx.doi.org/10.1891/1946-6560.2.3.323>
- American Psychiatric Association (1994). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (4^a ed.). Washington: Author.
- American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (5^a ed.). Washington: Author.
- Arbach, C., Nguyen-Vo, T. y Bobbio, A. (2015). Violencia física en el noviazgo: análisis de los tipos diádicos en población argentina. *Revista Argentina de Ciencia del Comportamiento*, 7(2), 38-46.
- Asociación Probienestar de la Familia Colombiana (2011). *Encuesta Nacional de Demografía y Salud (ENDS 2010)*. Bogotá: Autor.
- Avery, L., Cascardi, M., O'Leary, M. y Cano. (1997). Efficacy of a dating violence prevention program on attitudes justifying aggression. *Journal of Adolescent Health*, 21(1), 11-17.
- Azpeitia, P. G., Galarandi, O. O. y Arguilea, C. A. (s. f.). *24 Dinámicas grupales para trabajar con adolescentes*. Gipozcua: Gazte Forum.
- Bandura, A. (1984). *Teoría del aprendizaje social*. Madrid: Espasa. Orig. 1977.
- Beaglehole, R., Bonita, R. y Kjellstrom, T. (2003). *Epidemiología básica*. Washington, D.C.: Organización Panamericana de la Salud.

- Borrajo, E., Gámez-Guadix, M. y Calvete, E. (2015). Justification Beliefs of Violence, Myths About Love and Cyber Dating Abuse. *Psicothema*, 27(4), 327-333. doi:10.7334/psicothema2015.59.
- Borrajo, E., Gámez-Guadix, M., Pereda, N. y Calvete, E. (2015). The development and validation of the cyber dating abuse questionnaire among young couples. *Computers in Human Behavior*, 48, 358-365.
- Botella, C. y Ballester, R. (1997). *Trastorno de pánico, evaluación y tratamiento*. Barcelona: Martínez Roca.
- Brener, N. D., Kann, L. y Kinchen, S. A. et al. (2004). Methodology of the Youth Risk Behavior Surveillance System. *Morbidity & Mortality Weekly Report*, 53(RR-12), 1-13.
- Brener, N., Kann, L., Shanklin, S., Kinchen, S., Eaton, D. y Hawkins, J. et al. (2013). Methodology of the Youth Risk Behavior Surveillance System-2013. *Morbidity and Mortality Weekly Report. Recommendations and Reports/Centers for Disease Control*, 62 (RR-1), 1-20.
- Brown, T. A., Di Nardo, P. A. y Barlow, D. H. (1994). *Anxiety Disorders Interview Schedule for DSM-IV (ADIS-IV)*. San Antonio: The Psychological Corporation.
- Browne, K. y Herbert, M. (1997). *Preventing family violence*. Rochester: John Wiley & Sons.
- Bruce, T., Nan, S. y Frances, B. (2010). The effects of gender violence/ harassment prevention programming in middle Schools: a randomized experimental evaluation. *Violence and Victims*, 21(2), 202- 223.
- Butler, A. C., Chapman, J. E., Forman, E. M. y Beck, A. T. (2006). The empirical status of cognitive-behavioral therapy: A review of meta-analyses. *Clinical Psychology Review*, 26(1), 17-31.
- Builes, M. y Bedoya, M. (2008). La familia contemporánea: relatos de resiliencia y salud mental. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 37(3), 344-354.
- Campo-Arias, A., Barros-Bermúdez, J. A. y Rueda-Jaimes, G. E. (2009). Propiedades psicométricas del cuestionario CAGE para consumo abusivo de alcohol: Resultados de tres análisis. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 38(2), 294-303.
- Cardona, J. C., Casas-Guerra, L. P., Cañón, S. C., Castaño, J. J., Godoy, A. K., Henao, D. F. y Valencia, L. K. (2015). Violencia de género contra la mujer en cuatro universidades de la ciudad de Manizales (Colombia), 2015. *Archivos de Medicina*, 15(2), 200-219.
- Carrasco, M. (1998). *ASPA: Cuestionario de Aserción en la Pareja*. Madrid: TEA.
- Carlson, B. (1990). Adolescent observers of marital violence. *Journal of Family Violence*, 5(4), 285-299.
- Carr, J. L. y Vandusen, K. M. (2002). The relationship between family of origin violence and dating violence in college men. *Journal of Interpersonal Violence*, 17(6) 630-646.
- Cascón, P. (2000). ¿Qué es bueno saber sobre el conflicto? *Cuadernos de Pedagogía*, 287, 5750.
- Castro, L. (s. f.). *Inventario de creencias en la relación*. Manuscrito no publicado.
- Castro-Rodríguez, P. A., Lozano-Jácome, L. F., Martínez-Gómez, J. A. y Rey-Anaconda, C. A. (2015). *Evaluación de un programa de tratamiento para los malos tratos en parejas jóvenes*. Manuscrito sometido a consideración.
- Centers for Disease Control and Prevention. (2006). Physical dating violence among High School students, United States, 2003. *Morbidity and Mortality Weekly Report*, 55(19), 532-535.
- Center for Disease Control and Prevention. (2015). *Youth Risk Behavior Surveillance System (YRBSS)*. Disponible en: <http://www.cdc.gov/healthyyouth/data/yrbs/index.htm>
- Chung, D. (2005). Violence, control, romance and gender equality: Young women and heterosexual relationships. *Women's Studies International Forum*, 28(6), 445-455.
- Close, S. M. (2005). Dating violence prevention in middle school and high school youth. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, 18(1), 2-9.
- Cornelius, T. y Resseguie, N. (2007). Primary and secondary prevention programs for dating violence: A review of the literature. *Aggression and Violent Behavior*, 12(3), 364-375.
- Cortés-Ayala, L., Flores, M., Bringas, C., Rodríguez-Franco, L., López-Cepero, J. y Rodríguez- Díaz, F. J. (2015). Relación de maltrato en el noviazgo de jóvenes mexicanos. Análisis diferencial por sexo y nivel de estudios. *Terapia Psicológica*, 33(1), 5-12. Doi: <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082015000100001>
- Crooks, C. V., Jaffe, P. G., Wolfe, D. A., Hughes, R. y Chiodo, D. (2011). School-based dating violence prevention. From single events to evaluated, integrated programming. En C. M. Renzetti, J. L. Edleson & R. K. Bergen (Eds.), *Sourcebook on Violence Against Women* (pp. 327-349). London: Sage.
- Cuervo, M. y Martínez, J. F. (2013). Descripción y caracterización del ciclo de violencia que surge en la relación de pareja. *Tesis Psicológica*, 8(1), 80-88.
- De la Peña, E. M., Ramos, E., Luzón, J. M. y Recio, P. (2011). *Andalucía Detecta: Sexismo y violencia de género en la juventud*. España: Instituto Andaluz de la Mujer.
- De las Cuevas, C., González de Rivera, J. L. Benítez, M. R., Monterrey, A. L., Rodríguez- Pulido, F. y Gracia Marco, R. (1991). Análisis factorial de la versión española del SCL- 90-R en la población general. *Anales de Psiquiatría*, 7(3), 93-96.
- Derogatis, L. R. (1988). *Cuestionario de 90 síntomas SCL-90-R*. Madrid: TEA.
- Delsol, C. y Margolin, G. (2004). The role of family-of-origin violence in men's marital violence perpetration. *Clinical Psychology Review*, 24 (1), 99-122.

- Deschner, J. P. (1984). *How to end the Hitting Habit*. New York: Free Press.
- Díaz-Aguado, M. J., Martínez, R. y Martín, G. (2004). *Prevención de la violencia y lucha contra la exclusión desde la adolescencia* (Vol. 1). Madrid: Instituto de la Juventud.
- Durand, V. M. y Barlow, D. H. (2007). *Psicopatología: Un enfoque integral de la psicología anormal*. México: Thomson.
- Echeburúa, E. (1995). *Evaluación y tratamiento de la fobia social*. Barcelona: Martínez Roca.
- Echeburúa, E. y Corral, P. (1998). *Manual de violencia familiar*. Madrid. Siglo XXI.
- Eidelson, R. J. y Epstein, N. (1981). Cognition and relationship maladjustment: Development of a measure of dysfunctional relationship beliefs. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 50*, 715-720.
- Etxeberria, I., Apodaka, P., Eceiza, A., Ortiz, M. J., Fuentes, M. J. y López, F. (1994). Design and evaluation of programme to promote prosocial altruistic behaviour in the school. *Journal of Moral Education, 23*(4), 409-425.
- Evans, S. E., Davis, C. y DiLillo, D. (2008). Exposure to domestic violence: A meta-analysis of child and adolescent outcomes. *Aggression and Violent Behavior, 13*(2), 131-140.
- Ewing, J. A. (1984). Detecting alcoholism: The CAGE questionnaire. *Journal of the American Medical Association, 14*(252), 1905-1907.
- Expósito, F., Moya, M., Glick, P. (1998). Sexismo ambivalente: medición y correlatos. *Revista de Psicología Social, 13*, 159-169.
- Feiring, C., Deblinger, E., Hoch-Espada, A. y Haworth, T. (2002). Romantic relationship aggression and attitudes in high school students: The role of gender, grade, and attachment and emotional styles. *Journal of Youth and Adolescence, 31*(5), 373-385.
- Fernández-Ballesteros, R. (2004). *Evaluación psicológica: Conceptos, métodos y estudios de caso*. Madrid: Pirámide.
- Fernández-Fuertes, A. A., Fuertes, A. y Pulido, R. F. (2006). Evaluación de la violencia en las relaciones de pareja de los adolescentes. Validación del Conflict in Adolescent Dating Relationships Inventory (CADRI) - versión española. *International Journal of Clinical and Health Psychology, 6*(2), 339-358.
- Fernández, I., López, B. y Márquez, M. (2008) Empatía: medidas, teorías y aplicaciones en revisión. *Revista Anales de la Psicología, 24*(2), 284-298.
- Flores, M. M. y Díaz-Loving, R. (2002). *Asertividad: una alternativa para el óptimo manejo de las relaciones interpersonales*. México: Universidad Autónoma de Yucatán.
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (2011). *Estado mundial de la infancia 2011*. Nueva York: Autor.
- Foshee, V. A., Bauman, K. E., Arriaga, X. B., Helms, R. W., Koch, G. G. y Linder, G. F. (1998). An evaluation of Safe Dates, an adolescent dating violence prevention program. *American Journal of Public Health, 88*(1), 45-50.
- Foshee, V. A., Bauman, K. E., Greene, W., Koch, G., Linder, F. y McDougall, J. (2000). The Safe Dates Program: 1-year follow-up results. *American Journal of Public Health, 90*(10), 1619-1622.
- Foshee, V. A., Bauman, K. E., Ennett, S., Linder, G., Benefield, T. y Suchindran, C. (2004). Assessing the long-term effects of the Safe Dates Program and a booster in preventing and reducing adolescent dating violence victimization and perpetration. *American Journal of Public Health, 94*(4) 619-624.
- Foshee, V. A., Bauman, K. E. y Linder, G. F. (1999). Family violence and the perpetration of adolescent dating violence: Examining social learning and social control processes. *Journal of Marriage and the Family, 61*(2), 331-342.
- Foshee, V., McNaughton, H., Gottfredson, N., Chang, L. y Ennett, S. (2013). A longitudinal examination of psychological, behavioral, academic, and relationship consequences of dating abuse victimization among a primarily rural sample of adolescents. *Journal of Adolescent Health, 53*(6), 723-729. doi: 10.1016/j.jadohealth.2013.06.016.
- Fristad, M., Weller, E., Weller, R. y Rooney, M. (2001). *Entrevista para síndromes psiquiátricos en niños y adolescentes*. México: Manual Moderno.
- Furman, W., Simon, V. A., Shaffer, L. y Bouchev, H. A. (2002). Adolescents working models and styles for relationships with parents, friends, and romantic partners. *Child Development, 73*(1), 241-255.
- Gagné, M., Lavoie, F. y Hébert, M. (2005). Victimization during childhood and revictimization in dating relationships in adolescent girls. *Child Abuse & Neglect, 29*(10), 1155-1172.
- Garaigordobil, M. (2005). Conducta antisocial durante la adolescencia: correlatos socio- emocionales, predictores y diferencias de género *Psicología Conductual, 13*(2), 197-215.
- Garaigordobil, M., Álvarez, Z. y Carralero, V. (2004). Conducta antisocial en niños de 10 a 12 años: factores de personalidad asociados y variables predictoras. *Análisis y Modificación de Conducta, 30*(130), 241-271.
- Garaigordobil, M. y García, P. (2006). Empatía en niños de 10 a 12 años. *Psicothema, 18*(2) 180-186.
- Garrido, E. F. y Taussig, H. N. (2013). Do parenting practices and prosocial peers moderate the association between intimate partner violence exposure and teen dating violence? *Psychology of Violence, 3*(4), 354-366.
- Giordano, P. C., Soto, D. A., Manning, W. D. y Longmore, M. A. (2010). The characteristics of romantic relationships associated with teen dating violence. *Social Science Research, 39*(6), 863-874.
- Glick, P. y Fiske, S. T. (1996). The ambivalent sexism inventory: Differentiating hostile and benevolent sexism. *Journal of Personality and Social Psychology, 70*, 491-512.
- Glick, P. y Fiske, S. T. (2001). An ambivalent alliance: Hostile and benevolent sexism as complementary justifications for gender inequality. *American Psychologist, 56*, 109-18.

- Goldstein, A. P. (1973). *Structured learning therapy*. Nueva York: Academic.
- González, M. P., Muñoz-Rivas, M. J. y Graña, J. L. (2003). Violencia en las relaciones de pareja en adolescentes y jóvenes: una revisión. *Psicopatología Clínica, Legal y Forense*, 3(3), 23-39.
- González-Ortega, I., Echeburúa, E. y Corral, P. (2008). Variables significativas en las relaciones violentas en parejas jóvenes: Una revisión. *Psicología Conductual*, 16(2), 207-225.
- González, R. y Santana, J. D. (2001). La violencia en parejas jóvenes. *Psicothema*, 13(1), 127-131.
- González de Rivera, J. L., Derogatis, L. R., De las Cuevas, C., Gracia Marco, R., Rodríguez-Pulido, F., Henry-Benítez, M. y Monterrey, A. L. (1989). *The Spanish version of the SCL-90-R. Normative Data in the General Population*. Towson: Clinical Psychometric Research.
- Graffunder, C. M., Noonan, R. K., Cox, P. y Wheaton, J. (2004). Through a public health lens. Preventing violence against women: An update from the U.S. Centers for Disease Control and Prevention. *Journal of Women's Health*, 13, 5-14.
- Gressard, L. A., Swahn, M. H., Tharp, A. T. (2015). A first look at gender inequality as a societal risk factor for dating violence. *American Journal of Preventive Medicine*, 49(3), 448-457.
- Grover, A. R. (2004). Risky lifestyles and dating violence: A theoretical test of violent victimization. *Journal of Criminal Justice*, 32(2), 171-180.
- Halpern, C. T., Oslak, S. G., Young, M. L., Martin, S. L. y Kupper, L. L. (2001). Partner violence among adolescents in opposite-sex romantic relationships: Findings from the National Longitudinal Study of Adolescent Health. *American Journal of Public Health*, 91(10), 1679-1685.
- Harned, M. S. (2001). Abused women or abused men? An examination of the context and outcomes of dating violence. *Violence and Victims*, 16(3), 269-85.
- Hernando, A. (2007). La prevención de la violencia de género en adolescentes. Una experiencia en el ámbito educativo. *Apuntes de Psicología*, 25(3), 325-340.
- Hernández, S. R., Fernández, C. C. y Baptista, L. P. (2014). *Metodología de la Investigación* (6ª Ed.). México: McGraw Hill.
- Hidalgo-Rasmussen, C., Franco, K., Díaz, F. Rojas, M. J. y Vilugrón, F. (2015). Risk eating behaviors and tobacco, alcohol and marijuana consumption by gender among Chilean university students. *Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios*, 6(1), 30-37. doi:10.1016/j.rmta.2015.05.002
- Hilton, N. Z., Harris, G. T. y Rice, M. E. (2006). Sixty-six years of research on the clinical versus actuarial prediction of violence. *The Counseling Psychologist*, 34(3) 400-409.
- Hoefer, R., Black, B. y Ricard, M. (2015). The impact of state policy on teen dating violence prevalence. *Journal of Adolescence*, 44, 88-96. doi:10.1016/j.adolescence.2015.07.006
- Hokoda, A., Ramos-Lira, L., Celaya, P., Vilhauer, K., Angeles, M., Ruíz, S., Malcarne, V. L. y Duque, M. (2006). Reliability of translated measures assessing dating violence among Mexican adolescents. *Violence and Victims*, 21(1), 117-127.
- Holt, S., Buckley, H., Whelan, S. (2008). The impact of exposure to domestic violence on children and young people: A review of the literature. *Child Abuse & Neglect*, 32(8), 797-810.
- Howard, D. E. y Wang, M. Q. (2003). Risk profiles of adolescent girls who were victims of dating violence. *Adolescence*, 38(149), 1-14
- Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses. (2007). *Forensis: Datos para la vida*. Bogotá: Autor.
- Jackson, S. M., Cram, F. y Seymour, F. W. (2000). Violence and sexual coercion in high school students' dating relationships. *Journal of Family Violence*, 15(1), 23-36.
- Jacobson, N. y Margolin, G. (1979). *Marital therapy: Strategies based on social learning and behavior exchange principles*. New York: Brunner/Mazel.
- Kaura, S. A. y Lohman, B. J. (2007). Dating violence victimization, relationship satisfaction, mental health problems, and acceptability of violence: A comparison of men and women. *Journal of Family Violence*, 22(6), 367-381.
- Kerlinger, F. y Lee, H. (2002). *Investigación del comportamiento*. México: McGraw Hill.
- Kreiter, S., Krowchuk, D. P., Woods, Ch. R., Sinal, S. H., Lawless, M. R. y Durant, R. H. (1999). Gender differences in risk behaviors among adolescents who experience date fighting. *Pediatrics*, 104(6), 1286-1292.
- Krug, E. G., Dahlberg, L. L., Mercy, J. A., Zwi, A. B. y Lozano, R. (2003). *Informe mundial sobre la violencia y la salud*. Washington: Organización Mundial de la Salud.
- Labrador, F. J., Cruzado, J. A. y Muñoz, M. (1998). *Manual de técnicas de modificación y terapia de conducta*. Madrid: Pirámide.
- Lavoie, F., Vezina, L., Piche, C. y Boivin, M. (1995). Evaluation of a prevention program for violence in teen dating relationships. *Journal of Interpersonal Violence*, 10(4), 516-524.
- Leadbeater, B. J., Banister, M. E., Ellis, W. y Yeung, E. (2008). Victimization and relational aggression in adolescent romantic relationships: the influence of parental and peer behaviors, and individual adjustment. *Journal of Youth & Adolescence*, 37(3), 359-372.
- Lebow, J. L., Chambers, A. L., Christensen, A. y Johnson, S. M. (2012). Research on the treatment of couple distress. *Journal of Marital and Family Therapy*, 38(1), 145-168. doi: 10.1111/j.1752-0606.2011.00249.x.
- Lehrer, J. A., Lehrer, E. L. y Zhao, Z. (2010). Physical dating violence victimization in college women in Chile. *Journal of*

- Women's Health*, 19(5) 893-902.
- Levy, B. (1984). *Skills for violence free relationships: Curriculum for young people aged 13-18*. St. Paul, Minnesota: Coalition for Battered Women.
- Lewis, S. F. y Fremouw, W. (2001). Dating violence: A critical review of the literature. *Clinical Psychology Review*, 21(1), 105-127.
- Linder, J. R., Crick, N. R. y Collins, W. A. (2002). Relational aggression and victimization in young adults' romantic relationships: Associations with perceptions of parent, peer, and romantic relationship quality. *Social Development*, 11(1), 69-86.
- Lichter, E. L. y McCloskey, L. A. (2004). The effects of childhood exposure to marital violence on adolescent gender-role beliefs and dating violence. *Psychology of Women Quarterly*, 28(4), 344-357.
- López, M. J. y Garrido, V. (2005). Un modelo para la prevención e intervención de la conducta antisocial. En V. Garrido & M. J. López (Coord.), *Manual de intervención educativa en readaptación social. Volumen 2: Los programas del pensamiento prosocial* (pp. 11-94). Valencia: Tirant lo Blanch.
- Lorente, M. (2001). *Mi marido me pega lo normal*. Barcelona: Ares y Mares.
- Lormand, D. K., Markham, Ch. M., Peskin, M. F., Byrd, T. L., Addy, R. C., Baumler, E. y Tortolero, S. R. (2013). Dating violence among urban, minority, middle school youth and associated sexual risk behaviors and substance use. *Journal of School Health*, 83(6), 415-421.
- Lozano, A. M. y Etxebarria, I. (2007). La tolerancia a la diversidad en los adolescentes y su relación con la autoestima, la empatía y el concepto del ser humano. *Infancia y Aprendizaje*, 30(1), 109-129.
- Lutzker, J. R. y Wyatt, J. M. (2008). Introducción. En J. R. Lutzker (Ed.), *Prevención de violencia: Investigación y estrategias de intervención basadas en evidencia* (pp. 3-14). México: Manual Moderno.
- Malik, S., Sorenson, S. y Aneshensel, C. (1997). Community and dating violence among adolescents: perpetration and victimization. *Journal of Adolescent Health*, 21(5), 291-302.
- Makepeace, J. M. (1981). Courtship violence among college students. *Family Relations*, 30(1), 97-102.
- Markman, H., Stanley, S. y Blumberg, S. (1999). *Su matrimonio vale la pena*. Bogotá: Norma.
- Martínez, J. A., Vargas, R. y Novoa, M. (2016). Relación entre la violencia en el noviazgo y observación de modelos parentales de maltrato. *Psicología: Avances de la Disciplina*, 10 (1), 101-112.
- Martínez-Gómez, J. A. y Rey-Anacona, C. A. (2014). Prevención de violencia en el noviazgo: Una revisión de programas publicados entre 1990 y 2012. *Pensamiento Psicológico*, 12(1), 117-132.
- Martínez, L. B., Arranz, M. V. y Aguado, G. D. (2008). *Habilidades de comunicación: Programa de entrenamiento*. Madrid: Universidad Autónoma de Madrid.
- Matud, M. P. (2007). Dating violence and domestic violence. *Journal of Adolescent Health*, 40(4), 295-297.
- McGinn, L. K. y Sanderson, W. C. (2001). What Allows Cognitive Behavioral Therapy to Be Brief: Overview, Efficacy, and crucial factors facilitating brief treatment. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 8(1), 23-37.
- MacGowan, M. (1997). An evaluation of a dating violence prevention program for middle school students. *Violence and Victims*, 12(3), 223-235.
- Mendoza, B. (2010). *Manual de autocontrol del enojo: Tratamiento cognitivo conductual*. México: Manual Moderno.
- Mendoza, L. A., Claros, D. I. y Peñaranda, C. B. (2016). Actividad sexual temprana y embarazo en la adolescencia: estado del arte. *Revista Chilena de Obstetricia y Ginecología*, 81(3), 243-253. doi: 10.4067/S0717-75262016000300012
- Miguel-Tobal, J. J., Casado, M. I., Cano-Videl, A. y Spielberger, C. D. (2001). *Inventario de expresión de ira estado-rasgo STAXI-2*. Madrid: TEA.
- Ministerio de Salud de Colombia (1999). *Norma para el diagnóstico y atención integral de mujer maltratada*. Bogotá: Autor.
- Ministerio de Educación Nacional (2004). *Estándares básicos de competencias ciudadanas: ¡formar para la ciudadanía sí es posible!* Bogotá: Autor.
- Mrazek, P. y Haggerty, R. (1994). *Reducing the risks for mental disorders: Frontiers for preventive intervention research*. Washington D.C.: National Academy Press.
- Muñoz, B., Ortega-Rivera, F. J. y Sánchez, V. (2013). El DaViPoP: un programa de prevención de violencia en el cortejo y las parejas adolescentes. *Apuntes de Psicología*, 31(2), 215-224.
- Muñoz-Rivas, M. J., Andreu, J. M., Graña, J. L., O'Leary, D. K. y González, M. P. (2007). Validación de la versión modificada de la Conflicts Tactics Scale (M-CTS) en población juvenil española. *Psicothema*, 19(4), 693-698.
- Muñoz-Rivas, M. J., Gámez-Guadix, M., Graña, J. L. y Fernández, L. (2010). Violencia en el noviazgo y consumo de alcohol y drogas ilegales entre adolescentes y jóvenes españoles. *Adicciones*, 22(2), 125-134.
- Muñoz-Rivas, M. J., Graña, J. L., O'Leary, K. D. y González, M. P. (2007). Aggression in adolescent dating relationships: Prevalence, justification, and health consequences. *Journal of Adolescent Health*, 40(4), 298-304.
- Muñoz-Rivas, M., Graña, J. L., O'Leary, K. D. y González, M. P. (2009). Prevalence and predictors of sexual aggression in dating relationships of adolescents and young adults. *Psicothema*, 21(2), 234-240.
- Novaco, R. W. (1975). *Anger control*. Lexington, MA: Health.
- O'Keefe, M. (1997). Predictor of dating violence among high school students. *Journal of Interpersonal Violence*, 12(4), 546-568.

- O'Leary, K. D. y Slep, A. M. (2003). A dyadic longitudinal model of adolescent dating aggression. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 32(3), 314-327.
- Orcasita, L. T., Uribe, A. F., Castellanos, L. P. y Gutiérrez, M. (2012). Apoyo social y conductas sexuales de riesgo en adolescentes del municipio de Lebrija-Santander. *Revista de Psicología*, 30(2), 371-406.
- Organización Mundial de la Salud (1992). *Décima revisión de la Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE-10): trastornos mentales y del comportamiento*. Madrid: Meditor.
- Organización Mundial de la Salud (2017). *Desarrollo en la adolescencia*. Recuperado de: http://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/dev/es/
- Osorio, M., Tani, F., Bazán, R. G., Bonechi, A. y Menna, P. (2012). Cuestionario Maltrato en el Noviazgo (CMN): Instrumento binacional (Italia-México). *Revista de Psicología*, 14(1), 47-60.
- Osorio-Guzmán, M. (2014). Propiedades psicométricas del Cuestionario Maltrato en el Noviazgo en una muestra de mujeres estudiantes mexicanas de nivel medio superior y superior. *Salud Pública de México*, 56(1), 40-47.
- Pacifici, C., Stoolmiller, M. y Nelson, C. (2001). Evaluating a prevention program for teenagers on sexual coercion: A differential effectiveness approach. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 69(3), 552- 559.
- Pick, S., Leenen, L., Givaudan, M. y Prado, A. (2010). “Yo quiero, yo puedo prevenir la violencia”: programa breve de sensibilización sobre violencia en el noviazgo. *Salud Mental*, 33(2), 153-160.
- Póo, A., Vizcarra, M. (2011). Diseño, implementación y evaluación de un programa de prevención de la violencia en el noviazgo. *Terapia Psicológica*, 29(2) 213-223.
- Price, E. L., Byers, S. y Dating Violence Research Team. (1999). The attitudes towards dating violence scales: development and initial validation. *Journal of Family Violence*, 14(4), 351-375.
- Puyana, Y. y Bernal, M. (2001). *Modulo cuatro de autoformación de Haz paz: Reflexiones sobre violencia de pareja y relaciones de género*. Bogotá: Coordinadora.
- Recio, P., Cuadrado, I. y Ramos, E. (2007). Propiedades psicométricas de la Escala de Detección de Sexismo en Adolescentes (DSA). *Psicothema*, 19(3), 522-528.
- Renner, L. M. y Slack, K. S. (2006). Intimate partner violence and child maltreatment: Understanding intra and intergenerational connections. *Child Abuse & Neglect*, 30(6), 599-617.
- Rey, C. A., Paitán, L. C. y Monguí, Z. L. (2014). Diferencias neuropsicológicas, biográficas, psicológicas, familiares y comunitarias, entre adolescentes con y sin trastorno disocial. *Interdisciplinaria: Revista de Psicología y Ciencias Afines*, 31(2), 275-295.
- Rey-Anacona, C. A. (2008a). Prevalencia, factores de riesgo y problemáticas asociadas con la violencia en el noviazgo: Una revisión de la literatura. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 26(2), 227-241.
- Rey-Anacona, C. A. (2008b). Habilidades pro sociales, rasgos de personalidad de género y aceptación de la violencia hacia la mujer, en adolescentes que han presenciado violencia entre sus padres. *Acta Colombiana de Psicología*, 11(1), 107-118.
- Rey-Anacona, C. A. (2009). Maltrato en el noviazgo de tipo físico, psicológico, emocional, sexual y económico: Un estudio exploratorio. *Acta Colombiana de Psicología*, 12(2), 2736.
- Rey-Anacona, C. A. (2010) *Trastorno disocial: Evaluación, tratamiento y prevención de la conducta antisocial en niños y adolescentes*. Bogotá: Manual Moderno.
- Rey-Anacona, C. A. (2011). Exposición a violencia entre los padres en adolescentes y adultos jóvenes víctimas de alguna conducta de maltrato en el noviazgo. *Diversitas*, 7(2), 253-264.
- Rey-Anacona, C. A. (2013). Prevalencia y tipos de maltrato en el noviazgo en adolescentes y adultos jóvenes. *Terapia Psicológica*, 31(2), 143-154.
- Rey-Anacona, C. A. (2015). Variables asociadas a los malos tratos en el noviazgo en adolescentes y adultos jóvenes. *Acta Colombiana de Psicología*, 18(1), 159-171.
- Rey-Anacona, C. A., Martínez-Gómez, J. A., Villate-Hernández, L. M., González-Blanco, C. P. y Cárdenas-Vallejo, D. C. (2014). Evaluación preliminar de un programa para parejas no casadas que han presentado malos tratos. *Psychologia: Avances de la Disciplina*, 8(1), 55-66.
- Rich, C. L., Gidycz, Ch. A., Warkentin, J. B., Lohc, C. y Weiland, P. (2005). Child and adolescent abuse and subsequent victimization: A prospective study. *Child Abuse & Neglect*, 29(12), 1373-1394.
- Rivera, L., Allen, B., Rodríguez, G., Chávez, R. y Lazcano, E. (2006). Violencia durante el noviazgo, depresión y conductas de riesgo en estudiantes femeninas (12-24 años). *Salud Pública de México*, 48(2) 288-296.
- Rivera, L., Allen, B., Rodríguez, G., Chávez, R. y Lazcano, E. (2007). Prevalence and correlates of adolescent dating violence: Baseline study of a cohort of 7960 male and female Mexican public school students. *Preventive Medicine*, 44(6), 477-484.
- Roa, C., Estrada, K. y Tobo, M. (2012). *Nivel de resiliencia en mujeres maltratadas por su pareja*. Informe de investigación, Universidad Piloto de Colombia.
- Roberts T. A., Auinger, P. y Klein J. D. (2006). Predictors of partner abuse in a nationally representative sample of adolescents involved in heterosexual dating relationships. *Violence and Victims*, 21(1), 81-89.
- Roberts, T. A., Klein, J. D. y Fisher, S. (2003). Longitudinal effect of intimate partner abuse on high-risk behavior among

- adolescents. *Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine*, 157(9), 875-981. doi:10.1001/archpedi.157.4.375.
- Rodríguez, P. L., López, F. J., López, P. A. y García, E. (2014). Actividad físico-deportiva, gasto calórico y consumo de tabaco en adolescentes de Murcia (España). *Archivos Argentinos de Pediatría*, 112(1), e12-e18. doi: <http://dx.doi.org/10.5546/aap.2014.e12>
- Rodríguez, Y., Lameiras, M., Carrera, M. V. y Faílde, J. M. (2010). Evaluación de las actitudes sexistas en estudiantes españoles/as de educación secundaria obligatoria. *Psychologia: Avances de la Disciplina*, 4(1) 11-24.
- Rodríguez-Franco, L., López-Cepero, J., Rodríguez-Díaz, F. J., Bringas, C., Antuña, A. y Estrada, C. (2010). Validación del cuestionario de violencia entre novios (CUVINO) en jóvenes hispanohablantes: Análisis de resultados en España, México y Argentina. *Anuario de Psicología Clínica y de la Salud*, 6, 45-52.
- Rojas-Solís, J. L. y Carpintero, E. (2011). Sexismo y agresiones físicas, sexuales y verbales- emocionales, en relaciones de noviazgo de estudiantes universitarios. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 9(2) 541-564.
- Rosenbluth, B. (2002). *Expect Respect: A school-based program promoting safe and healthy relationships for youth*. Harrisburg, PA: National Resource Center on Domestic Violence.
- Rubio-Garay, F., Carrasco, M. A., Amor, P. J. y López-González, M. A. (2015). Factores asociados a la violencia en el noviazgo entre adolescentes: una revisión crítica. *Anuario de Psicología Jurídica*, 25(1), 47-56. doi: 10.1016/j.apj.2015.01.001
- Rubio-Garay, F., López-González, M. A., Saúl, L. A. y Sánchez-Elvira-Paniagua, A. (2012). Direccionalidad y expresión de la violencia en las relaciones de noviazgo de los jóvenes. *Acción Psicológica*, 9 (1), 61-70. doi: <http://dx.doi.org/10.5944/ap.9.1.437>.
- Saldívar, A., Díaz Loving, R., Reyes, R., Armenta, C., López, F., Moreno, M., Romero, A., Hernández, J. E. y Domínguez, M. (2015). Roles de género y diversidad: validación de una escala en varios contextos culturales. *Acta de Investigación Psicológica*, 5 (3), 21242147.
- Saldivia, C. y Vizcarra, B. (2012). Consumo de drogas y violencia en el noviazgo en estudiantes universitarios del sur de Chile. *Terapia Psicológica*, 30(2), 43-4. doi: <http://10.4067/S0718-48082012000200004>
- Santacreu, J., Márquez, M. O. y Rubio, V. J. (1997). La prevención en el marco de la psicología de la salud. *Psicología y Salud*, 10, 81-92.
- Santos-Iglesias, P., Vallejo-Medina, P. y Sierra, J. C. (2009). Propiedades psicométricas de una versión breve de la Escala de Ajuste Diádico en muestras españolas. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 9(3), 501-517.
- Sarquis, C. (2005). *Introducción al estudio de la pareja humana*. Santiago: Universidad Católica de Chile.
- Schwartz, J., Griffin, L., Russell, M. y Frontaura, S. (2006). Prevention of dating violence on college campuses: An innovative program. *Journal of College Counseling*, 9(1), 90-96.
- Sears, H. A., Byers, E. S. y Price, E. L. (2007). The co-occurrence of adolescent boys' and girls' use of psychologically, physically, and sexually abusive behaviours in their dating relationships. *Journal of Adolescence*, 30(3), 487-504.
- Sheehan, D. V. y Lecrubier, Y. (2000). *Mini International Neuropsychiatric Interview: Versión en español 5.0.0*. Ginebra: Organización Mundial de la Salud.
- Sheehan, D. V., Lecrubier, Y., Sheehan, H., Amorim, P., Janavs, J., Weiller, E. ... y Geoffrey, C. (1998). The Mini-International Neuropsychiatric Interview (M.I.N.I.): The development and validation of a structured diagnostic psychiatric interview for DSM-IV and ICD-10. *Journal of Clinical Psychiatry*, 59(20), 22-33.
- Silverman, J. G., Raj, A., Mucci, L. A. y Hathaway, J. E. (2001). Dating violence against adolescent girls and associated substance use, unhealthy weight control, sexual risk behavior, pregnancy, and suicidality. *Journal of the American Medical Association*, 286(5), 572-579.
- Slep, A. M. S., Cascardi, M., Avery-Leaf, S. y O'Leary, K. D. (2001). Two new measures of attitudes about the acceptability of teen dating aggression. *Psychological Assessment*, 13(3), 306-318. doi: 10.1037//1040-3590.13.3.306.
- Smith, P. H., White, J. W. y Holland, L. J. (2003). A longitudinal perspective on dating violence among adolescent and college-age women. *American Journal of Public Health*, 93(7), 1104-1109.
- Spanier, G. B. (1976). Measuring dyadic adjustment: New scales for assessment the quality of marriage and similar dyads. *Journal of Marriage and Family*, 38(1), 15-28.
- Spielberger, C. (2001). *Inventario de Expresión de Ira como Estado y Rasgo STAXIII*. Madrid: TEA.
- Straus, M. A. (1979). Measuring intrafamily conflict and aggression: The Conflict Tactics Scale (CTS). *Journal of Marriage and The Family*, 41, 75-88.
- Sugarman, D. y Hotaling, G. (1989). Dating violence: Prevalence, context, and risk markers. En M. Pirog-Good & J. Stets (Eds.), *Violence and dating relationships* (pp. 3-32). Nueva York: Praeger.
- Tharp, A., L. Ball, B., Valle, L. A., Noonan, R. y Rosenbluth, B. (2009). Considerations for the definition, measurement, consequences, and prevention of dating violence victimization among adolescent girls. *Journal of Women's Health*, 18 (7), 923-927. doi: 10.1089=jwh.2009.1515
- Vagi, K. J., Olsen, E. O., Basile, K. C. y Vivolo-Kantor, A. M. (2015). Teen dating violence (physical and sexual) among US high school students: Findings from the 2013 National Youth Risk Behavior Survey. *JAMA Pediatrics*, 169, 474-482.

- Vázquez, V. y Castro, R. (2008). "¿Mi novio sería capaz de matarme?" Violencia en el noviazgo entre adolescentes de la Universidad Autónoma Chapingo, México. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 6(2), 709-738.
- Vignolo, J., Vacarezza, M., Álvarez, C. y Sosa, A. (2011). Niveles de atención, de prevención y atención primaria de la salud. *Archivos de Medicina Interna*, 33(1), 7-11.
- Vivanco, R., Espinoza, S., Romo, C., Véliz, A. y Vargas, A. (2015). Perpetración y victimización de la violencia en relaciones de parejas en jóvenes que cursan educación superior en la ciudad de Osorno, Chile. *Polis Revista Latinoamericana*, 40, 1-15.
- Villalobos, F. H., Díaz, O. O. y Bernal, L. C. (2005). *Manual de funcionamiento del taller de técnicas para el manejo del estrés*. Manuscrito no publicado, Servicio de Atención Psicológica, Universidad Nacional de Colombia.
- Vizcarra, M. B. y Póo, A. M. (2011). Violencia de pareja en estudiantes universitarios del sur de Chile. *Universitas Psychologica*, 10(1), 89-98.
- Walker, L. (1979). *The Battered Woman Syndrome*. Nueva York: Springer.
- Weisinger, H. D. (1988). *Técnicas para el control del comportamiento agresivo*. Barcelona: Martínez Roca.
- Weisz, A. N. y Black, B. M. (2001). Evaluating a sexual assault and dating violence prevention program for urban youth. *Social Work Research*, 25(2), 89-100.
- Weisz, A., Tolman, R., Callahan, M., Saunders, D. y Black, B. (2007). Informal helpers' responses when adolescents tell them about dating violence or romantic relationship problems. *Journal of Adolescence*, 30(5), 853-868.
- White, J. W. (2009). A gendered approach to adolescent dating violence: Conceptual and methodological issues. *Psychology of Women Quarterly*, 33(1), 1-15.
- Wolfe, D., Crooks, C., Jaffe, P., Chiodo, D., Hughes, R., Ellis, W., Donner, A. y Stitt, L. (2010). A school-based program to prevent adolescent dating violence. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, 163(8), 692-699.
- Wolfe, D. A., Scott, K., Reitzel-Jaffe, D., Wekerle, C., Grasley, C. y Straatman, A. L. (2001). Development and validation of the Conflict in Adolescent Dating Relationships Inventory. *Psychological Assessment*, 13(2), 277-93. doi: <http://dx.doi.org/10.1037/1040-3590.13.2.277>
- World Health Organization. (2000). *Composite international diagnostic interview (CIDI)* (Versión 15). Ginebra: Autor.

APÉNDICES

APENDICE_A

“QUERÁMONOS BIEN”

PROGRAMA PARA EL MEJORAMIENTO DE LAS RELACIONES DE NOVIAZGO

Sesión 1

PRESENTACIÓN DEL PROGRAMA.

ACLARACIÓN DE EXPECTATIVAS Y ESTABLECIMIENTO DE NORMAS

PSICOEDUCACIÓN: QUÉ ES Y CÓMO SE APRENDE LA VIOLENCIA

OBJETIVOS

- Hacer la presentación del equipo y los participantes del programa.
- Describir los objetivos y contenido del mismo.
- Establecer unas normas básicas para su desarrollo.
- Identificar las expectativas de los participantes.
- Generar consciencia entre los participantes sobre qué son los malos tratos en el noviazgo y cómo se aprenden.

COMPETENCIAS A DESARROLLAR

- Competencias de resolución de conflictos. La capacidad para utilizar habilidades cognitivas y comportamentales para poder resolver pacíficamente los conflictos.
- Competencias cognoscitivas. El conocimiento de las conductas que pueden generar malos tratos a la pareja a nivel físico, psicológico y sexual.

MATERIALES ESPECÍFICOS

Salón o espacio adecuado para trabajar en grupo, con sillas, tablero acrílico, TV, DVD, algunos materiales como bolígrafos, hojas en blanco y marcadores.

DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES

BIENVENIDA Y PRESENTACIÓN DE LA SESIÓN

Se felicita a los integrantes por haber tomado la decisión de hacer parte de la intervención, después se pide a cada participante que se presente y exponga brevemente los motivos por los cuales se vinculo al programa y sus expectativas. El terapeuta los refuerza por la búsqueda que tiene cada uno de mejorar su relación de pareja.

DINÁMICA DE ACTIVACIÓN

El objetivo de la dinámica es facilitar la presentación de los integrantes del programa.

DINÁMICA “CONOCE A LOS DEMÁS”

Se da un número a cada participante para que lo ponga en su cuerpo en un lugar visible. Posteriormente se le da una hoja a cada uno con las siguientes preguntas:

1. Pregúntale el nombre a la persona del # _____
2. Pregúntale la edad a la persona del # _____
3. Pregunta que estudia o quisiera estudiar a la persona del # _____
4. Pregunta dónde vive la persona del # _____
5. Canta tu canción preferida a la persona del # _____
6. Baila con la persona del # _____

Finalmente, cada uno expone lo que encontró con las preguntas hechas a sus compañeros (Villalobos, Díaz y Bernal, 2005).

PRESENTACIÓN DE CONTENIDOS Y/O HABILIDADES

PRESENTACIÓN DEL PROGRAMA

El terapeuta da a conocer los objetivos, contenidos y metodología del programa, sus normas, reglas y protocolos.

Terapeuta

En la entrevista que hemos realizado con cada uno se les ha explicado cual es el fin del programa que hoy comenzamos, les vamos a recordar las ideas más importantes. El programa se llama: “Querámonos bien: Programa para el mejoramiento de las relaciones de noviazgo”. Está conformado por 10 sesiones de aproximadamente 60 minutos y se hará una sesión por semana. El objetivo es promover actitudes, destrezas y conocimientos que favorezcan relaciones de pareja satisfactorias y libres de violencia (se les explican los contenidos de cada sesión).

Para poder aprovechar de manera eficiente el tiempo que vamos a dedicar a las sesiones, debemos establecer normas básicas que nos ayuden a que el grupo funcione lo mejor posible.

1. Asistir puntualmente a todas las sesiones del programa.
2. Cumplir con las actividades programadas para la sesión y tareas para la casa.
3. Guardar con absoluta reserva la información presentada por los demás participantes en sesión.
4. Respetar y guardar consideración por las opiniones de los demás participantes.
5. No asistir a las sesiones bajo los efectos del alcohol o sustancias psicoactivas.
6. No ejercer actos de maltrato en sesión o en el periodo que se desarrolla el programa.
7. En caso de no poder asistir a las sesiones por fuerza mayor, se debe informar una hora antes del inicio la dificultad de participar en la misma.
8. Faltar a dos sesiones puede ocasionar la expulsión del programa; en dicho caso el equipo encargado del mismo, se contactará para conocer el motivo de su incumplimiento.
9. Informar al equipo en caso que hayan ocurrido conductas de violencia por parte de algún miembro de la pareja, para lo cual el equipo estudiará las acciones más adecuadas.

El terapeuta les pregunta a los participantes si entendieron los objetivos, los contenidos, la metodología, las normas de convivencia y demás aspectos del programa, así como sus sugerencias. A continuación señala la importancia de que cada uno firme el contrato terapéutico (Apéndice D) y/o los formatos de consentimiento informado (Apéndice E o Apéndice F) –estos últimos se utilizan cuando se va a efectuar una investigación–.

Se retoma la sesión explicando a los participantes cuándo ocurren los malos tratos en el noviazgo y cómo influye el aprendizaje en este tipo de comportamiento. Se les indica que hay varias formas de violencia hacia la pareja, como la física, la psicológica y la sexual. La violencia física incluye actos como empujar, abofetear, golpear, patear, sofocar, atacar con un arma, sujetar, amarrar, recluir, dejar a la otra persona en un sitio peligroso y negarse a ayudarla cuando está enferma o herida.

La violencia emocional o psicológica, por su parte, por lo común precede o acompaña a la violencia física e incluye actos de violencia verbal y acciones tales como: a) amenaza de daño; b) aislamiento físico y social; c) celos extremos y posesividad; d) privación; e) intimidación; f) degradación y humillación; g) llamar a la otra persona con nombres peyorativos y criticarle, insultarle y devaluarle constantemente; h) acusarle falsamente, culparle de todo lo que sucede; i) ignorar, minimizar o ridiculizar sus necesidades; j) mentir, no cumplir promesas, destruir su confianza; k) incumplir las obligaciones económicas; y l) sobrecargarla con las tareas domésticas. La violencia sexual consiste en actos de carácter sexual contra la voluntad de la otra persona, como por ejemplo exposición a actividades sexuales no deseadas, la manipulación a través de la sexualidad, criticar el desempeño sexual, o ridiculizar las necesidades y apariencia sexual de la pareja.

Otra forma de violencia en la pareja es la negligente, que ocurre cuando no se le dan los recursos financieros o materiales, información o servicios que requiere y que el victimario está obligado legalmente a darle, o no advertirle a propósito de un peligro para su integridad física o psicológica; y la violencia económica, en la cual se lleva a la otra persona a depender económicamente del victimario, ejerciendo control sobre sus recursos financieros, no dejándola trabajar o explotándola económicamente.

EJERCICIO 1

Se trabaja en sesión un caso de violencia en una relación de noviazgo, se discute con los participantes, pidiéndoles sus opiniones e impresiones del caso (Apéndice K).

A continuación se le pide a cada participante que identifique las conductas violentas presentes en su relación, con el siguiente formato:

Inventario de conductas violentas. Dedicemos un momento para revisar las conductas de violencia que ha ejercido y ha recibido de su pareja y el tipo al que pertenecen:

FORMAS DE APRENDER

Aprendemos por asociación entre situaciones y respuestas, es decir, por condicionamiento clásico, como cuando entramos al cine y se nos despiertan las ganas de comer palomitas. Aprendemos por imitación de alguien que observamos, lo cual se conoce como aprendizaje por modelado o por

observación, como cuando entramos en un restaurante chino y no conocemos las costumbres, miramos a otras personas como cogen los palillos y luego lo intentamos.

Aprendemos por las consecuencias que tienen nuestro comportamiento, lo cual se conoce como condicionamiento operante, es decir, que lo que sucede después de emitir una conducta puede facilitar que esta se vuelva a presentar o por el contrario que no vuelva a presentarse. Lo que favorece que las conductas tiendan a repetirse se llama refuerzo o gratificación y lo que hace que las conductas tiendan a no presentarse se llama castigo o ausencia de refuerzo.

Después de explicar cómo se adquiere un comportamiento se les explica que las personas que presentan o son objeto de conductas de violencia en las relaciones de noviazgo, probablemente estuvieron expuestos en su niñez a modelos de agresión y maltrato intrafamiliar como abuso físico, falta de calidez de los padres, falta de confianza y negligencia en el cuidado, que naturaliza dicha violencia y la hace previsible en sus propias relaciones. Además, muchas personas que de niños estuvieron en hogares conflictivos, informan estar involucrados en mayores niveles de agresión verbal y física con sus relaciones de noviazgo.

EJERCICIO 2

Conteste las siguientes preguntas individualmente y luego comparta sus respuestas voluntariamente:

1. Describa una situación conocida de violencia entre sus padres o entre sus amigos o conocidos.

2. ¿Qué tipo de conductas utilizan o utilizaron sus padres, sus amigos o conocidos? (golpes, insultos, empujones, etc.).

3. ¿Usted ha utilizado con su pareja alguna conducta parecida o similar a la que utilizaron sus padres, amigos o conocidos para resolver los problemas? Sí ____ No ____ . Descríbalas, si es el caso.

4. Piense cómo se adquirieron esos comportamientos

5. ¿Qué refuerza estas conductas?

6. ¿Era posible haber manejado la situación de otra manera? Sustente

Efectos de la exposición a violencia. Se señala que la investigación sobre las dinámicas familiares ha mostrado que las relaciones de los padres con sus hijos tiene una correlación con el desarrollo y el ajuste psicológico de los niños y los jóvenes. Los padres influyen como fuentes de apoyo y de exploración y como modelos de conducta y cogniciones sobre las relaciones de pareja, convirtiéndose en un referente primario de cómo comportarse en las relaciones de noviazgo para los jóvenes, aunque estas relaciones son menos complejas y tienen un carácter transitorio. Se les indica, asimismo, que las experiencias vividas en la familia se convierten en un modelo de traspaso de las experiencias vividas a las nuevas relaciones con amigos y parejas.

Igualmente, se señala que las personas que han presenciado violencia entre sus amigos, como conductas de control, celos excesivos y malos tratos verbales hacia su pareja, también tienden a verlos como algo natural o esperable en la relación.

EJERCICIO 3

Se les pide que recuerden cómo era la relación de su papá, mamá y familia y que reflexionen con las siguientes preguntas: ¿Qué tipos de conductas románticas tenían sus padres, tales como abrazos, elogios y caricias? ¿Qué tipos de conductas violentas físicas, verbales, psicológicas o de otra índole presentaban sus padres en su relación? ¿Qué tipo de conductas de afecto eran más comunes en su familia? ¿Qué tipo de conductas violentas eran comunes en su familia? Después de

identificar y recordar el tipo de interacción que tenía la familia, se les pide a los participantes que señalen ahora el tipo de interacción que tienen con su pareja y cuáles de esas conductas tienen las mismas características familiares, con el siguiente formato:

| Conductas de interacción entre los padres de la familia y entre parejas conocidas | Conductas con la pareja actual | ¿La conducta genera problemas en la relación? Explique |
|---|--------------------------------|---|
| . | | |
| . | | |
| . | | |

PRÁCTICA Y RETROALIMENTACIÓN EN SESIÓN DE HABILIDADES

Se hacen las siguientes preguntas para identificar la adquisición de conocimientos sobre el tema de la sesión:

1. Indique algunas conductas de violencia física

2. Señale algunas conductas de violencia psicológica

3. Indique algunas conductas de violencia sexual

4. ¿Cómo influyó la relación con los padres, conocidos y amigos en el aprendizaje de estas conductas?

5. ¿Cómo refuerza la pareja estas conductas?

ASIGNACIÓN DE TAREA

Al final se deja como tarea para la próxima sesión que cada uno identifique las conductas violentas que se han presentado en su relación de pareja.

1. Describa algunas conductas de violencia física que usted ejerció sobre su pareja y/o su pareja ejerció sobre usted

2. Describa algunas conductas de violencia psicológica y verbal que usted ejerció sobre su pareja y/o su pareja ejerció sobre usted

3. Señale los factores que pudieron haber conllevado al aprendizaje de estas conductas

Sesión 2

¿POR QUÉ ESTOY CONTIGO?

CREENCIAS Y EXPECTATIVAS SOBRE LA RELACIÓN DE PAREJA

OBJETIVO

Analizar y describir las creencias y expectativas que los jóvenes tienen sobre las relaciones de pareja y su efecto en la forma de comunicarse y en el modo de vivir dichas relaciones.

COMPETENCIAS A DESARROLLAR

- Competencias de resolución de conflictos. La capacidad para utilizar habilidades cognitivas y comportamentales para poder resolver pacíficamente los conflictos.
- Competencias cognoscitivas. El conocimiento de las conductas que pueden generar malos tratos a la pareja a nivel físico, psicológico y sexual.

MATERIALES ESPECÍFICOS

Salón o espacio adecuado para trabajar en grupo, con sillas, tablero acrílico, TV, DVD y algunos materiales como bolígrafos, hojas en blanco y marcadores.

DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES

DINÁMICA DE ACTIVACIÓN

DINÁMICA “EL CIEGO Y EL LAZARILLO”

Se forman parejas que se dispersarán en todo el salón, en el cual habrá diferentes obstáculos. Un

integrante de la pareja hará de ciego, para lo cual se pondrá una venda y el otro de lazarillo. El lazarillo se hará detrás y pondrá una mano sobre el hombro del ciego y le dará instrucciones para no tropezarse con los obstáculos, teniendo que recorrer todo el salón. Luego se cambiarán los roles. Al finalizar se compartirá en grupo la experiencia (Arguilea, Azpeitia, y Galarandi s. f.). Se invitará a los participantes a que indiquen cómo se puede relacionar esta dinámica con su relación de pareja.

PRESENTACIÓN DE LA SESIÓN

Se hace un *feedback* de la sesión anterior, donde se les explicó las formas de violencia hacia la pareja, como la física, la psicológica y la sexual y cómo se aprenden estas conductas. Este preámbulo servirá para introducir el tema de la sesión relacionado con “Creencias y expectativas sobre la relación de pareja”. El terapeuta tiene que tener presente el referente teórico para la explicación del tema.

REVISIÓN DE TAREAS

Se revisa el cumplimiento de las tareas o actividades propuestas para trabajar fuera de la sesión por cada uno de los participantes. El terapeuta refuerza discriminativamente el cumplimiento de las mismas.

PRESENTACIÓN DE CONTENIDOS Y/O HABILIDADES

CREENCIAS Y EXPECTATIVAS

Se explica a los participantes que las creencias y expectativas que tienen las personas sobre las relaciones de pareja se relacionan con la manera como se comportan con la misma, aceptando ciertas condiciones y exigiendo otras. Cuando hay malos tratos, por ejemplo, muchos tienden a considerarlos como algo esperable en una relación, debido a que los observaron entre sus padres, y sus amigos presentan conductas similares. Otras personas soportan los malos tratos debido a que consideran que el amor lo justifica. Otros no han aprendido las bases de una buena relación, como el respeto, la confianza, el diálogo y la consideración por el otro. Otros, finalmente, esperan algo distinto de la relación de pareja, por lo que chocan constantemente sin llegar a acuerdos o terminarla.

Ejercicio 1

Cada integrante identificará las expectativas y creencias que tiene sobre las relaciones de pareja; además señalará si sus creencias se adecúan a su relación o si genera problemas en la relación.

| Creencias y valores sobre las relaciones de noviazgo | Coherencia entre sus creencias y valores y su comportamiento en la relación | ¿La conducta genera problemas en la relación? Explique | ¿Cómo aprendió este comportamiento? Explique |
|--|---|---|---|
| . | | | |
| . | | | |
| . | | | |
| . | | | |

Ejercicio 2

Cada integrante anotará individualmente sus creencias sobre las relaciones de pareja y las

expectativas que tiene sobre su relación actual y reflexionará sobre el papel que dichas creencias y expectativas han tenido en la comunicación inadecuada y los malos tratos que se han presentado. En plenaria se sacaran algunas conclusiones generales.

1. ¿Cuáles son las expectativas que tiene en su relación de pareja a nivel de?

- Creencias y expectativas frente a las relaciones sexuales

- Creencias y expectativas frente al afecto

- Creencias y expectativas frente al intercambio de ideas, dialogar con tranquilidad y la colaboración mutua en proyectos

- Creencias o expectativas sobre el futuro de cada uno

- ¿Otras creencias o expectativas?

2. Identifique cómo las creencias y expectativas que tiene en su relación de pareja han tenido influencia en la comunicación inadecuada y los malos tratos que se han presentado.

ASIGNACIÓN DE TAREA

Se solicita a los participantes que durante la semana se reúnan con su pareja, compartan los resultados del ejercicio y planteen algunos aspectos que podrían mejorar su relación, con base en la siguiente tabla:

| Creencias y valores sobre las relaciones de noviazgo | Coherencia entre sus creencias y valores y su comportamiento en la relación | ¿La conducta genera problemas en la relación? Explique | Planteen algunos aspectos que podrían mejorar su relación |
|--|---|---|---|
| . | | | |
| . | | | |
| . | | | |
| . | | | |

Sesión 3

HABLEMOS SOBRE LOS QUE PENSAMOS:

LAS HABILIDADES DE COMUNICACIÓN

“SABER ESCUCHAR”

OBJETIVO

Entrenar en habilidades de comunicación que permitan proveer a los participantes de herramientas para enfrentar sus problemas pacíficamente y con éxito.

COMPETENCIAS A DESARROLLAR

- Competencias de resolución de conflictos. La capacidad para utilizar habilidades cognitivas y comportamentales para poder resolver pacíficamente los conflictos.
- Competencias sociales. La capacidad de relacionarse afectuosamente con la pareja, ser sensible a sus necesidades, emociones y expectativas y actuar de manera coherente con dicho reconocimiento.

MATERIALES ESPECÍFICOS

Salón o espacio adecuado para trabajar en grupo, con sillas, tablero acrílico, TV, DVD y algunos materiales como bolígrafos, hojas en blanco y marcadores.

DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES

DINÁMICA DE ACTIVACIÓN

DINÁMICA WELL CHAPELL

LA IMPORTANCIA DE UNA BUENA COMUNICACIÓN

Con esta dinámica se busca reflexionar sobre la manera en que un relato cambia cuando no se tienen buenas habilidades de escucha. Se lee la siguiente historia frente al grupo; al final se pregunta y se reflexiona sobre los posibles problemas de comunicación que se encuentran en ella y si estos se presentan en sus relaciones.

Una familia inglesa pasaba sus vacaciones en Escocia. Un día, paseando por los verdes prados vio una pequeña casa de campo que inmediatamente captó su atención ya que les pareció que se ajustaba a la idea que tenían para sus próximas vacaciones. Indagando se enteraron de que la pequeña casa pertenecía a un pastor protestante que vivía en el pueblo, a quien contactaron y él les enseñó la casa. A ellos les encantó pues tenía suficientes estancias, un amplio jardín y se acomodaba perfectamente a las necesidades de esta peculiar familia, por lo que se pusieron de acuerdo en alquilarla para sus próximas vacaciones.

Una vez de vuelta a Londres, en el tren la señora intentaba recordar detalle a detalle la distribución de la casa y en ese instante no podía recordar donde estaba situado el W.C. (*Water Closet*), por lo que una vez que llegó a su casa le escribió al pastor la siguiente carta: “Querido pastor, la casa nos parece maravillosa pero nos hemos puesto a recordar y no hemos conseguido ubicar donde se encuentra el W.C., por lo que agradeceríamos mucho que usted nos escriba recordándonos este pequeño detalle”.

El pastor, que no conocía la abreviatura W. C., al leer la carta supuso que la señora se refería a la capilla del pueblo llamada Well Chapell, por lo que con alegría contestó a la carta de la siguiente forma: “Estimada señora: Tengo el agrado de informarle que el lugar al que se refiere, queda sólo a 12 km. de la casa; lo cual es un poco molesto, sobre todo si se tiene la costumbre de ir con frecuencia. Algunos llevan la comida y permanecen allí todo el día. Hay gente que viaja a pie y otros en tranvía y de ordinario llegan en el momento preciso. Hay lugar para 400 personas cómodamente sentadas y 100 de pie. Los asientos están forrados de púrpura y terciopelo y existe un sistema de aire acondicionado con el fin de evitar malos olores y sofocaciones. Se recomienda llegar temprano para coger sitio y ocuparlo, pues mi esposa, por no hacerlo así hace 10 años, tuvo que soportar el acto de pie, y desde entonces no utiliza este servicio.

A la entrada, se le da un papel a cada uno y las personas que no lleguen a cogerlo por haberse acabado, pueden usar el del compañero de asiento, pero a la salida hay que devolverlo, para

continuar dándole uso, todavía, durante un mes. Todo lo que dejen allí depositado será para dar de comer a los huérfanos del hospicio. Hay fotógrafos especiales que toman fotografías en diversas posiciones que son publicadas en los diarios de la ciudad y así el público puede conocer a las altas personalidades que realizan estos actos tan humanos y personales”. Así terminó la carta y la familia decidió no alquilar la casa.

REVISIÓN DE TAREAS

Se revisará el cumplimiento de las tareas o actividades propuestas para trabajar fuera de la sesión por cada uno de los participantes; el terapeuta refuerza discriminativamente el cumplimiento de las mismas.

PRESENTACIÓN DE CONTENIDOS Y/O HABILIDADES

COMUNICACIÓN VERBAL Y NO VERBAL

Se comienza enseñando a los participantes las diferencias entre la comunicación verbal y la no verbal, y su relevancia en la comunicación. El terapeuta señala algunas de las deficiencias que dificultan escuchar a otra persona, las cuales pueden ser no verbales, como una mirada, una sonrisa, los gestos de la cara y de las manos, la distancia entre los interlocutores, tensión corporal, fruncir el ceño y apretar los labios; y verbales como las palabras que utilizamos (insultos, groserías y juicios de valor), el tono (chillona, burlona, etc.), la intensidad de la voz (muy alta o muy baja) o la velocidad (muy rápida o muy lenta).

Posteriormente se le da a cada participante el siguiente formato, para que registre las conductas verbales y no verbales que utiliza su pareja, el cual deberá compartir con ella:

Comunicación verbal y no verbal de mi pareja

Escriba a continuación ejemplos de comunicación verbal y no verbal que su pareja utiliza cuando habla con usted.

ESCUCHA ACTIVA

Se realiza una representación por parte de los integrantes del equipo, de una pareja de novios que cometen errores en su comunicación: no se escuchan, emiten juicios de valor, no se miran, critican al otro, se interrumpen. Se pide a los participantes que indiquen los mensajes verbales y no verbales de cada integrante de la pareja que interrumpían o dificultaban la comunicación en la representación y que planteen alternativas para una comunicación eficaz. Luego se les explica los cuatro estilos de comunicación (véase la parte teórica) y la importancia de la asertividad en todas las relaciones humanas.

EXPOSICIÓN DEL PROBLEMA

“En los 3 años que llevamos de novios, hay momentos que no hay forma de ponernos de acuerdo con mi novio/a. Cada vez que intentamos hablar de algún tema en el que no estamos de acuerdo, por tonto que sea, siempre terminamos mal, bueno, fatal y acabamos con discusiones. Esta situación ha empezado a aumentar en frecuencia e intensidad, hay momentos que mejor evito hablar con él/ella de temas en los que no estamos de acuerdo, además hemos dejado de compartir espacios por estas discusiones. Esto se está convirtiendo en un problema para nuestra relación, además me siento muy mal emocionalmente, me pongo triste, a veces no quiero hacer nada. Parece como que la única solución es terminar con la relación pero ninguno de los dos desea eso”.

El terapeuta señala las siguientes pautas referentes a qué hacer, qué decir y cómo observar para tener una buena habilidad de escucha activa.

Hacemos lo siguiente:

- Cuando algún miembro de la pareja está hablando, vamos a establecer contacto visual con él o con ella; la mirada debe reflejar atención.
- Evitamos posturas como brazos cruzados, expresión negativa o mover la cabeza lateralmente.
- Cuando algún miembro de la pareja hable, haremos unos movimientos leves de asentimiento con la cabeza. Incluso se puede reforzar este mensaje de atención emitiendo un sonido del tipo “Aja”.
- Cuando algún miembro de la pareja esté hablando, no expresaremos oral o gestualmente desagrado, censura o ninguna manifestación de desaprobación hacia lo que nos cuenta.
- No se debe interrumpir al que habla o mirar al reloj, lo que denotaría prisa o impaciencia.

Decimos lo siguiente:

- Pequeños incentivos verbales (“ya veo”, etc.).
- Usamos un tono adecuado.
- No emitimos juicios de valor.
- Repetimos el mensaje que creemos nos envía.

Observamos lo siguiente:

- El contenido de lo que se nos dice.
- Los sentimientos de quien nos habla.
- Su expresión de palabras y gestos.
- El momento en que la otra persona desea que intervengamos.

PRÁCTICA Y RETROALIMENTACIÓN DE HABILIDADES

EJERCICIO 1: OBSERVACIÓN DIRECTA

Para la actividad pedimos a los participantes que se dividan en subgrupos de tres, de manera que uno adopte el rol de oyente, el otro el que habla y el tercero de juez, en tres situaciones conflictivas que se entregan en un papel a cada integrante del subgrupo, de manera que cada uno deberá cambiar de rol para que asuma los tres roles mencionados. Es importante que en el grupo de tres no coincidan los miembros de la pareja. Se le entrega a cada participante el siguiente formato para que registre las habilidades de una escucha activa que observa en la situación cuando hace de juez.

Registro de habilidades de una escucha activa

Nombre:

Fecha:

| Habilidad | Primer ensayo | Segundo ensayo | Tercer ensayo |
|---|---------------|----------------|---------------|
| Contacto visual | | | |
| No interrumpir | | | |
| Escuchar sin malas caras o posturas | | | |
| Tono de voz adecuado | | | |
| Asentimientos, refuerzos verbales | | | |
| Pequeños inventivos verbales (p. ej., "ya veo") | | | |
| Sin juicios de valor | | | |
| Repite el mensaje que creemos envía el hablante | | | |
| Otras (especificar) | | | |

ASIGNACIÓN DE TAREA

Los participantes durante la semana deberán registrar las habilidades de escucha que utilizan en su relación de noviazgo, a través del siguiente formato (uno para cada uno).

Registro de habilidades de una escucha activa

Nombre:

Fecha:

| Habilidad | Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes | Sábado | Domingo |
|---|-------|--------|-----------|--------|---------|--------|---------|
| Contacto visual | | | | | | | |
| No interrumpir | | | | | | | |
| Escuchar sin malas caras o posturas | | | | | | | |
| Tono de voz adecuado | | | | | | | |
| Asentimientos, refuerzos verbales | | | | | | | |
| Pequeños inventivos verbales (p. ej., "ya veo") | | | | | | | |
| Sin juicios de valor | | | | | | | |
| Repite el mensaje que creemos envía el hablante | | | | | | | |
| Otras (especificar) | | | | | | | |

Sesión 4

HABLEMOS SOBRE LO QUE PENSAMOS:

LAS HABILIDADES DE COMUNICACIÓN, EXPRESAR EMOCIONES Y SENTIMIENTOS NEGATIVOS Y POSITIVOS DE MANERA DIRECTA

OBJETIVO

Aprender a identificar y comunicar a la pareja las emociones y sentimientos positivos y negativos, con el fin de que comprenda pensamientos y necesidades afectivas y emocionales.

COMPETENCIAS A DESARROLLAR

- Competencias de resolución de conflictos. La capacidad para utilizar habilidades cognitivas y comportamentales para poder resolver pacíficamente los conflictos.
- Competencias emocionales. El reconocimiento y manejo de las emociones para relacionarse pacíficamente con los demás.
- Competencias sociales. La capacidad de relacionarse afectuosamente con la pareja, ser sensible a sus necesidades, emociones y expectativas y actuar de manera coherente con dicho reconocimiento.

MATERIALES ESPECÍFICOS

Salón o espacio adecuado para trabajar en grupo, con sillas, tablero acrílico, TV, DVD, reproductor de música y algunos materiales como bolígrafos, hojas en blanco y marcadores; música de diferente tipo.

DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES

DINÁMICA DE ACTIVACIÓN

Se pone a sonar música de diferente tipo: romántica,ailable, de despecho, etcétera, dando un minuto a cada melodía y se le pide a cada integrante que cierre los ojos y anote lo que piensa y siente en el momento que la escucha. Luego cada uno compartirá lo que pensó y sintió con cada una y se les pregunta la importancia de expresar sentimientos en la relación de pareja.

REVISIÓN DE TAREAS

Se revisa el cumplimiento de las tareas o actividades propuestas para trabajar fuera de la sesión por cada uno de los participantes. El terapeuta refuerza discriminativamente el cumplimiento de las mismas.

PRESENTACIÓN DE CONTENIDOS Y/O HABILIDADES

El terapeuta señala la importancia de incrementar los intercambios mutuamente gratificantes y a su vez disminuir las interacciones negativas, para lo cual es necesaria la adecuada expresión de sentimientos y emociones positivos y negativos. Luego se realiza una representación de una pareja de novios que tienen una conversación que hace sentir mal a uno de sus integrantes, pero no lo expresa por miedo a que su pareja se ponga de mal humor. Se pide a los participantes que indiquen los posibles problemas que puede causar el no expresar los sentimientos en los miembros de la pareja. Luego se le entrega a cada uno la siguiente encuesta:

Escriba a continuación ejemplos de sentimientos o emociones que se generan en una discusión con su pareja.

¿Le es fácil expresar sus sentimientos a su pareja? Sí ____ No ____ ¿Por qué?

El terapeuta señala que muchas veces es difícil expresar los sentimientos negativos en una relación de pareja, debido a que muchas veces prefieren evitar una pelea. Para identificar la forma apropiada de expresar los sentimientos, se enseña lo que sería una expresión adecuada y la inadecuada.

| Expresión apropiada de sentimientos | Expresión inapropiada de sentimientos |
|---|--|
| Expresa sentimientos propios, positivos o negativos, de manera clara y directa sin herir a la otra persona, ni desconociendo sus derechos. Refiriéndose al ahora. Describiendo el comportamiento del(a) otro(a), no a la persona. | Indirecta. Acusa al(a) otro(a). Retirarse de la discusión sin terminarla o enfadado(a). Agresiva (con insultos, gritos, maltrato físico, etc.). Interpretando los motivos del otro sin escuchar. |

El terapeuta explica la conveniencia de la expresión apropiada de los sentimientos negativos y el aumento de la expresión de sentimientos positivos, señalando que esta última disminuye con el paso del tiempo de una relación. Después resalta que el contenido de las verbalizaciones puede ser

muy positivo, pero si se acompaña por un tono, gesto o mirada negativa, habrá perdido todo su valor y objetivo disminuyendo el efecto del refuerzo.

PRÁCTICA Y RETROALIMENTACIÓN EN SESIÓN DE HABILIDADES

Se le pide al grupo que trabaje por parejas y que cada integrante exprese primero un sentimiento positivo y luego uno negativo de algún momento de la relación que no pudo expresar, con un tono de voz, gesto o mirada positiva por los dos miembros. Después cada uno debe expresarle al otro los sentimientos que le generó escuchar lo que le dijo. Finalmente se hace una retroalimentación con todo el grupo sobre la experiencia.

Registro de habilidades para expresarle al otro los sentimientos

Expresa primero un sentimiento positivo a su pareja

| Habilidad de escucha | Si | No |
|---|----|----|
| Contacto visual | | |
| No interrumpir | | |
| Escuchar sin malas caras o posturas | | |
| Tono de voz adecuado | | |
| Asentimientos, refuerzos verbales | | |
| Pequeños incentivos verbales (p. ej., "ya veo") | | |
| Sin juicios de valor | | |
| Repite el mensaje que creemos envía el hablante | | |
| Otras (especificar) | | |

Pregunte a su pareja ¿cómo se sintió?

¿Cómo se sintió usted expresando el sentimiento o emoción?

Ahora que exprese un sentimiento negativo a su pareja

| Habilidad de escucha | Si | No |
|--|----|----|
| Contacto visual | | |
| No interrumpir | | |
| Escuchar sin malas caras o posturas | | |
| Tono de voz adecuado | | |
| Asentimientos, refuerzos verbales | | |
| Pequeños incentivos verbales (p. ej., "ya veo") | | |
| Sin juicios de valor | | |
| Repita el mensaje que creemos envía el hablante. | | |
| Otras (especificar) | | |

Pregunte a su pareja ¿cómo se sintió?

¿Cómo se sintió usted expresando el sentimiento o emoción?

Comentarios (como se sintió expresando sus sentimientos y escuchando los sentimientos de su pareja):

ASIGNACIÓN DE TAREA

El terapeuta anima a cada participante a que practique fuera de sesión la expresión de sentimientos y emociones de forma asertiva y que se retroalimenten mutuamente con su pareja sobre cómo lo hacen y cómo se sienten cuando escuchan al otro.

Sesión 5

HABLEMOS SOBRE LO QUE PENSAMOS:

LAS HABILIDADES DE COMUNICACIÓN

HABILIDADES DE RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS

OBJETIVO

Aprender los cinco pasos del proceso de resolución de problemas. Reconocer que un problema existe, controlar las emociones, obtener información, pensar en alternativas y escoger la solución más conveniente.

COMPETENCIAS A DESARROLLAR

- Competencias de resolución de conflictos. La capacidad para utilizar habilidades cognitivas y comportamentales para poder resolver pacíficamente los conflictos.
- Competencias emocionales. El reconocimiento y manejo de las emociones para relacionarse pacíficamente con los demás.
- Competencias sociales. La capacidad de relacionarse afectuosamente con la pareja, ser sensible a sus necesidades, emociones y expectativas y actuar de manera coherente con dicho reconocimiento.

MATERIALES ESPECÍFICOS

Salón o espacio adecuado para trabajar en grupo, con sillas, tablero acrílico, TV, DVD y algunos materiales como bolígrafos, hojas en blanco y marcadores.

DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES

DINÁMICA DE ACTIVACIÓN

DINÁMICA DEL MURO

Se divide al grupo en dos equipos de similar número de participantes. Uno asume el rol de muro y el otro deberá tratar de pasar a través de él. Los miembros del primer equipo se toman fuertemente de las manos para no dejar que el segundo equipo traspase el muro que han constituido. Al final se pregunta cómo ha hecho cada uno de ellos para pasar y se resaltan las diferentes formas que tienen las personas para afrontar los problemas (Villalobos, Díaz y Bernal, 2005).

REVISIÓN DE TAREAS

Antes de la sesión, es importante que se pregunte sobre los resultados de la aplicación de lo aprendido en sesión en el contexto de la relación de pareja, como resultado del aprendizaje de las habilidades vistas. Además se revisa el cumplimiento de las tareas o actividades propuestas para trabajar fuera de la sesión por cada uno de los participantes; el terapeuta refuerza discriminativamente el cumplimiento de las mismas.

PRESENTACIÓN DE CONTENIDOS Y/O HABILIDADES

El terapeuta señala la importancia de reconocer e identificar las emociones y sentimientos en la pareja y cómo estos influyen en los conflictos. De esta forma se explica la importancia de obtener información que caracterice las causas y consecuencias del problema, además pensar en alternativas y escoger la solución más conveniente para solucionar el problema.

A continuación se le pide a los participantes que identifiquen una situación donde tuvieron un problema con su pareja.

IDENTIFICACIÓN DE PROBLEMA EN LA PAREJA

Escriba a continuación ejemplos de situaciones que generan o terminan en una discusión con su pareja:

¿Le es fácil solucionar los problemas con su pareja? Sí ____ No ____ ¿Por qué?

¿Qué estrategias utiliza para solucionar los problemas en su relación de pareja?

¿Las estrategias que utiliza le funcionan para solucionar los problemas con su pareja? Sí ____ No ____ ¿Por qué?

¿Cómo se siente cuando tiene problemas con su pareja y no los puede solucionar?

Al finalizar la actividad por favor reúnanse en parejas y compartan su experiencia...

PRÁCTICA Y RETROALIMENTACIÓN EN SESIÓN DE HABILIDADES

Se enseña el proceso de resolución de problemas, con base en lo expuesto por Martínez Arranz y Aguado (2008) y se le pide al grupo que se haga por parejas y que expresen un problema que se haya presentado en su relación, teniendo en cuenta el siguiente cuadro.

Registro de habilidades solución de problemas

Describa un problema que se presentó en su relación

| Habilidad de solución de problemas | Si | No |
|--|----|----|
| Comenzar siempre por algo positivo | | |
| Ser específico | | |
| Expresar sentimientos | | |
| Admitir su papel en el problema | | |
| Ser breve cuando se define el problema | | |
| Discutir un problema a la vez | | |
| Hacer parafraseo | | |
| No interpretar o hacer inferencias, sino hablar solamente de lo que se puede observar | | |
| Ser neutro y no negativo; el objetivo no es hacer sentir mal o humillar a la pareja | | |
| Centrarse en las soluciones | | |
| Ofrecer ayuda para el cambio del otro y comprometerse a introducir cambios en su propia conducta | | |
| Seleccionar las soluciones más idóneas y expresarlas en términos descriptivos | | |
| Se comparte con todo el grupo la experiencia | | |

Pregunte a su pareja ¿cómo se sintió?

¿Cómo se sintió usted expresando el sentimiento o emoción?

Comentarios (como se sintió expresando sus sentimientos y escuchando los sentimientos de su pareja):

ASIGNACIÓN DE TAREA

El terapeuta anima a cada participante a que practique fuera de sesión la expresión de sentimientos y emociones de forma asertiva y que se retroalimente mutuamente con su pareja sobre cómo lo hacen y cómo se sienten cuando escuchan al otro.

Sesión 6

ME PONGO EN TUS ZAPATOS: LA EMPATÍA

OBJETIVOS

- Promover la habilidad de reconocer pensamientos y emociones en la pareja, como vía para una comunicación efectiva y resolución asertiva de los conflictos.
- Resaltar la importancia del reconocimiento de pensamientos y emociones en la relación de pareja.

COMPETENCIAS A DESARROLLAR

- Competencias emocionales. El reconocimiento y manejo de las emociones para relacionarse pacíficamente con los demás.
- Competencias sociales. La capacidad de relacionarse afectuosamente con la pareja, ser sensible a sus necesidades, emociones y expectativas y actuar de manera coherente con dicho reconocimiento.

MATERIALES ESPECÍFICOS

Cámara fotográfica, vídeo beam, computador portátil, fotografías de situaciones de pareja en donde se observen diferentes emociones y sentimientos.

DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES

Como parte de las actividades centrales de la sesión, se toma a cada participante una fotografía al entrar al recinto.

DINÁMICA DE ACTIVACIÓN

DINÁMICA DEL ESPEJO

Los participantes se ubican en dos filas, una al frente de la otra de forma que cada uno pueda mirar a los ojos a uno de los compañeros. Se pide que cada uno transmita a su compañero un mensaje

cualquiera y así mismo trate de determinar el que le sea transmitido. Al final cada uno dice lo que percibió del otro y también lo que intentaba decir y se compara lo que cada uno pensaba con respecto al otro y lo que en realidad se quería decir (Villalobos, Díaz y Bernal, 2005). Se hace énfasis en la importancia de ponerse en el lugar del otro para mejorar la comunicación interpersonal.

PRESENTACIÓN DE LA SESIÓN

Comienza preguntándose a los participantes la importancia de reconocer las emociones y sentimientos de los demás, tomándose como ejemplo la conducta de mascotas como los perros ¿De qué manera se infiere una emoción o una intención en una mascota? ¿Para qué sirve inferir las emociones y los pensamientos en los demás? ¿Cómo ayuda a las relaciones interpersonales? ¿Cómo ayuda a una mejor relación de pareja?

El terapeuta debe tener en cuenta la fundamentación teórica de la sesión para presentarla a los participantes, resaltando cómo esta habilidad favorece interacciones positivas entre los integrantes de la pareja y previene las actitudes agresivas.

REVISIÓN DE TAREAS

Se revisa el cumplimiento de las tareas o actividades propuestas para trabajar fuera de la sesión por cada uno de los participantes. El terapeuta refuerza discriminativamente el cumplimiento de las mismas.

PRESENTACIÓN DE CONTENIDOS Y/O HABILIDADES

Ejercicio 1: “Jugando a ser psicólogo”

Se les muestra a los participantes diferentes escenas por medio de vídeos o fotografías, referentes a situaciones de pareja. Se les pide que respondan las siguientes preguntas: ¿Qué está pensando y sintiendo cada integrante de la pareja? ¿Qué debería considerar cada miembro de la pareja para lograr una mejor comunicación con el otro? ¿Cómo se puede aplicar la habilidad de reconocer los sentimientos, las emociones y los pensamientos de los demás para la relación de pareja?

Ejercicio 2: “La importancia del autoconocimiento”

Se recalca la importancia de reconocer los propios sentimientos y emociones para poder reconocer los de los demás, especialmente de la pareja. A continuación se presenta con el vídeo beam la fotografía que se le tomó a cada uno y se le pide que comente qué estaba pensando y sintiendo en ese momento. ¿Para qué sirve reconocer los propios sentimientos y emociones? ¿De qué manera ayuda a mi relación de pareja?

Ejercicio 3: “El lenguaje no verbal”

Se explica a los participantes que el lenguaje tiene componentes tanto verbales como no verbales y que en la cotidianidad estos se combinan para una adecuada comunicación. Se recalca la importancia de observar la conducta no verbal, señalando cada uno de sus componentes (postura, gestos, intensidad de la voz, etc.), para la comprensión de los sentimientos y las emociones de los demás. A continuación se pide la colaboración de voluntarios para representar de manera no verbal las siguientes situaciones y que los demás adivinen: a) perder un examen parcial, b) pedir clemencia por una nota, c) ver una película de terror, y d) tu equipo favorito acaba de meter un gol. Los demás deberán tratar de adivinar la situación. Una vez que alguien adivine se pregunta

por los aspectos no verbales que se tuvieron en cuenta para reconocer la situación. Finaliza con las siguientes preguntas de reflexión: ¿Es posible que malinterpretes gestos y actitudes? ¿Cómo afecta esa mala interpretación nuestras relaciones e interacciones cotidianas?

Ejercicio 4: “La empatía en la solución de problemas”

Finalmente se le pide a los participantes que discutan con un(a) compañero(a), un asunto que ha generado debates en su relación de pareja, cambiando luego de rol. Cada integrante deberá poner atención a lo que su compañero/a hace, piensa y siente, anotándolo en el formato adjunto y tratando de ponerse en su lugar.

| Situación | Lo que hace | Lo que piensa | Lo que siente | Lo que debo tener en cuenta para comprender su punto de vista |
|-----------|-------------|---------------|---------------|---|
| . | | | | |
| . | | | | |
| . | | | | |
| . | | | | |
| . | | | | |
| . | | | | |
| . | | | | |
| . | | | | |
| . | | | | |

ASIGNACIÓN DE TAREA

Para la siguiente sesión se deberá diligenciar el formato con la pareja, después de discutir una situación problemática previamente seleccionada por ambos.

Sesión 7

¿QUÉ HAGO CUANDO ME HIERVE LA SANGRE?

EL MANEJO DE LA IRA

OBJETIVOS

- Promover un mayor autoconocimiento sobre las situaciones y la respuesta emocional característica de la ira.
- Generar habilidades de tipo cognoscitivo y conductual para controlar dicha respuesta emocional.
- Promover habilidades para afrontar exitosamente las situaciones que comúnmente producen ira en los participantes.

COMPETENCIAS A DESARROLLAR

- Competencias de resolución de conflictos. La capacidad para utilizar habilidades cognitivas y comportamentales para poder resolver pacíficamente los conflictos.
- Competencias emocionales. El reconocimiento y manejo de las emociones para relacionarse

pacíficamente con los demás.

MATERIALES ESPECÍFICOS

Vídeo de YouTube de “Los hincha pelotas”, vídeo beam, computador portátil.

DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES

DINÁMICA DE ACTIVACIÓN

DINÁMICA “CAZADORES, MUROS Y CONEJOS”

Se divide el grupo en dos, con el mismo número de personas y se les indica que la dinámica es parecida a la de “piedra, papel y tijeras”, pero en grupo y con las siguientes instrucciones: a) En vez de la piedra se juega con el “muro”, el cual se representa levantando ambos brazos; b) en vez de las tijeras se juega con el “cazador”, el cual se simboliza apuntando con un brazo hacia el frente; y c) en vez de la hoja se juega con el “conejo”, el cual se representa utilizándose dos dedos como orejas. A los dos grupos se les pide que se ubiquen frente a frente y que, a la cuenta de tres por parte del terapeuta, cada grupo debe representar una de las tres figuras, dejándose antes un tiempo prudencial para que cada uno planee la figura que representará. Se dará un punto de acuerdo con las siguientes especificaciones: a) el cazador le gana al conejo, b) el muro le gana al cazador, y c) el conejo le gana al muro. La dinámica se torna cada vez más rápida, disminuyendo el tiempo que cada grupo tiene para la planeación de la figura. Gana el que consiga más puntos (Villalobos, Díaz y Bernal, 2005).

REVISIÓN DE TAREAS

Se revisa el cumplimiento de las tareas o actividades propuestas para trabajar fuera de la sesión por cada uno de los participantes. El terapeuta refuerza discriminativamente el cumplimiento de las mismas.

PRESENTACIÓN DE LA SESIÓN

Se presenta un vídeo de YouTube del programa de MTV “Los hincha pelotas” o uno similar, en los cuales se genera estrés encubiertamente a personas y se cuenta el tiempo que dura hasta que esta explota en una reacción agresiva de ira. Se realizan las siguientes preguntas: ¿Por qué unas personas duran más tiempo para reaccionar agresivamente que otras? ¿Cuáles son las características de personalidad que hacen que unas personas afronten este tipo de situaciones más exitosamente que otras? ¿Qué estrategias y técnicas podemos aplicar para solucionar los conflictos más efectivamente y sin agredir a la pareja?

PRESENTACIÓN DE CONTENIDOS Y/O HABILIDADES

¿QUÉ ES LA IRA?

Se hace referencia a la naturaleza de la ira como respuesta emocional básica que se presenta ante situaciones percibidas como dañinas para uno mismo o personas cercanas, tomando como ejemplo la situación del vídeo presentado, así como los componentes fisiológicos, cognoscitivos y conductuales de dicha respuesta:

1. Fisiológicas. Los latidos del corazón aumentan así como la sangre que va al cerebro. Los músculos del cuerpo se tensionan y se respira más rápidamente. Todas estas respuestas preparan físicamente para responder a la situación que da ira.

2. Conductuales. Todas las respuestas visibles, como fruncir el ceño, apretar los dientes, hablar fuerte, tirar cosas, alegar, caminar de un lado para el otro, etc.
3. Cognoscitivas. Las cogniciones en un estado de ira tienden a centrarse en atribuciones causales internas y estables del otro, con respecto a la situación generadora de ira.

Se indican, así mismo, las funciones de la ira como prepararse físicamente para enfrentarse a la situación y resolverla de una vez por todas y animar a expresar lo que se siente y también sus posibles consecuencias cuando no se maneja adecuadamente: actuar sin pensar, no pensar con claridad y, en el peor de los casos, agredir a la otra persona. Para ello se realiza el ejercicio descrito a continuación.

Ejercicio 1

Identifique las posibles consecuencias de la ira incontrolada. Recuerde la última situación que le dio ira. ¿Cómo la manejó? ¿Qué consecuencias obtuvo? ¿Pudo haber manejado la situación de una forma más efectiva? A continuación señale en la tabla otras situaciones en donde haya sentido ira y las consecuencias de la forma como usted las afrontó:

| Situación | Qué hizo | Qué consecuencias tuvo | De qué otra manera pudo haber afrontado la situación |
|-----------|----------|------------------------|--|
| . | | | |
| . | | | |
| . | | | |
| . | | | |
| . | | | |

Se invita a los participantes a compartir sus experiencias. Posteriormente se resalta cómo los seres humanos aunque respondemos de manera innata con ira para afrontar ciertas situaciones que provocan daño, podemos aprender a manejar más exitosamente las situaciones que la evocan, es decir, tanto la forma cómo se interpretan cómo las respuestas dadas a las mismas. Se destaca, en ese sentido, cómo los demás refuerzan nuestra respuesta de ira al darnos acceso a beneficios o al lograr nuestro cometido. Se ejemplifica el anterior concepto con las pataletas de los niños en los supermercados.

Asimismo, se destaca cómo el manejo de las situaciones evocadoras se aprende en el hogar, observando cómo los padres manejaban este tipo de situaciones con la pareja. Para ello se realiza el siguiente ejercicio:

Ejercicio 2

Recuerde sin decirlo y con los ojos cerrados una situación en la que su padre estaba furioso con su madre o viceversa.

- ¿Qué situación evocó esa respuesta de ira?
- ¿Era necesario actuar de esa manera o su padre o madre pudo haber actuado de otra forma?
- ¿Cómo cree que ha influido la forma de resolver los conflictos de sus padres sobre la manera en la que usted resuelve los suyos con su pareja?
- ¿Cómo influyó en el comportamiento de sus hermanos?

Se comparten las respuestas a las últimas dos preguntas y se resalta cómo el entorno socio-familiar influye en la forma de afrontar los conflictos interpersonales. Termina esta parte señalando que en esta sesión y la siguiente se aprenderán formas más convenientes de afrontar este tipo de situaciones.

Ejercicio 3

Identifique las señales de alerta de la ira. Una vez los participantes han entendido la naturaleza y los componentes principales de la respuesta emocional de la ira, se les invita a identificar las respuestas individuales que generalmente presentan cuando están en ese estado, para lo cual se les pide que respondan las siguientes preguntas:

1. ¿Qué es lo que siente dentro de su cuerpo generalmente cuando tiene ira? Ejemplo: Respiro más rápidamente.

2. ¿Qué es lo que piensa generalmente cuando le da ira? Ejemplo: Me parece injusto.

3. ¿Qué es lo que hace generalmente cuando eso le pasa? Ejemplo: Hablar duro.

Posteriormente se le indica a cada participante que estas respuestas serán las señales de alerta que les permitirá identificar cuando entran en ira, con el fin de que implementen técnicas para su adecuado control y así evitar consecuencias desagradables como resultado del manejo inadecuado de la ira.

A continuación se les invita a identificar las situaciones de pareja donde generalmente el participante entra en ira.

Ejercicio 4

Identifique las situaciones con su pareja donde es común que a usted le de ira. Haga un listado a continuación:

APRENDAMOS A CALMARNOS RESPIRANDO

Se enseña a los participantes la técnica de la respiración diafragmática, cuando detecte las primeras señales de ira, para así responder de manera más exitosa a la situación, evitando sus posibles consecuencias negativas:

1. Siéntese y póngase cómodo. Distensione todos sus músculos, especialmente los de su espalda,

- su cara, su cuello, sus brazos y sus piernas.
2. Ponga una de sus manos sobre el abdomen.
 3. aspire oxígeno lentamente y haga que su abdomen se infle como un “globito”. Siente con su mano cómo crece este “globito”.
 4. Exhale lentamente y sienta con su mano como el “globito” se desinfla. Asegúrese de que al aspirar y exhalar no esté usando el tórax, pues entonces no estaría respirando adecuadamente.
 5. Vuelva a aspirar “inflando el globito” y exhale lentamente. Repita esto varias veces hasta que se sienta más calmado.

A continuación se practica la técnica, recordando la última situación que generó ira. Luego se enseñan otras técnicas como contar hacia atrás desde diez e imaginarse en un lugar relajante.

ASIGNACIÓN DE TAREA

Cada participante deberá utilizar la técnica de respiración en cada una de las situaciones identificadas y registrar en el transcurso de la semana lo siguiente.

| Situación | Lo que sintió | Lo que pensó | Lo que hizo | Las consecuencias |
|-----------|---------------|--------------|-------------|-------------------|
| . | | | | |
| . | | | | |
| . | | | | |
| . | | | | |
| . | | | | |
| . | | | | |

Sesión 8

¿QUÉ HAGO CUANDO ME HIERVE LA SANGRE?

EL MANEJO DE LA IRA

OBJETIVOS

- Promover un mayor autoconocimiento sobre las situaciones y la respuesta emocional característica de la ira.
- Generar habilidades para controlar dicha respuesta emocional.
- Promover habilidades para afrontar exitosamente las situaciones que comúnmente producen ira en los participantes.

COMPETENCIAS A DESARROLLAR

- Competencias de resolución de conflictos. La capacidad para utilizar habilidades cognitivas y comportamentales para poder resolver pacíficamente los conflictos.
- Competencias emocionales. El reconocimiento y manejo de las emociones para relacionarse pacíficamente con los demás.

MATERIALES ESPECÍFICOS

Vídeo beam, computador portátil.

DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES

DINÁMICA DE ACTIVACIÓN

DINÁMICA DE LA CEBOLLA

Se pide la colaboración de un participante quien hará de “granjero”, mientras que los demás harán de “cebolla”, para lo cual deberán juntarse representando las capas de una cebolla tomándose fuertemente de las manos. El granjero tratará de soltar cada “capa”. Las capas que libere se volverán granjeros y ayudarán al primero a liberar las demás capas (Arguilea, Azpeitia y Galarandi s. f.).

REVISIÓN DE TAREAS

Se revisa el cumplimiento de las tareas o actividades propuestas para trabajar fuera de la sesión por cada uno de los participantes. El terapeuta refuerza discriminativamente el cumplimiento de las mismas.

PRESENTACIÓN DE CONTENIDOS Y/O HABILIDADES

SU IRA DEPENDE DE LA FORMA DE INTERPRETAR LA SITUACIÓN

Continúa el entrenamiento en técnicas para el control de la ira, referentes al manejo cognoscitivo y conductual. En primera instancia se enseña a los participantes que el pensamiento es básicamente una autocharla, donde se reflexiona sobre la mejor manera de afrontar una situación. Por ejemplo, cuando se está buscando una dirección, uno se dice cosas como “No, por aquí no es” o “En la siguiente calle”, ya que estas autoinstrucciones direccionan adecuadamente la conducta para conseguir un objetivo. Por eso, los pensamientos cumplen un papel importante en la aparición y control de la ira. Ejemplo:

Situación que causó ira

Un amigo no fue a una cita conmigo.

Explicación

A ese amigo no le interesaba lo que yo quería comentarle.

Otra posible explicación

A él se le presentó un inconveniente de última hora.

Como puede ver, la ira depende de la forma en la que se interpretó la situación. Sin embargo, es posible que esta interpretación sea incorrecta, en cuyo caso la ira no será justa o simplemente no se compadece con la misma situación. Situaciones en donde es entendible responder con ira son aquellas en donde una persona perjudica o agrede a otra de alguna forma sin justificación.

Ejercicio 1

Vea si su ira es justa o injusta.

1. Piense en la última situación de pareja que le produjo ira. Escríbala:

2. ¿Qué explicación le dio a la situación que a usted le produjo ira:

3. ¿Con base en qué razones llegó a esa conclusión?

4. Piense en otra explicación y susténtela.

5. ¿Era posible haber manejado la situación de otra manera sin sentirse con ira?

Use la siguiente tabla cada vez que le de ira por algo. Eso le ayudará a pensar con más calma.

| Situación que le produjo ira | Explicación que usted le dio | Razones | Otra explicación | Razones |
|------------------------------|------------------------------|---------|------------------|---------|
| . | | | | |
| . | | | | |
| . | | | | |
| . | | | | |
| . | | | | |
| . | | | | |

FORMAS DE PENSAR QUE LLEVAN A LA IRA

Muchas personas tienen una manera de pensar que hace que entren en ira más fácilmente que otras y de manera muchas veces injustificada. Estas son:

- Adivinar lo que la otra persona piensa. Muchas personas asumen que su pareja ha hecho cosas negativas sin ni siquiera haberle preguntado sobre estas, lo que conduce inevitablemente a roces y actitudes negativas. Si es así en su caso, debe primero aceptar que está adivinando y que no ha hablado sincera y honestamente con su pareja sobre el asunto.
- Hacer una montaña de un grano de arena. Es agrandar cosas que son poco importantes o empeorarlas cuando no vale la pena. Para aprender a dejar de pensar así primero debe identificar si tiene ese estilo de pensamiento o simplemente pensar cosas como “no hay necesidad de exagerar las cosas. Hay peores cosas que esta y no hay nada que no tenga solución”. Si usted se convence de eso, puede pensar con más tranquilidad.
- Las cosas deberían ser como yo digo. La necesidad de que las cosas se hagan solamente desde el propio punto de vista puede llevar a roces continuos con otras personas y la pareja en particular, lo cual se puede detectar cuando se piensa en los “Debería” sin ponerse en el lugar del otro o comprender su situación particular. La mejor forma de evitar esta forma de pensar es ubicarse en el lugar del otro y tratar de comprenderlo.

TIEMPO FUERA

Se enseña a los participantes a irse a otro lugar momentáneamente para calmarse cuando comienza una discusión, diciéndoselo a su pareja, con el fin de evitar una escalada de ira que conduzca en el peor de los casos a agresiones verbales. En dicho lugar, la persona no solo tratará de tranquilizarse haciendo alguna cosa que lo distraiga como escuchar música o caminar, sino que pensara con cabeza fría la situación para tomar la vía de acción más adecuada que permita afrontarla

exitosamente y luego una vez calmado, hablar del tema con la otra persona.

Ejercicio 2

Escriba un lugar a donde se retiraría si le diera ira en:

- Un restaurante _____
- Una reunión _____
- Su casa o la de su pareja _____

Escriba tres cosas que puede hacer mientras está en el lugar a donde se ha retirado.

EXPRESA SU IRA ADECUADAMENTE

Se retoman los contenidos concernientes a la expresión de sentimientos positivos y negativos, aplicándolos a las situaciones con la pareja donde es común que a los participantes les de ira.

ASIGNACIÓN DE TAREA

Cada integrante deberá registrar una situación reciente que haya experimentado con su pareja y que le haya producido ira, aplicando las técnicas enseñadas y reportar su utilización en la siguiente sesión:

| Situación que produjo ira | Técnica(s) utilizada(s) | Resultados |
|---------------------------|-------------------------|------------|
| • | | |
| • | | |
| • | | |
| • | | |

Sesión 9

NO TE ARMES VÍDEOS:

EL MANEJO DE LOS CELOS

OBJETIVO

- Identificar el pensamiento irracional sobre el comportamiento de la pareja que genera los celos.
- Modificar el comportamiento dirigido a comprobar las ideas de engaño que presenta la persona

celosa.

COMPETENCIAS A DESARROLLAR

- Competencias de resolución de conflictos. La capacidad para utilizar habilidades cognitivas y comportamentales para poder resolver pacíficamente los conflictos.
- Competencias emocionales. El reconocimiento y manejo de las emociones para relacionarse pacíficamente con los demás.
- Competencias sociales. La capacidad de relacionarse afectuosamente con la pareja, ser sensible a sus necesidades, emociones y expectativas y actuar de manera coherente con dicho reconocimiento.

MATERIALES ESPECÍFICOS

Salón o espacio adecuado para trabajar en grupo, con sillas, tablero acrílico, TV, DVD y algunos materiales como bolígrafos, hojas en blanco y marcadores.

DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES

DINÁMICA DE ACTIVACIÓN

El equipo terapéutico deberá representar por lo menos tres escenas ambiguas pero que a simple vista puedan resultar groseras u ofensivas y que los participantes deberán adivinar. Luego se les pregunta si la forma de interpretar las situaciones influye en la manera en que estas se asumen.

REVISIÓN DE TAREAS

Se revisa el cumplimiento de las tareas o actividades propuestas para trabajar fuera de la sesión por cada uno de los participantes, que el terapeuta refuerza discriminativamente.

PRESENTACIÓN DE CONTENIDOS Y/O HABILIDADES

¿QUÉ SON LOS CELOS?

Para comenzar, se les explica a los participantes qué son los celos, tomando como referente a Echeburúa y Fernández Montalvo (2001), quienes los describen como “un sentimiento o una emoción que surge como consecuencia de un exagerado afán de poseer algo de forma exclusiva y cuya base es la infidelidad –real o imaginaria– de la persona amada” (p. 15). Además es importante entender los celos como estrategias de afrontamiento que permiten mantener y consolidar las parejas (Buss y Smith, 1993). Se les explica además que el entorno proporcionado por el contexto de la relación no es el único determinante en el comportamiento interpersonal. Existen procesos mediacionales (expectativas, procesos atencionales y perceptivos en función de una experiencia previa), que determinan e incluso distorsionan la relación.

Cuando se valora el comportamiento de la pareja se pueden presentar distorsiones por hábitos cognitivos erróneos, que generan situaciones y suposiciones inadecuadas que interfieren en la comunicación de la pareja y que da lugar a estados de ira y ansiedad, provocándole tristeza o angustia.

Ejercicio 1

Para este ejercicio se utiliza la técnica de exposición en imaginación, dándole a los participantes la siguiente instrucción: “Cierren los ojos, respiren lentamente, van a recordar situaciones donde

hayan experimentado un sentimiento de celos con su pareja actual: ¿Cómo se sintieron? ¿Qué pensaron? ¿Cómo se sentía su cuerpo? ¿Qué querían hacer? ¿Qué hicieron?”

A continuación se le proporciona una tabla a cada uno para que identifique las situaciones que le generan celos, indicando el grado de ansiedad que le generan en una escala de 0 a 10, siendo 0 ninguna ansiedad y 10 máxima ansiedad, y los pensamientos que tuvo en ese momento.

| Situaciones | Ansiedad | Pensamientos |
|---|----------|--------------|
| Que su pareja salga sola. | | |
| Que su pareja mire mujeres/hombres atractivos/os en la calle, T.V. o revista. | | |
| Que su pareja use ropa sexy. | | |
| Que su pareja viaje solo/a. | | |
| Que a su pareja la/lo miren en calle. | | |
| Que su pareja se reúna a comer con personas del sexo opuesto. | | |
| Que su pareja llame por teléfono a personas del sexo opuesto. | | |
| Que su pareja hable con personas del sexo opuesto. | | |
| Que su pareja haga comentarios favorables de personas del sexo opuesto. | | |
| Que su pareja abrace a personas del sexo opuesto | | |
| Otras: | | |

Ejercicio 2

Identifique los pensamientos y creencias de los celos.

1. Piense en la última situación de pareja en la que presentó celos. Escríbala:

2. ¿Qué explicación le dio a la situación? Ejemplo: “No me contestó porque estaba con alguien que le gusta”.

3. ¿Esta explicación era racional o irracional? Sustente:

4. ¿Qué otra explicación podría haber tenido o tuvo la situación?

5. ¿Qué hizo en esta situación? (reglas de comprobación). Ejemplo. “La llame al celular”.

6. ¿Era posible manejar esta situación de otra manera sin sentirse con ira?

7. ¿Existe una manera de comprobar la infidelidad? ¿Cuál(es)?

8. ¿Qué debería hacer la gente cuando su pareja realmente lo(a) engañara?

Ejercicio 3

Se les solicita a los participantes que señalen algunas estrategias para manejar los celos con base en los contenidos vistos en el programa y que por pareja hagan una representación frente a los demás de su uso en una situación específica. Se sacan conclusiones con todo el grupo.

PRÁCTICA Y RETROALIMENTACIÓN EN SESIÓN DE HABILIDADES

Se proporciona la siguiente tabla para ayudar a los participantes a manejar los celos:

| Situación | Pensamientos | Respuesta emocional | Pensamientos alternos | Cómo se podría manejar la situación sin generar conflicto en la relación | Resultado |
|---|--|--|---|--|--|
| Ejemplo: El celular de mi pareja suena ocupado. | Está hablando con otro. Me está engañando. | Identifique sus emociones. Ejemplo: siento ira, estoy muy molesto. | Analice los factores que han influido para que no le conteste el celular. Ejemplo: Está ocupada, está presentado un examen. Se le quedo el celular en la casa | Utilizo las técnicas de relajación, que aprendí en el programa. Cuando me reúna con mi pareja le pregunto qué paso con el celular de forma asertiva, poniendo en práctica las habilidades de escucha activa. | Mi pareja me explicó que el celular se le quedo en el apartamento y no se pudo comunicar toda la mañana. |
| . | | | | | |
| . | | | | | |
| . | | | | | |
| . | | | | | |

Sesión 10

QUÉ HEMOS APRENDIDO:

SESIÓN DE CIERRE

OBJETIVOS

- Realizar una retroalimentación de la tarea dejada en la sesión anterior.
- Retomar los temas de cada sesión, para reforzar logros e identificar y ayudar a subsanar dificultades.
- Dar pautas generales finales.

DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES

DINÁMICA DE ACTIVACIÓN

DINÁMICA "ERASE UNA VEZ"

Se le pide a cada integrante que elabore un cuento sobre su relación de pareja, resaltando etapas, momentos significativos y proyecciones. Cada uno lo leerá, pero puede guardarse para sí los aspectos que desee. Se felicita al grupo por su participación y logros.

PRESENTACIÓN DE CONTENIDOS Y/O HABILIDADES

Se revisa y retroalimenta la tarea dejada la sesión anterior y se hace un repaso de cada tema abordado, preguntando por los logros obtenidos y las dificultades. Se brindan pautas específicas y generales y se recuerda que se efectuará una sesión de seguimiento. Al final se entrega un certificado de asistencia a cada pareja y se efectúa un acto de despedida, como una merienda grupal.

SESIÓN DE SEGUIMIENTO

Por lo menos un mes después de haber finalizado el programa, se recomienda efectuar una sesión de seguimiento con los participantes, retomando cada uno de los temas de cada sesión, para reforzar logros e identificar y ayudar a subsanar dificultades. Esta sesión permitirá, asimismo, determinar la necesidad de continuar un trabajo terapéutico individual con algunos de los participantes, o de reforzar los logros y brindar pautas de autocontrol para algunos aspectos menores por mejorar.

ENTREVISTA GENERAL ESTRUCTURADA

(Adaptado de Echeburúa y Fernández-Montalvo, 1997, en Echeburúa y Corral, 1998)

Nombre y apellidos: _____

Edad: _____ Dirección: _____

Correo electrónico: _____

Estado civil: _____ Estructura familiar _____

Estudios realizados: _____ Profesión: _____

Ocupación actual: _____ Estrato económico: _____

1. Entorno familiar en la infancia: Padre y madre _____ Madre y padrastro _____

Padre y madrastra _____ Madre sola _____ Padre solo _____

Otro familiar _____

2. Si sus padres están separados ¿qué edad tenía cuando se separaron? _____

3. ¿Cómo definiría la relación con su padre?

Cálida _____ Distante _____ Respetuosa _____ Conflictiva _____

4. ¿Cómo definiría la relación con su madre?

Cálida _____ Distante _____ Respetuosa _____ Conflictiva _____

5. Número de hermanos y edades: _____

6. Cuando era niño(a) ¿lo castigaron físicamente sus padres?

Nunca _____ A veces _____ Con frecuencia _____ En este último caso, especifíquelo con más detalle:

7. Cuando era niño(a) ¿lo castigaron físicamente sus profesores en la escuela?

Nunca _____ A veces _____ Con frecuencia _____ En este último caso, especifíquelo con más detalle:

8. ¿Cree que sus padres o profesores lo castigaban injustamente?

Nunca _____ A veces _____ Con frecuencia _____ En este último caso, especifíquelo con más detalle:

9. ¿Sufrió algún tipo de maltrato físico, sexual o psicológico durante la infancia?

Nunca _____ A veces _____ Con frecuencia _____ En este último caso, especifíquelo con más detalle:

10. ¿Alguno de sus hermanos sufrió maltrato físico, sexual o psicológico durante la infancia?

Nunca _____ A veces _____ Con frecuencia _____ En este último caso, especifíquelo con más detalle:

11. ¿Alguno de sus padres tenía problemas con las bebidas alcohólicas o las drogas? _____ En caso afirmativo, especifíquelo con más detalle: _____

12. ¿Su papá maltrataba física, sexual o psicológicamente a su mamá? _____
Nunca _____ A veces _____ Con frecuencia _____ En este último caso, especifíquelo con más detalle:

13. ¿Su mamá maltrataba física, sexual o psicológicamente a su papá? _____
Nunca _____ A veces _____ Con frecuencia _____ En este último caso, especifíquelo con más detalle:

14. ¿Ha sido agresivo alguna vez con su papá o su mamá? _____
Nunca _____ A veces _____ Con frecuencia _____ En este último caso, especifíquelo con más detalle:

15. ¿Era común que recurriera a la fuerza física, las amenazas o los insultos para resolver conflictos con sus compañeros en la infancia o la adolescencia?
En caso afirmativo, explíquelo con más detalle _____

16. ¿Hay algún otro aspecto relacionado con su infancia o adolescencia que crea importante y que no se haya tratado? _____

17. ¿Cuántas relaciones más o menos estables ha tenido? _____

17.1. ¿Hubo violencia física en estas relaciones? _____ En caso afirmativo, especifíquelo con más detalle _____

17.2. ¿Hubo violencia psicológica o verbal, como amenazas, insultos o humillaciones? _____ En caso afirmativo, especifíquelo con más detalle _____

17.3. ¿Presentaba comportamientos posesivos y controladores (incluyendo el uso de medios electrónicos)? _____ En caso afirmativo, especifíquelo con más detalle _____

17.4. ¿Hubo violencia sexual? _____ En caso afirmativo, especifíquelo con más detalle _____

18. ¿Ha tenido algún problema de infidelidad en alguna de sus relaciones anteriores? _____ En caso afirmativo, especifíquelo con más detalle _____

19. ¿Ha tratado de resolver sus problemas de violencia? _____ En caso afirmativo, especifíquelo con más detalle _____

20. ¿Hay alguna otra circunstancia o acontecimiento relacionado con sus relaciones pasadas que crea interesante comentar? _____

21. Estudios realizados por su pareja actual: _____

22. Profesión de su pareja: _____

23. Empleo actual de su pareja: _____

24. Estrato económico de su pareja: _____

25. Duración de la relación: _____

26. ¿Se encuentra satisfecho en general con su relación de pareja? _____ En caso negativo, especifíquelo _____
27. ¿Cuál es el grado de satisfacción con las relaciones sexuales que mantiene con su pareja? Bajo _____ Moderado _____ Alto _____ Muy alto _____ No hemos tenido _____
28. ¿Tiene o ha tenido alguna relación alterna? _____ En caso afirmativo, especifique con detalle lo relacionado con el número, la duración y la posible existencia de violencia: _____
29. ¿Se considera una persona celosa? _____
30. ¿Cree que su pareja le es infiel? _____ En caso afirmativo, ¿en qué basa su creencia? _____
31. ¿Le parece su pareja provocador(a) o que atrae excesivamente la atención de otros(as) hombres/mujeres? _____
32. ¿Cuándo se produjo el primer episodio de violencia con su pareja? _____
33. Relate brevemente lo que ocurrió: _____
34. ¿Aproximadamente con qué frecuencia ha habido episodios de violencia a lo largo de la relación? _____
- 34.1. ¿Ha realizado actos de violencia física? _____ En caso de ser afirmativo, especifíquelo con más detalle: _____
- 34.2. ¿Ha ejercido actos de violencia psicológica o verbal, como amenazas, insultos o humillaciones? _____ En caso de ser afirmativo, especifíquelo con más detalle: _____
- 34.3. ¿Ha presentado comportamientos posesivos y controladores, como vigilar sus actividades, tiempo y sus relaciones sociales (incluyendo el uso de medios electrónicos)? _____ En caso de ser afirmativo, especifíquelo con más detalle: _____
35. ¿Ha habido violencia sexual? _____ En caso afirmativo, especifíquelo con más detalle: _____
36. ¿Su pareja ha necesitado atención médica o psicológica como resultado de estas conductas? _____ En caso afirmativo, especifíquelo con más detalle: _____
37. Describa de la mejor forma que pueda el último episodio de violencia o maltrato que haya ocurrido: _____
38. ¿Cuáles fueron las circunstancias iniciales de este episodio? _____
39. ¿Las agresiones fueron incrementándose en frecuencia y gravedad? _____
- En caso afirmativo, especifíquelo con más detalle: _____
40. ¿Usó algún arma u objeto? _____ En caso afirmativo, especifíquelo con más detalle: _____
41. ¿Hubo alguna intervención externa durante este episodio (policía, vecinos, un amigo, etc.)? _____ En caso afirmativo, especifíquelo con más detalle: _____

42. ¿Había ingerido usted o su pareja alcohol o alguna droga antes del incidente (4 horas o menos)? _____ En caso afirmativo, especifíquelo con más detalle: _____
43. ¿Ha notado un aumento progresivo de la violencia o maltrato a lo largo del tiempo)? _____ En caso afirmativo, especifíquelo con más detalle (relacionado con la frecuencia, la duración o la gravedad): _____
44. ¿Cuántos episodios de violencia ha habido en el último año de la relación? _____
Violencia física: _____
Violencia sexual: _____
Violencia psicológica y verbal: _____
Conductas posesivas y controladoras: _____
45. ¿Cuáles son los temas de discusión más frecuentes? Puntúe en términos de frecuencia: Muy frecuente (1) Frecuente (2) A veces (3) Rara vez (4) Nunca (5)
Relaciones sociales _____ Relaciones sexuales _____ Redes sociales _____ Dinero _____ Familiares _____
Otros temas _____
46. ¿Se da cuenta con antelación que se va a poner violento(a)? _____ En caso afirmativo, especifíquelo con más detalle (pensamientos presentes, malestar físico, signos fisiológicos, etc.): _____
47. ¿Ha tenido alguna enfermedad física o mental o accidente grave en el pasado? _____ En caso afirmativo, especifíquelo con más detalle: _____
48. ¿Tiene en este momento algún problema físico o psíquico? _____ En caso afirmativo, especifíquelo con más detalle: _____
49. ¿Ha sido hospitalizado alguna vez por motivos de salud mental? _____ En caso afirmativo, especifíquelo con más detalle: _____
50. ¿Ha recibido en el pasado algún tipo de tratamiento psicológico? _____ En caso afirmativo, especifíquelo con más detalle: _____
51. ¿Ha habido algún intento de suicidio de su parte o de su pareja? _____ En caso afirmativo, especifíquelo con más detalle: _____
52. ¿Bebe alcohol? _____ Frecuencia _____ Cantidad _____
53. ¿Cree que el alcohol contribuye a empeorar la situación con su pareja? _____ En caso afirmativo, especifíquelo con más detalle: _____
54. ¿Consume drogas? _____ En caso afirmativo ¿qué tipo de drogas? _____ Frecuencia _____ Cantidad _____
55. ¿Se ha comportado de manera violenta bajo la influencia del alcohol o las drogas? _____ En caso afirmativo, especifíquelo con más detalle: _____
56. ¿Se ha comportado de manera violenta sin estar bajo la influencia del alcohol o las drogas? _____ En caso afirmativo, especifíquelo con más detalle: _____
57. ¿Cuáles son sus fuentes actuales de apoyo y amistad? _____

58. ¿Se considera una persona solitaria? Explique su respuesta: _____

59. ¿Cree que la violencia es una forma aceptable de resolver un conflicto o discusión? _____ Explique su respuesta:

60. ¿Se cree capaz de evitar la violencia por sí mismo? _____ Explique su respuesta: _____

61. ¿Quiere hacer algún comentario adicional? _____

CONTRATO TERAPÉUTICO

Yo, _____,

D. I. No. _____ de _____ en uso de nuestras facultades mentales y entendiendo el propósito, la forma de realización y beneficios del “Programa para el mejoramiento de las relaciones de noviazgo”, “Querámonos Bien”, doy mi consentimiento de manera libre y espontánea para ser participante del mismo, conforme a las siguientes cláusulas:

Clausulas

1. El programa está conformado por diez sesiones, cada una de dos horas y será desarrollado por un equipo conformado por el(la) psicólogo(a) _____, líder del programa, el (la) psicólogo(a) _____, terapeuta del programa, _____, coterapeuta del programa y _____, asistentes del programa.
2. El programa no tendrá ningún precio para los participantes
3. Al inicio de cada sesión se explicará el objetivo de la misma.
4. Durante la ejecución del programa, me comprometo a guardar unas normas de comportamiento, las cuales se detallan a continuación:
 - a. Asistencia puntual a cada una de las sesiones.
 - b. Cumplir con las actividades programadas para la sesión y tareas para la casa.
 - c. El trato entre los participantes y terapeutas debe ser cordial y respetuoso.
 - d. Se respetarán los espacios destinados para desarrollar las sesiones, así como los fines que dichos espacios tienen. No se fumará, ni se consumirán alimentos ni bebidas alcohólicas dentro de ellos.
 - e. No asistir a las sesiones bajo los efectos del alcohol o sustancias psicoactivas.
 - f. Cuando un participante por algún motivo no pueda asistir, avisará con 12 horas de anterioridad. Faltar a dos sesiones ocasionará la exclusión del programa, ya que no se podría garantizar el cumplimiento de sus objetivos.
 - g. Guardar con absoluta reserva la información presentada por los demás en sesión.
 - h. Respetar y guardar consideración por las opiniones de los demás participantes.
 - i. No ejercer actos de maltrato en sesión o en el periodo en el que se desarrolla el programa. La amenaza verbal o agresión física o con un objeto en sesión supondrá la expulsión del lugar y del programa.
 - j. Informar al equipo en caso que hayan ocurrido conductas de violencia hacia la pareja, para lo cual el equipo estudiará las acciones más adecuadas.

El cumplimiento de estas normas es indispensable para el exitoso desarrollo del programa

Conforme a lo expuesto anteriormente, firmamos en _____ a los _____ días del mes de _____ de _____.

Firma del(a) participante _____

Nombre: _____

D. I. No. _____

Firma del terapeuta del programa _____

Nombre: _____

D. I. No. _____

FORMATO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Antes de aceptar su participación en esta investigación, es importante que usted lea y entienda este documento el cual explica el propósito y beneficios del estudio y la forma como se realizará y que luego decida si desea participar como voluntario.

Equipo de investigación

El investigador principal del proyecto es: _____, vinculado a la institución: _____,
el coinvestigador: _____, adscrito a la institución: _____ y los asistentes:
_____ y _____,
de la institución: _____.

Objetivo

El propósito de esta investigación es implementar y evaluar el “Programa para el mejoramiento de las relaciones de noviazgo: Querámonos Bien”, cuyo objetivo es promover en los(as) participantes actitudes, destrezas y conocimientos que favorezcan relaciones de pareja satisfactorias.

Procedimiento

El programa tendrá una duración aproximada de mes y medio, con una intensidad horaria de dos horas por sesión, se desarrollarán dos sesiones por semana, para un total de diez sesiones más una de seguimiento, con los siguientes componentes:

Sesión 1. Presentación del programa, aclaración de expectativas y establecimiento de normas. Psicoeducación. Qué es y cómo se aprende la violencia.

Sesión 2. Creencias y expectativas sobre la relación de pareja.

Sesión 3, sesión 4 y sesión 5. Habilidades de comunicación.

Sesión 6. Empatía.

Sesión 7 y sesión 8. Manejo de la ira.

Sesión 9. Manejo de los celos.

Sesión 10. Cierre.

Lugar de realización del programa

Participación voluntaria

Su participación en este estudio es completamente voluntaria, si usted se negara a participar o decidiera retirarse, esto no le generará ningún problema, ni consecuencias a nivel institucional, ni académico, ni social. En caso de retiro, el equipo le agradecería informar los motivos del mismo.

Riesgos de participación

El riesgo por participar en este estudio es mínimo. Las investigaciones previas señalan que estos programas son exitosos si se respetan las normas para su implementación.

Confidencialidad

La información suministrada por usted será confidencial. Los resultados podrán ser publicados o presentados en reuniones o eventos con fines académicos sin revelar su nombre o identidad. Se mantendrán los cuestionarios y en general cualquier registro en un sitio seguro. Se garantizará igualmente la confidencialidad y custodia de los registros en vídeo y audio desarrollados en las sesiones, que solamente serán presenciados por el equipo de investigación. En bases de datos, todos los participantes serán identificados por un código que será usado para referirse a cada uno. Así se guardará el secreto profesional de acuerdo con lo establecido en la Ley 1090 de 2006, que rige el ejercicio de la profesión de psicología en Colombia.

Derechos de los participantes

Su firma en este documento indica que usted ha leído y comprendido los objetivos, procedimientos, riesgos y beneficios de participar en este estudio y confirma que usted:

1. Ha recibido la información de parte del investigador principal y/o del coinvestigador, y se le ha informado acerca de los riesgos y beneficios de participar (para cualquier inquietud adicional puede comunicarse mediante el correo electrónico:

_____, o el número telefónico: _____).

2. Que la decisión de retirarse no tendrá ninguna consecuencia en su permanencia en la institución, ni a nivel académico, ni social.

3. Que usted entiende sus derechos y participa de forma voluntaria en este estudio.

Firma participante _____

Nombre: _____

D.I. No. _____

Firma investigador principal _____

Nombre: _____

D. I. No. _____

FORMATO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO (MENOR DE EDAD)

Nosotros, _____, identificado(a) con el documento de identidad número _____ de _____, en calidad de progenitor(a) _____ tutor(a) legal _____, y _____, identificado(a) con el documento de identidad número _____ de _____, en calidad de progenitor(a) _____ tutor(a) legal _____, del(a) menor _____,

deseamos manifestar a través de este documento, que fuimos informados(as) suficientemente y comprendemos la justificación, los objetivos, los procedimientos y las posibles molestias y beneficios implicados en la posible participación de nuestro hijo(a), en el proyecto de investigación: _____, que se describe a continuación:

Equipo de investigación

El investigador principal del proyecto es: _____, vinculado a la institución: _____, el coinvestigador: _____, adscrito a la institución: _____ y los asistentes: _____, _____ de la institución: _____.

Objetivo

El propósito de esta investigación es implementar y evaluar el “Programa para el mejoramiento de las relaciones de noviazgo: Querámonos Bien”, cuyo objetivo es promover en los(as) participantes actitudes, destrezas y conocimientos que favorezcan relaciones de pareja satisfactorias.

Procedimiento

El programa tendrá una duración aproximada de mes y medio, con una intensidad horaria de dos horas por sesión, se desarrollarán dos sesiones por semana, para un total de diez sesiones más una de seguimiento, con los siguientes componentes:

Sesión 1. Presentación del programa, aclaración de expectativas y establecimiento de normas. Psicoeducación. Qué es y cómo se aprende la violencia.

Sesión 2. Creencias y expectativas sobre la relación de pareja.

Sesión 3, sesión 4 y sesión 5. Habilidades de comunicación.

Sesión 6. Empatía.

Sesión 7 y sesión 8. Manejo de la ira.

Sesión 9. Manejo de los celos.

Sesión 10. Cierre.

Lugar: _____

Participación voluntaria

La participación de nuestro hijo(a) en este estudio es completamente voluntaria, si él o ella se negara a participar o decidiera retirarse, esto no le generará ningún problema, ni tendrá consecuencias a nivel institucional, ni académico, ni social. Si lo desea, nuestro(a) hijo(a) informaría los motivos del mismo.

Riesgos de participación

El riesgo por participar en este estudio es mínimo. Las investigaciones previas señalan que estos programas son exitosos si se respetan las normas para su implementación.

Confidencialidad

La información suministrada por nuestro(a) o hijo(a) será confidencial. Los resultados podrán ser publicados o presentados en reuniones o eventos con fines académicos sin revelar su nombre o datos de identificación. Se mantendrán los cuestionarios y en general cualquier registro en un sitio seguro. Se garantizará igualmente la confidencialidad y custodia de los registros en vídeo y audio desarrollados en las sesiones, que solamente serán presenciados por el equipo de investigación. En bases de datos, todos los participantes serán identificados por un código que será usado para referirse a cada uno. Así se guardará el secreto profesional de acuerdo con lo establecido en la Ley 1090 de 2006, que rige el ejercicio de la profesión de psicología en Colombia.

Así mismo, declaramos que fuimos informados suficientemente y comprendemos que tenemos derecho a recibir respuesta sobre cualquier inquietud que nuestro(a) hijo(a) o nosotros tengamos sobre dicho programa, antes, durante y después de su ejecución; que

nuestro(a) hijo(a) y nosotros tenemos el derecho de solicitar los resultados de los cuestionarios y pruebas que conteste durante el mismo. Considerando que los derechos que nuestro(a) hijo(a) tiene en calidad de participante de dicho programa, a los cuales hemos hecho alusión previamente, constituyen compromisos del equipo de investigación responsable del mismo, nos permitimos informar que consentimos, de forma libre y espontánea, la participación de nuestro(a) hijo(a) en el mismo.

Este consentimiento no inhibe el derecho que tiene nuestro(a) hijo(a) de ser informado(a) suficientemente y comprender los puntos mencionados previamente y a ofrecer su consentimiento informado para participar en el programa de manera libre y espontánea, por lo que entendemos que la ausencia de su firma en este formato significa que no consiente, de forma libre y espontánea, su participación.

En constancia de lo anterior, firmamos el presente documento, en la ciudad de _____, el día _____, del mes _____ de _____,

Firma _____

Nombre _____

D. I. No. _____

Firma _____

Nombre: _____

D. I. No. _____

Firma del(a) menor de edad (solo para adolescentes)

Nombre: _____

C. C. No. _____

Firma testigo _____

Nombre _____

Dirección _____

Relación con el(la) menor _____

Firma testigo _____

Nombre _____

Dirección _____

Relación con el(la) menor _____

Investigador principal de la investigación

Nombre _____

Documento de identidad: _____

Teléfono: _____

Correo electrónico: _____

LISTA DE CHEQUEO DE EXPERIENCIAS DE MALTRATO EN LA PAREJA – FORMA B

A continuación encontrará una serie de conductas que usted pudo haber realizado hacia su pareja. Por favor señale con una “X” aquella(s) que usted ha llevado a cabo en el periodo de tiempo que se indica a continuación:

La última semana _____ El último mes _____ Los últimos _____
meses

Todo el tiempo que ha durado la relación con él o ella _____

Espacio para ser llenado por el examinador

Para contestar tenga en cuenta las siguientes opciones de respuesta: “Nunca”, “Una vez”, “Algunas veces” o “Muchas veces”.

| | Conducta | Nunca | Una vez | Algunas veces | Muchas veces |
|----|---|-------|---------|---------------|--------------|
| 1 | La(o) vigiló en su lugar de estudio, de trabajo o en otro espacio distinto | | | | |
| 2 | La(o) amenazó con un objeto peligroso (p. ej., un mazo, una piedra, etc.) | | | | |
| 3 | La arrojó algún objeto en un momento de conflicto | | | | |
| 4 | La(lo) forzó a tener relaciones sexuales | | | | |
| 5 | Le robo dinero | | | | |
| 6 | La(lo) dejó sola(o) en un lugar peligroso | | | | |
| 7 | Le prohibió comprar objetos para su uso personal. | | | | |
| 8 | La(lo) amenazó con agredir a un miembro de su familia | | | | |
| 9 | La(lo) apretó fuerte con intención de lastimarla(lo) | | | | |
| 10 | La(lo) obligó a tener comportamientos sexuales que a ella(él) no le agradaban o con los que no se sentía a gusto | | | | |
| 11 | No la(lo) dejó trabajar o estudiar o la(lo) obligó a abandonar un trabajo o unos estudios que venía realizando | | | | |
| 12 | La(lo) puso en riesgo de contraer alguna enfermedad de transmisión sexual, a pesar que sabía que ello podía ocurrir | | | | |
| 13 | Puso a su familia o a un miembro de su familia en su contra | | | | |
| 14 | La(lo) amenazó con el puño u otra parte del cuerpo | | | | |
| 15 | La(o) golpeó con una parte del cuerpo (con el puño, un pie, etc.). | | | | |
| 16 | La(lo) obligó a tener relaciones sexuales con otra persona. | | | | |
| 17 | Le exigió que le entregará el dinero que ella(él) se había ganado en su trabajo o por otro medio . | | | | |
| 18 | Puso a la familia de ella(él) o a un miembro de dicha familia en su contra | | | | |
| 19 | Rompió o destruyó algún bien personal suyo | | | | |
| 20 | Utilizó elementos u objetos que podían ocasionar dolor o lesiones, durante una relación sexual con ella(él) | | | | |
| 21 | Se burló de sus deseos sexuales | | | | |
| 22 | La(lo) presionó para que le cediera un bien personal, como un carro, una casa, un apartamento o una finca. | | | | |
| 23 | La(lo) obligó a ser cómplice en situaciones ilegales | | | | |
| 24 | La(lo) amenazó con un cuchillo o cualquier otro elemento cortopunzante | | | | |
| 25 | Envió a alguien a hacerle daño | | | | |

| | | | | | |
|----|---|--|--|--|--|
| 26 | Se dirigió a ella(él) con gestos o palabras sexualmente degradantes | | | | |
| 27 | Le robó un objeto valioso o de valor sentimental | | | | |
| 28 | Le criticó su aspecto físico (p. ej., ser gorda(o), delgada(o), etc.) | | | | |
| 29 | Le dijo que iba a dañar bienes personales de miembro de la familia de ella(él) | | | | |
| 30 | La(o) aruñó con intención de lastimarla(lo) | | | | |
| 31 | Le acarició para parte de su cuerpo de manera vulgar, sin su consentimiento | | | | |
| 32 | Inventó que ella(él) le había robado algo. | | | | |
| 33 | Llegó borracho(a) a su casa a hacer escándalo | | | | |
| 34 | La(lo) pellizco fuertemente | | | | |
| 35 | Controló su tiempo | | | | |
| 36 | La(lo) amenazó con tener una relación con otra persona | | | | |
| 37 | La(lo) golpeó con un objeto contundente (p. ej., un palo, un martillo, etc.) | | | | |
| 38 | Controló sus actividades cotidianas | | | | |
| 39 | La(o) amenazó con hacerse daño a sí mismo(a), si ella(él) no hacía algo que usted había dicho | | | | |
| 40 | La(lo) hirió con un objeto cortopunzante (p. ej., un cuchillo, una navaja, etc.) | | | | |
| 41 | Le dijo que se avergonzaba de ella(él) | | | | |
| 42 | La(lo) amenazó con encerrarla(lo) en una institución mental | | | | |
| 43 | La(lo) quemó intencionalmente con un objeto o con una sustancia (un cigarrillo, una plancha, agua caliente, etc.) | | | | |
| 44 | Impuso su punto de vista sobre el suyo | | | | |
| 45 | La(lo) amenazó con matarla(lo) | | | | |
| 46 | La(lo) jaló bruscamente de alguna parte del cuerpo (p. ej., el cabello, un brazo, etc.) | | | | |
| 47 | Habló mal de ella(él) con amigos o conocidos | | | | |
| 48 | La(lo) amenazó con dañar objetos importantes para ella(él) | | | | |
| 49 | La(lo) mordió fuertemente con la intención de lastimarla(lo) | | | | |
| 50 | La(lo) obligó a consumir sustancias psicoactivas (p. ej., marihuana, cocaína, bazuco, etc.) | | | | |
| 51 | La(lo) amenazó con matar a un familiar de ella(él) | | | | |
| 52 | Intentó asfixiarla(lo) | | | | |
| 53 | La(lo) persiguió cuando salió de la casa o de otro sitio | | | | |
| 54 | Restringió sus movimientos amarrándola(lo), encerrándola(lo) o por otro medio | | | | |
| 55 | Mintió asegurando que ella(él) le iba a hacer daño a usted | | | | |
| 56 | La(lo) culpó de algo malo que le había ocurrido sin tener razones para ello | | | | |
| 57 | No la(lo) dejó salir de su casa o la de ella(él) | | | | |
| 58 | La(lo) hizo sentir ridícula(lo) burlándose de ella(él) frente a otras personas | | | | |
| 59 | Le dijo que no servía para nada | | | | |
| 60 | No la(lo) dejó entrar a la casa de ella(él) | | | | |
| 61 | Le dijo que ella(él) era desagradable para usted | | | | |
| 62 | Le dijo que no merecía el amor de nadie | | | | |
| 63 | Esculó su bolso, maletín o sus cajones sin su consentimiento | | | | |
| 64 | La(lo) comparó negativamente con otras(os) mujeres(hombres) | | | | |
| 65 | La(lo) insultó frente a otra(s) persona(s) | | | | |
| 66 | Le dijo groserías | | | | |
| 67 | La(lo) hizo sentirse mal, diciéndole que no la(lo) satisfacía sexualmente | | | | |
| 68 | Le prohibió que se volviera a reunir con sus amigos(as) | | | | |
| 69 | No le permitió tener contacto con la familia de ella(él) o con un miembro de la misma | | | | |
| 70 | La(lo) acusó de ser infiel sin tener pruebas de ello | | | | |
| 71 | Le echó en cara lo que usted le había brindado económicamente | | | | |
| 72 | Involucró malintencionadamente a su familia o a la familia de ella(él), en los conflictos de la pareja | | | | |
| 73 | La (lo) echó de su casa | | | | |

| | | | | | |
|----|--|--|--|--|--|
| 74 | La(lo) llamó varias veces al día para averiguar que estaba haciendo | | | | |
| 75 | Utilizó el sexo para castigarla(lo) o controlarla(lo) | | | | |
| 76 | Se refirió a asuntos pasados para hacerla (lo) sentir mal | | | | |
| 77 | Le puso sobrenombres para hacerla (lo) sentir mal | | | | |
| 78 | Le exigió obedecerle | | | | |
| 79 | No le permitió ir al médico cuando estuvo enferma(o) | | | | |
| 80 | La(lo) subvaloró por no haber estudiado o por no haber hecho una carrera | | | | |
| 81 | Grabó una conversación telefónica suya sin su consentimiento. | | | | |
| 82 | Escuchó una conversación telefónica suya sin su consentimiento | | | | |

Si usted ha conformado un hogar o ha tenido hijos con su pareja, por favor responda las preguntas que aparecen a continuación (conteste “No aplica” si usted no ha conformado un hogar o no ha tenido hijos con dicha persona):

| | Conducta | Nunca | Una vez | Algunas veces | Muchas veces | No aplica |
|----|--|-------|---------|---------------|--------------|-----------|
| 83 | No la(lo) dejó ver a su(s) hijo(s), a pesar de que ella(él) estaba en derecho de hacerlo. | | | | | |
| 84 | Se desquitó con su(s) hijo(s), pegándole(s), insultándole(s), gritándole(s), etc., después de haber discutido o peleado con ella(él) | | | | | |
| 85 | No le dio dinero para las necesidades del hogar, a pesar de que usted estaba en capacidad de hacerlo | | | | | |
| 86 | Inventó que ella(él) maltrataba a su(s) hijo(s) | | | | | |
| 87 | La(lo) amenazó con llevarse a su(s) hijo(s) | | | | | |
| 88 | Prefirió gastarse la plata en bebidas alcohólicas (cerveza, aguardiente, whisky, etc.), a pesar de que existían necesidades en el hogar. | | | | | |
| 89 | Negó ser el padre (la madre) de su(s) hijo(s) | | | | | |
| 90 | La(lo) amenazó con que ella(él) no volvería a ver a su(s) hijo(s) | | | | | |
| 91 | Se llevó a su(s) hijo(s) sin su consentimiento | | | | | |
| 92 | La(lo) amenazó con hacerle daño a su/s hijo/s | | | | | |
| 93 | Habló mal de ella(él) con su(s) hijo(s) | | | | | |
| 94 | La(lo) amenazó con no aportar al sustento de su(s) hijo(s) | | | | | |
| 95 | La (lo) culpó de las conductas negativas de su(s) hijos(s) sin tener razones para ello | | | | | |

Por favor escriba otras formas de maltrato diferentes a las anteriores, que usted ha ejercido sobre su pareja durante el período de tiempo mencionado al comienzo del cuestionario:

96. _____

97. _____

98. _____

99. _____

100. _____

ESCALA DE ACTITUDES HACIA LA VIOLENCIA ÍNTIMA

(Adaptado de Póo y Vizcarra, 2011)

| | ¿En qué circunstancias considera justificado el uso de la violencia (de cualquier tipo) en la pareja? | Muy de acuerdo | De acuerdo | Ni de acuerdo ni en desacuerdo | Desacuerdo | Muy en desacuerdo |
|----|---|----------------|------------|--------------------------------|------------|-------------------|
| 1 | Cuando un miembro de la pareja es infiel | | | | | |
| 2 | Cuando un miembro de la pareja descalifica al otro delante de terceras personas | | | | | |
| 3 | Cuando un miembro de la pareja descalifica al otro delante de su familia | | | | | |
| 4 | Cuando un miembro de la pareja insulta al otro | | | | | |
| 5 | El uso de la violencia no se justifica en ninguna circunstancia | | | | | |
| 6 | En parejas con bajo nivel educacional | | | | | |
| 7 | Cuando uno o los dos miembros de la pareja tiene una historia personal de maltrato o ha sido testigo de violencia en la familia de origen | | | | | |
| 8 | Cuando uno o los dos miembros de la pareja presentan alteraciones emocionales como por ejemplo impulsividad, ansiedad, depresión | | | | | |
| 9 | Cuando uno o los dos miembros de la pareja presentan consumo abusivo de sustancias como alcohol y/o drogas | | | | | |
| 10 | Cuando uno de los miembros de la pareja se niega a tener relaciones sexuales | | | | | |

APÉNDICE I

CUESTIONARIO DE SATISFACCIÓN CON EL PROGRAMA

(Adaptado de Echeburúa y Corral, 1998)

Nombre: _____

Fecha: _____

Por favor ayúdenos a mejorar nuestro programa contestando algunas preguntas acerca de la intervención en relación con la metodología, temas y técnicas utilizadas. Estamos interesados en sus opiniones sinceras, ya sean positivas o negativas. Por favor, conteste todas las preguntas señalando con una X la respuesta elegida.

1. ¿Cómo calificaría la metodología utilizada en el programa?

Excelente _____ Regular _____ Buena _____ Mala _____

2. ¿Cómo calificaría las técnicas utilizadas en el programa?

Excelentes _____ Regulares _____ Buenas _____ Malas _____

3. ¿Cómo calificaría el espacio y los materiales utilizados para el desarrollo del programa?

Excelentes _____ Regulares _____ Buenos _____ Malos _____

4. ¿El programa cumplió con las expectativas que tenía?

No _____ Si, en general _____ Si, parcialmente _____

Si, totalmente _____

5. ¿En qué medida nuestro programa ha satisfecho sus necesidades e inquietudes?

Totalmente _____ Parcialmente _____ En general _____

Ninguna _____

6. Si un/a amigo/a necesitara una ayuda similar, ¿le recomendaría nuestro programa?

No _____ Probablemente si _____ Probablemente no _____ Si _____

7. ¿En qué medida está satisfecho con el tipo de temas que se trabajaron en las sesiones?

Muchísimo _____ Mucho _____ Bastante _____ Poco _____

8. ¿Le han ayudado las habilidades aprendidas en el programa para hacer frente más eficazmente a sus problemas de pareja?

Mucho _____ Bastante _____ Poco _____ Nada _____

9. En conjunto, ¿en qué medida está satisfecho con el programa?

Mucho _____ Bastante _____ Poco _____ Nada _____

10. Si tuviera que buscar ayuda otra vez, ¿volvería a nuestro programa?

No _____ Probablemente no _____ Probablemente si _____ Si _____

Recomendaciones:

APÉNDICE J

FORMATO DE PREPARACIÓN Y REPORTE DE SESIÓN

Fecha _____ / _____ / _____

Sesión: _____

Tema: _____

Objetivo de la sesión: _____

Actividades a desarrollar

Instrumentos, registros y recursos _____

Desarrollo de la sesión

Observaciones

Psicólogo(a) encargado(a)

CASO REAL

¡¡¡HISTORIA REAL DE UNA CHICA!!!

Hola chicas!!!!

La verdad es que es un tanto embarazoso mi noviazgo pero aquí les va:

Verán, tengo 23 años y poco más de 3 años de andar con mi novio, pero el caso es que siempre estamos peleando y todas las veces, “yo tengo la culpa”. Siempre me está insultando, me ha llamado ...pendeja, babosa, me ha mandado por un tubo. Y como siempre me pedía perdón, me lloraba, me decía que me amaba y blahh blahh.

También una vez que me hizo berrear y llorar de coraje, hasta más no poder, esto fue una vez que le marque muchas veces a su casa, y me contesto muy enojado diciéndome: “deja de molestar hija de tu... madre”, y después de haber dicho eso me colgó el teléfono. Claro que después al otro día vino a mí y me pedía perdón, me lloraba, me decía que me amaba y blahh blahh. Como siempre pues claro que me endulzaba el oído y lo perdonaba.

También recuerdo algo que nunca podre olvidar (y que de seguro el ya olvido), un día que estaba yo en su casa y el quería tener relaciones, pero yo me negué porque simplemente no tenía ganas. Saben con lo que me salió este tipo: “Haaa de seguro que ayer estuviste con alguno de tus amiguitos y es por eso que ahora no tienes ganas”. Ese día me puse muy, muy mal, llore y llore y le gritaba que porque me había dicho eso que yo no soy una... para andar haciendo eso. Y como siempre me pidió perdón y ¿qué creen?, pues le concedí el perdón.

En otra ocasión que salimos de vacaciones juntos a otro estado, y andábamos paseando en el centro de la ciudad. Sucedió que yo ya me quería regresar al hotel (porque ya era muy tarde de la noche) y el no quiso, así que empecé a caminar hacia el hotel, pensé que me seguiría, pero no fue así y me tuve que regresar a alcanzarlo porque ya se iba sin mí. Y el muy idiotita me empezó a gritonear “por qué no me obedeces a lo que digo” (él siempre me dice que le tengo que obedecer en todo lo que él diga) y me tomo del brazo y me seguía regañando todo el camino. Me daba mucha vergüenza porque la gente se nos quedaba viendo con cara de susto. Y ya saben lo perdone por... porque lo quería mucho.

Y así les puedo contar muchas cosas más que me ha hecho, pero el caso es que ahorita le deje unos días porque la semana pasada me ha llamado... que no sirvo para hacer nada, y él ya me llamo para pedirme perdón pero ya no sé que hacer.

Pero...

¿Como olvidarlo?, si con el perdí mi tesoro más preciado (mi virginidad), ¿cómo tirar a la basura tres años de noviazgo? , ¿que les digo a mis padres? , ¿cómo superarlo?, ¿cómo borrarlo de mi mente?

¿Saben algo? hasta llegue a hacerme daño, (me cortaba a propósito) cuando me sentía muy triste por las discusiones. Y ahora estoy arrepentida porque me quedaron marcas.”

Extraído de la página Web de Facebook “Violencia en el noviazgo”, recuperado de: https://www.facebook.com/permalink.php?id=412259545535206&story_fbid=417495155011645